LES PETITS CLASSIQUES D'HISTOIRE & TERROIRS · MAISON BEAULIEU

EXTRAIT OFFERT · TABLE DES MATIÈRES & 5 RECETTES

Les Bouchons Lyonnais

Découvrez l'architecture complète de l'ouvrage ainsi que cinq recettes intégrales prêtes à cuisiner.

Retrouvez l'édition complète (Ebook, Broché & Relié Collector) sur **https://adrienbeaulieu.com/books/mgt-bl2**

I. Table des Matières de l’Ouvrage

Chapitre 1 — Tablier de sapeur & gras-double

1. Le tablier de sapeur pané, sauce gribiche
2. Le tablier de sapeur mariné au vin blanc et moutarde
3. Le gras-double lyonnaise (oignons, vinaigre)
4. Le gras-double à la lyonnaise gratiné
5. Le gras-double en blanquette
6. Le gras-double frit à la croque-au-sel
7. Le tablier de sapeur grillé à la moutarde de Dijon
8. Le gras-double sauce poulette
9. Le gras-double aux tomates et oignons
10. Le bonnet d'évêque (gras-double) mijoté au bouillon
11. Le tablier de sapeur en croûte d'œuf et chapelure, beurre noisette
12. Le gras-double sauté à l'ail et persil

Chapitre 2 — Quenelles (brochet, nature, Nantua)

1. Le gratin de quenelles « sauce cardinal » au homard
2. La quenelle de brochet gratinée au four
3. La quenelle nature à la lyonnaise (panade)
4. La petite quenelle de semoule à la lyonnaise
5. La quenelle de veau à la financière
6. La quenelle de brochet pochée au beurre blanc
7. Le gratin de quenelles aux champignons
8. La quenelle de brochet sauce aurore
9. La quenelle lyonnaise à la moelle
10. La quenelle de brochet en timbale Nantua
11. La sauce Nantua aux écrevisses (sauce-mère du brochet)
12. La quenelle soufflée au four à la crème
13. La quenelle de brochet à la tomate et beurre d'écrevisse
14. La godiveau lyonnais (quenelle de farce)

Chapitre 3 — Gratins dauphinois & de cardons

1. Le gratin dauphinois à la crème et au lait
2. Le gratin d'épinards à la crème lyonnaise
3. Le gratin de cardons sauce béchamel
4. Le gratin dauphinois à l'ail et au gruyère
5. Le gratin de cardons à la sauce blanche et muscade
6. Le gratin savoyard (pommes, bouillon, beaufort)
7. Le gratin de cardons au jus de bœuf
8. Le gratin dauphinois aux oignons
9. Le gratin de courge à la lyonnaise
10. Le gratin de cardons à la moelle et au parmesan
11. Le gratin de macaronade lyonnaise au jus
12. Le gratin de crozets de Savoie

Chapitre 4 — Abats lyonnais

1. Le foie de veau à la lyonnaise (oignons)
2. Les rognons de veau à la moutarde et madère
3. Le tablier de sapeur, supplément ris (ris de veau braisés)
4. La cervelle de veau au beurre noir et câpres
5. Les pieds de mouton à la lyonnaise (poulette)
6. Les amourettes panées sauce gribiche
7. Le museau de bœuf en salade lyonnaise tiède
8. Les rognons de mouton grillés à la lyonnaise
9. Le foie de volaille en gâteau (gâteau de foies blonds de Bresse)
10. La langue de bœuf sauce piquante à la lyonnaise
11. Les pieds de veau panés sauce gribiche
12. Le foie de veau aux oignons confits au vinaigre

