LES PETITS CARNETS BEAULIEU · MAISON BEAULIEU

EXTRAIT OFFERT · TABLE DES MATIÈRES & 5 RECETTES

Les Sauces Mères

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/pb-vio1**

I. Table des Matières de l'Ouvrage

Chapitre 1 — La Béchamel et ses Filles Blanches

1. la béchamel classique
2. la sauce mornay
3. la sauce soubise
4. la sauce aurore blanche
5. la sauce crème
6. la sauce nantua
7. la sauce cardinal
8. la sauce écossaise
9. la sauce smitane
10. la sauce mornay au cheddar
11. la sauce bonnefoy
12. la sauce rouennaise blanche
13. la sauce hongroise blanche
14. la sauce béchamel à la moutarde
15. la sauce béchamel aux fines herbes
16. la sauce béchamel au safran

Chapitre 2 — Le Velouté et ses Sauces Blondes

1. le velouté ordinaire
2. le velouté de poisson
3. le velouté de veau
4. la sauce allemande
5. la sauce poulette
6. la sauce parisienne
7. la sauce vin blanc
8. la sauce normande
9. la sauce bercy blanche
10. la sauce diplomate
11. la sauce joinville
12. la sauce ravigote chaude
13. la sauce américaine
14. la sauce aurore au velouté
15. la sauce ivoire
16. la sauce hongroise blonde
17. la sauce villageoise
18. la sauce d'écrevisses

Chapitre 3 — Les Sauces Suprêmes et de Volaille

1. la sauce suprême
2. la sauce albuféra
3. la sauce chaud-froid blanche
4. la sauce régence
5. la sauce à la reine
6. la sauce vénitienne
7. la sauce stanley
8. la sauce d'oseille blanche

Chapitre 4 — L'Espagnole et la Demi-Glace

1. l'espagnole classique
2. la demi-glace
3. la sauce bordelaise
4. la sauce madère
5. la sauce périgueux
6. la sauce périgourdine
7. la sauce chasseur
8. la sauce robert
9. la sauce charcutière
10. la sauce diable
11. la sauce piquante
12. la sauce poivrade
13. la sauce italienne brune
14. la sauce zingara
15. la sauce salmis
16. la sauce bourguignonne
17. la sauce financière
18. la sauce porto
19. la sauce moscovite
20. la sauce grand veneur
21. la sauce romaine
22. la sauce solferino

Chapitre 5 — Les Sauces Brunes Régionales

1. la sauce lyonnaise
2. la sauce bercy brune
3. la sauce genevoise
4. la sauce dauphine
5. la sauce normande au cidre
6. la sauce poulette brune
7. la sauce reine claude
8. la sauce du Périgord

Chapitre 6 — La Sauce Tomate à la Française

1. la sauce tomate classique
2. la sauce provençale
3. la sauce portugaise
4. la sauce créole
5. la sauce andalouse chaude
6. la sauce aurore au coulis
7. la sauce pizzaiola
8. la sauce tomate à la marseillaise

Chapitre 7 — La Hollandaise et la Béarnaise

1. la sauce hollandaise classique
2. la sauce mousseline
3. la sauce maltaise
4. la sauce noisette
5. la sauce béarnaise
6. la sauce choron
7. la sauce foyot (valois)
8. la sauce paloise
9. la sauce tyrolienne
10. la sauce arlésienne
11. la sauce rachel
12. la sauce bavaroise au beurre

Chapitre 8 — Les Émulsions Chaudes Singulières

1. la sauce beurre blanc nantais
2. la sauce beurre blanc à l'orange
3. la sauce beurre rouge
4. la sauce au sabayon de poisson
5. la sauce nantua au beurre
6. la sauce au champagne
7. la sauce diplomate au homard
8. la sauce au vin jaune et morilles

II. Cinq Recettes Complètes Extraites de l'Ouvrage

RECETTE 1 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

LES CINQ MÈRES CHAUDES

Le velouté part d'un roux blond et d'un fond clair (volaille, veau, ou poisson). Il est plus profond que la béchamel, plus minéral, mieux adapté aux préparations de viande noble pochée ou braisée à blanc. Ses dérivées emblématiques sont l'allemande, la poulette, la suprême et toute la famille des sauces de poisson (vin blanc, normande, bercy blanche). Le velouté est le grand outil de la cuisine bourgeoise française, celui qui permet de servir une volaille dorée d'une sauce qui napperait correctement la cuillère.