Chapitre 5 — Cochonnailles chaudes

1. Le saucisson chaud pistaché, pommes à l'huile
2. La rosette de Lyon chaude lentilles vertes
3. Le sabodet chaud (saucisson de tête)
4. La saucisse de Lyon brioche (saucisson en brioche)
5. Le judru chaud au vin rouge
6. L'andouillette tirée à la ficelle, sauce moutarde
7. La cervelas truffé pistaché chaud
8. Les grattons lyonnais chauds
9. Le saucisson chaud sauce vin rouge et échalotes
10. Le petit salé lyonnais aux lentilles du Puy
11. La caillette lyonnaise au four
12. Le boudin aux pommes à la lyonnaise

Chapitre 6 — Volailles en gratin & demi-deuil

1. La volaille de Bresse en demi-deuil (truffe sous la peau)
2. Le poulet au vinaigre à la lyonnaise
3. Le gratin de volaille à la crème et champignons
4. Le suprême de volaille de Bresse sauce Nantua
5. Le poulet célestine à la lyonnaise (tomate, champignons)
6. Le gratin de quenelles de volaille et ris
7. La fricassée de poulet de Bresse à la crème
8. Le poulet sauté aux écrevisses (sauce Nantua)
9. Le gratin de macaroni à la volaille de Bresse
10. La poularde demi-deuil en vessie
11. Le pigeon en gratin aux petits pois
12. Le coq au vin de Mâcon

Chapitre 7 — Poissons de Saône

1. La friture de la Saône (goujons, ablettes) du bouchon
2. La matelote de poissons de Saône au vin rouge
3. La carpe à la lyonnaise (oignons, vin blanc)
4. Le brochet au beurre blanc de la Saône
5. La pochouse des mariniers (poissons de rivière)
6. La tanche farcie à la lyonnaise
7. Les filets de perche à la crème
8. L'anguille de Saône en matelote
9. Le sandre au gratin Nantua
10. La friture d'éperlans sauce tartare

Chapitre 8 — Légumes gratinés

1. Les pommes de terre à la lyonnaise (oignons rissolés)
2. Le gratin de blettes (côtes de bettes) à la crème
3. Le gratin d'épinards à la lyonnaise
4. Les cardons au gratin sans moelle
5. Le gratin de pommes de terre aux oignons et fromage
6. Le gratin de courgettes à la béchamel
7. Le gratin de chou-fleur à la lyonnaise
8. Le gratin de macaronis aux oignons (à la lyonnaise)

Chapitre 9 — Fromages & cervelle de canut

1. Le saint-marcellin frais en faisselle, huile et fines herbes
2. Le claqueret aux fines herbes et échalote
3. Le saint-marcellin chaud sur toast
4. Les paquets de fromage fort du Lyonnais

Chapitre 10 — Bugnes & desserts

1. Les bugnes lyonnaises moelleuses
2. Les bugnes croustillantes de la Mère
3. La tarte aux pralines roses de Saint-Genix
4. Le gâteau de Saint-Genix (brioche aux pralines)

II. Cinq Recettes Complètes Extraites de l'Ouvrage

RECETTE 1 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

II. Le Terroir de Lyon : Bresse, Dombes, Beaujolais

Aucune cuisine ne s'explique indépendamment de son terroir. Et le terroir du bouchon lyonnais est l'un des plus extraordinairement dotés de France.

La volaille de Bresse est au premier rang. Les poulets de Bresse, élevés dans les plaines bressanes selon un protocole strict — alimentation au grain, élevage en plein air, finition à la ferme — produisent une chair d'une qualité remarquable, ferme et parfumée, avec une peau d'un jaune nacré particulier. Ce sont les seules volailles françaises à bénéficier d'une appellation d'origine contrôlée depuis 1957. Elles sont l'ingrédient central des plats les plus prestigieux du répertoire bouchon : la poularde demi-deuil à la Mère Brazier, la poularde à la crème, le poulet rôti à la broche de la maison Fillioux.

La Dombes apporte ses grenouilles et ses canards. Les étangs de la Dombes — ce plateau argileux au nord de Lyon couvert de milliers d'étangs artificiels créés par les moines au Moyen Âge — sont un habitat exceptionnel pour les grenouilles vertes, dont les cuisses préparées au beurre et au persil sont une spécialité lyonnaise incontournable. Les canards sauvages de Dombes fournissent une matière première de qualité pour les terrines, les rillettes et les civets.

Le Beaujolais est le vin du bouchon par excellence. À vingt kilomètres de Lyon, les coteaux du Beaujolais produisent des vins légers, fruités, peu tanniques, qui accompagnent parfaitement la cuisine généreuse et parfois grasse des bouchons. Le Morgon, le Fleurie, le Moulin-à-Vent — les crus du Beaujolais — sont les grands vins du bouchon ; le beaujolais ordinaire, servi dans le pot lyonnais, est le vin du quotidien. La relation entre Lyon et le Beaujolais est millénaire, et elle se lit dans l'identité même des bouchons.

RECETTE 2 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

VI. Les Quinze Plats du Bouchon : Le Répertoire Fondateur

9. Le saucisson chaud pommes à l'huile. Saucisson à cuire lyonnais, cuit dans un bouillon frémissant pendant vingt à vingt-cinq minutes, servi chaud et tranché épais sur un lit de pommes de terre tièdes assaisonnées à l'huile et aux échalotes.

Voici les quinze plats qui définissent l'identité culinaire du bouchon lyonnais. Chacun est une signature, un plat que tout bouchon qui se respecte doit être capable d'exécuter avec excellence.

1. La salade lyonnaise. Frisée de Montpellier, lardons revenus, croutons frottés à l'ail, œuf poché posé sur la salade encore tiède. La vinaigrette au vinaigre de xérès et à la moutarde de Dijon. C'est peut-être la salade la plus copieuse et la plus satisfaisante de tout le répertoire français.

2. La cervelle de canut. Malgré son nom évocateur, c'est un fromage blanc battu — le nom fait référence aux canuts qui le mangeaient régulièrement au mâchon — avec échalotes, fines herbes (ciboulette, persil, cerfeuil), ail, sel, poivre, vinaigre de vin et huile. La texture doit être légère et aérée, le goût frais et légèrement piquant.

3. Les quenelles de brochet sauce Nantua. Préparation technique et raffinée : une farce de chair de brochet liée de panade et d'œufs, moulée en quenelles allongées, pochée dans un court-bouillon, nappée d'une sauce Nantua — beurre d'écrevisses, crème, fond de cuisson des écrevisses. C'est le plat de gloire du bouchon, celui qui distingue une grande maison d'un établissement ordinaire.

4. Le tablier de sapeur. Gras-double (panse de bœuf), mariné au vin blanc et aux herbes, pané puis poêlé dans du beurre jusqu'à coloration dorée. Servi avec une sauce gribiche ou simplement avec de la moutarde de Dijon. Ce plat, dont le nom fait référence aux soldeurs qui portaient un tablier de cuir pour travailler, est l'une des expressions les plus caractéristiques de la cuisine des abats lyonnaise.

5. La poularde demi-deuil. Poulet de Bresse truffé sous la peau — les lamelles de truffe noire apparaissent en transparence sous la peau blanche, donnant l'aspect du « deuil » qui a inspiré le nom — pochée lentement dans un fond blanc. Sauce suprême ou simple jus de cuisson réduit. Un plat d'une délicatesse absolue, réservé aux tables les plus soignées du bouchon.

RECETTE 3 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

XX. Les Abats dans la Cuisine du Bouchon : Une Tradition Indispensable

La cuisine des abats — foie, rognons, ris de veau, gras-double, tripes, cervelle, langue, pied de cochon — est une composante indispensable du répertoire du bouchon lyonnais. C'est une cuisine qui a ses partisans ardents et ses adversaires convaincus, une cuisine qui divise — mais qui, bien préparée, est d'une richesse et d'une complexité que les viandes nobles ne peuvent pas toujours égaler.