Béchamel — la sauce blanche au lait

Issue d'un roux blanc et de lait infusé, la béchamel est la mère la plus simple et la plus polyvalente. Elle se nomme d'après Louis de Béchameil, marquis de Nointel, financier sous Louis XIV — bien qu'il soit à peu près certain qu'elle existait avant lui sous d'autres noms et qu'on lui a attribué l'invention par flatterie courtisane. Ses dérivées vont du Mornay (avec fromage) à la Soubise (aux oignons), de la Nantua (aux écrevisses) à l'Aurore (à la tomate). Elle accompagne les œufs, les volailles pochées, les poissons, les légumes nappés et les gratins.

Velouté — la sauce blonde au fond clair

Espagnole et demi-glace — la sauce brune des viandes

L'espagnole est le pilier de la cuisine de viande. Sa préparation demande quatre heures de cuisson lente d'un roux brun mouillé au fond brun de veau, écumé avec patience, parfumé de mirepoix et de tomate. La demi-glace en est la concentration ultime : on la cuit jusqu'à ce qu'elle nappe la cuillère d'une couche brillante. À partir de la demi-glace se déclinent les sauces nobles : bordelaise au vin de Bordeaux, madère, périgueux à la truffe, périgourdine au foie gras, chasseur, robert, financière. La demi-glace mérite l'investissement que demande sa préparation — elle est la base sans laquelle aucune grande sauce brune n'existe.

Tomate à la française — la mère méridionale

RECETTE 2 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

LES TROIS RÈGLES INVIOLABLES

La qualité du fond

Une sauce ne peut être meilleure que le fond qui la nourrit. Un fond brun médiocre donne une espagnole médiocre et une demi-glace plate, qu'aucune réduction ne rattrape. Un fumet de poisson trop cuit ou mal écumé donne un velouté de poisson amer. Un fond blanc industriel donne une suprême sans intérêt. Si l'on prend un seul soin dans la préparation des sauces, c'est celui-là : un fond préparé maison, à partir d'os blanchis et nettoyés, écumé patiemment, réduit avec mesure. C'est la règle absolue.

La maîtrise de la chaleur

Toutes les sauces françaises se jouent à la température. Trop chaude, une émulsion tranche en deux secondes. Trop froide, une sauce de roux fige. Une hollandaise dépassée des soixante-cinq degrés graine, un beurre blanc poussé à l'ébullition se sépare, un velouté lié aux jaunes qui bout perd toute sa liaison. Le grand cuisinier saucier d'Escoffier passait sa vie à surveiller la température — c'est une sagesse qu'on n'apprend qu'à l'usage.

La finition au beurre

La plupart des sauces françaises classiques se montent au beurre froid en finition. Cette opération, qu'on appelle « monter » la sauce, consiste à incorporer hors du feu de petits cubes de beurre froid en fouettant. Le beurre fondu donne brillance, rondeur et liaison définitive. Une sauce non montée reste plate. Une sauce trop montée pèse. La juste mesure se trouve à l'usage — entre cinquante et cent grammes de beurre froid pour un litre de sauce, selon la richesse souhaitée.

RECETTE 3 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vio1-001. la béchamel classique

15 min de préparation · 25 min de cuisson · 1 litre

Ingrédients : 1 litre de lait entier, 80 g de beurre fin, 80 g de farine tamisée, 1 oignon piqué de 2 clous de girofle, 1 feuille de laurier, sel fin, poivre blanc moulu, une pincée de muscade fraîchement râpée.