Le tablier de sapeur est le plat d'abats le plus emblématique du bouchon. Mais il n'est pas seul. Le pied de cochon en salade — désossé, tiède, assaisonné d'une vinaigrette à la moutarde et aux fines herbes — est un classique du mâchon de la Croix-Rousse. Les rognons de veau sautés à la moutarde sont un plat rapide et puissant, servis avec du riz pilaf ou des pommes de terre sautées. La cervelle de veau meunière — délicate, fragile, panée et frite au beurre — est une préparation que peu de restaurants proposent encore, mais que les bouchons les plus courageux maintiennent à la carte.

Cette cuisine des abats est une cuisine économique et nourrissante, fondée sur une éthique implicite du non-gaspillage : utiliser l'animal entier, ne rien jeter, trouver de la valeur et du plaisir dans les parties que d'autres délaissent. C'est une éthique qui a du sens dans n'importe quelle époque, et qui résonne particulièrement fort aujourd'hui.

RECETTE 4 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

XXIII. Lyon et le Fromage : Le Charolais, le Saint-Marcellin, la Cervelle de Canut

Lyon est aussi une ville de fromages, et les bouchons en témoignent avec leurs plateaux proposant toujours au moins trois ou quatre fromages de la région.

Le Saint-Marcellin — petit disque de fromage de vache ou de chèvre à pâte molle et croûte fleurie, originaire du village du même nom en Isère — est le fromage lyonnais par excellence. Dans sa version la plus accomplie, il est servi légèrement coulant, posé dans sa petite caissette de faïence, arrosé d'un filet d'huile d'olive et saupoudré d'une pincée de poivre. Sa texture crémeuse et son goût légèrement acidulé en font un fromage d'une séduction irrésistible.

Le Charolais — fromage de chèvre cylindrique de Bourgogne méridionale — est apprécié des bouchons pour son caractère plus prononcé, ses notes animales et herbacées qui contrastent agréablement avec la douceur du Saint-Marcellin.

La cervelle de canut — nous l'avons décrite parmi les plats du répertoire — est autant un fromage qu'une préparation : le fromage blanc est la base, et les aromates en font un plat à part entière.

Ces fromages, servis en fin de repas avec un morceau de pain de campagne ou de baguette, et accompagnés d'un verre du même vin que le repas (rouge pour les fromages forts, blanc pour les fromages de chèvre frais), constituent la conclusion idéale d'un repas de bouchon.

RECETTE 5 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

XXIV. Note sur les Saisons du Bouchon

Le bouchon lyonnais, comme toute cuisine attachée à son terroir, a ses saisons. Même si les produits de conservation — charcuteries, fromages secs, légumineuses — permettent de maintenir une carte ouverte toute l'année, certains plats et certains ingrédients ont des saisons strictes que les bouchons respectent.

Les cardons et les truffes noires sont des produits d'hiver — décembre à mars. Le cardon en gratin à la moelle est servi à Noël et jusqu'à la fin de l'hiver. La truffe noire, à son apogée en janvier et février, garnit les poulets de Bresse dans les maisons les plus ambitieuses.

Les grenouilles sont au printemps et en début d'été — mai à juillet. Les cerises pour le clafoutis, les framboises pour les tartes, en juin-juillet. Les champignons de Dombes — cèpes, girolles, chanterelles — en automne.

Ces rythmes saisonniers sont un facteur de qualité et d'authenticité : ils signalent que le bouchon travaille avec des produits à leur moment optimal, pas avec des produits de serre ou d'importation lointaine. Ils invitent le client à revenir plusieurs fois dans l'année pour découvrir les variations d'une carte qui évolue avec les saisons.

Poursuivre la lecture & cuisiner l'intégralité du volume

Toutes les recettes et formules complètes de « Les Bouchons Lyonnais » sont disponibles sur **https://adrienbeaulieu.com/books/mgt-bl2**.