Préparation : Faire chauffer le lait avec l'oignon clouté et le laurier sans le pousser à ébullition, le couvrir et le laisser infuser un quart d'heure. Dans une casserole à fond épais, fondre le beurre à feu doux et y verser la farine en remuant au fouet pour obtenir un roux blanc cuit deux à trois minutes sans coloration. Hors du feu, mouiller progressivement avec le lait infusé et filtré, en fouettant énergiquement pour empêcher le moindre grumeau. Remettre sur feu modéré et porter à ébullition sans cesser de remuer, puis abaisser le feu et laisser cuire vingt minutes en remuant régulièrement. Saler, poivrer, ajouter la muscade, passer au chinois fin et conserver couverte d'un papier beurré au contact pour éviter qu'une peau se forme.

Observations : La béchamel se juge à l'instant précis où elle nappe la cuillère sans glisser, dépose un sillon net quand on y trace un trait du doigt, et libère une vapeur à peine perceptible. Carême, dans son Art de la Cuisine de 1833, la voulait nourrie d'un fond de veau réduit à la place du lait pur — usage royal à réserver aux grands jours. Pour le quotidien, le lait infusé suffit, à condition qu'il soit entier et que le roux soit bien cuit : un roux trop pâle donne une sauce farineuse, un roux trop blond la fait jaunir. La marche entre les deux est l'affaire d'une minute, l'œil et le nez tranchent.

RECETTE 4 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi01-002. la sauce mornay

5 min de préparation · 10 min de cuisson · 1 litre

Ingrédients : 1 litre de béchamel chaude (recette précédente), 80 g de gruyère râpé, 40 g de parmesan râpé, 1 jaune d'œuf, une noix de beurre froid, sel, poivre blanc.

Préparation : Préparer une béchamel selon la recette de base et la conserver chaude. Hors du feu, incorporer les fromages râpés en remuant jusqu'à fonte complète. Ajouter le jaune d'œuf en fouettant énergiquement pour lier la sauce sans la cuire. Monter au beurre froid pour donner la brillance. Ne plus jamais faire bouillir au-delà.

Observations : La Mornay nappe les œufs durs, gratine les endives, glace les coquilles Saint-Jacques sous la salamandre. Tout fromage à pâte pressée fait l'affaire selon le terroir : comté pour les uns, beaufort pour d'autres, vieux cantal pour les Auvergnats. Le secret ne tient pas au choix du fromage mais à son rapport au lait — jamais plus de cent grammes par litre, sous peine d'obtenir non plus une sauce mais un fondu. Et toujours hors du feu : la chaleur cuit le jaune et casse l'émulsion.

RECETTE 5 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi01-003. la sauce soubise

15 min de préparation · 35 min de cuisson · 1 litre

Ingrédients : 1 litre de béchamel chaude, 500 g d'oignons doux émincés finement, 60 g de beurre, 10 cl de crème fraîche épaisse, sel fin, poivre blanc, une pointe de sucre.

Préparation : Faire fondre le beurre dans une sauteuse, y ajouter les oignons émincés avec une pincée de sel et une pointe de sucre. Étuver à feu très doux, à couvert, vingt minutes, jusqu'à ce que les oignons rendent leur eau et deviennent translucides sans la moindre coloration. Passer au tamis ou au moulin à légumes pour obtenir une purée fine. Incorporer cette purée à la béchamel chaude, monter en cuisson dix minutes pour resserrer, ajouter la crème en finition, rectifier l'assaisonnement.

Observations : La Soubise honore le prince éponyme, courtisan gastronome du règne de Louis XV qui en eut la primeur. Elle accompagne traditionnellement le ris de veau, le carré d'agneau et l'œuf poché de cérémonie. La règle absolue est l'absence totale de coloration des oignons : la moindre teinte ambrée vire la sauce au gris. Un truc de cuisinier consiste à tirer les oignons à l'étouffée dans un papier sulfurisé pour qu'ils suent sans frire. La pointe de sucre n'est pas pour adoucir mais pour relever la douceur naturelle du légume — la finesse est dans la nuance.

Poursuivre la lecture & cuisiner l'intégralité du volume

Toutes les recettes et formules complètes de « Les Sauces Mères » sont disponibles sur **https://adrienbeaulieu.com/books/pb-vi01**.