LES PETITS CARNETS BEAULIEU · MAISON BEAULIEU

EXTRAIT OFFERT · TABLE DES MATIÈRES & 5 RECETTES

Les Soupes d'Antan

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-vi11**

I. Table des Matières de l'Ouvrage

Chapitre 1 — Les Bouillons et Consommés Classiques

1. bouillon de bœuf clarifié
2. bouillon de volaille clarifié
3. consommé royal
4. consommé Madrilène
5. consommé brunoise
6. consommé célestine
7. consommé Crécy
8. consommé princesse
9. consommé aux quenelles
10. consommé aux profiteroles salées
11. consommé en gelée
12. consommé Olympienne

Chapitre 2 — Les Veloutés

1. velouté de champignons
2. velouté de potiron
3. velouté de cresson
4. velouté d'asperges
5. velouté de poireaux
6. velouté de carottes
7. velouté de céleri-rave
8. velouté de tomates fraîches
9. velouté de petits pois
10. velouté de chou-fleur
11. velouté de châtaignes
12. velouté Dubarry au chou-fleur
13. velouté de fanes anti-gaspi

Chapitre 3 — Les Potages Paysans

1. soupe à l'oignon gratinée
2. soupe au lard
3. soupe au chou
4. panade lyonnaise
5. soupe à l'ail provençale
6. soupe à la pomme de terre
7. soupe paysanne aux légumes
8. soupe à l'orge perlé
9. soupe au pain rassis
10. soupe au lait des montagnes
11. soupe au sang (sanguette)
12. soupe à la farine

Chapitre 4 — Les Soupes de Légumes

1. minestrone à la française
2. soupe de légumes d'été
3. soupe de légumes d'hiver
4. soupe au pistou provençale
5. soupe verte aux herbes
6. soupe d'orties
7. soupe de cresson
8. soupe de poireaux et pommes de terre
9. soupe de courgettes au curry léger
10. soupe de tomates fraîches
11. soupe de carottes au cumin
12. soupe de potiron au lait de coco
13. soupe de patates douces

Chapitre 5 — Les Soupes de Poissons et Crustacés

1. bouillabaisse marseillaise
2. bourride sétoise
3. soupe de poissons traditionnelle
4. cotriade bretonne
5. chaudrée vendéenne
6. caudière nordiste
7. ttoro basque
8. bisque de homard
9. bisque de langoustines
10. bisque de crabe
11. soupe de moules au safran
12. soupe de crevettes à l'aïoli

Chapitre 6 — Les Soupes Régionales

1. garbure gasconne
2. potée auvergnate
3. potée lorraine
4. potée champenoise
5. tourain blanchi périgourdin
6. tourin à l'ail bordelais
7. aïgo boulido provençale
8. panade vendéenne
9. soupe alsacienne aux quenelles
10. soupe normande à la crème
11. soupe corse aux haricots
12. soupe basquaise aux poivrons
13. soupe lyonnaise au gratin

Chapitre 7 — Les Soupes Froides

1. vichyssoise
2. gaspacho à la française
3. soupe froide de concombre
4. soupe froide de tomates
5. soupe froide de melon
6. soupe froide de petits pois
7. soupe froide d'avocat
8. soupe froide de betteraves
9. soupe froide de courgettes
10. soupe froide aux herbes
11. ajo blanco adopté
12. soupe froide de fenouil

Chapitre 8 — Les Soupes Modernes et Cappuccinos

1. cappuccino de cèpes
2. cappuccino d'asperges
3. cappuccino de petits pois
4. cappuccino de potiron
5. espuma de chou-fleur
6. espuma de carotte
7. soupe-mousse de Saint-Jacques
8. soupe au lait de coco et lemongrass (fusion)
9. soupe miso à la française
10. soupe thaï tom yam adoptée
11. soupe-velouté à la truffe
12. soupe-cocktail aux fruits de mer
13. soupe-shot apéritif

II. Cinq Recettes Complètes Extraites de l’Ouvrage

RECETTE 1 SUR 5 · EXTRAIT DE L’OUVRAGE

vi11-001. bouillon de bœuf clarifié

30 min de préparation · 4 h de cuisson · 8 personnes

Ingrédients : 1,5 kg de viande de bœuf maigre (gîte, jarret), 500 g d’os à moelle, 2 carottes, 2 poireaux, 1 oignon piqué de 3 clous de girofle, 1 bouquet garni, 1 cuillerée à soupe de sel. Pour la clarification : 200 g de bœuf maigre haché, 2 blancs d’œufs, 1 carotte, 1 poireau émincé.

Préparation : Cuire viande, os et aromates dans 4 litres d’eau froide, monter à frémissement, écumer 30 min. Cuire 3 h à frémissement. Filtrer le bouillon. Pour la clarification : mélanger viande hachée, blancs et légumes dans casserole froide. Verser le bouillon froid dessus, monter doucement à frémissement en remuant. Quand ça frémit, arrêter de remuer (la « croûte » de viande hachée monte et clarifie le bouillon). Cuire 30 min à frémissement. Filtrer délicatement à travers un linge.

Observations : Le bouillon de bœuf clarifié est l’âme de la cuisine bourgeoise française — Carême dans son Art de la Cuisine (1833) en donne le canon ; Escoffier dans le Guide Culinaire (1903) le perfectionne. La règle technique cardinale : LA clarification (avec viande hachée + blancs d’œufs) est une technique savante — la « croûte » qui se forme à la surface piège toutes les impuretés. Le bouillon obtenu est cristallin, doré, concentré. À servir : en consommé chaud avec garniture, en gelée pour aspics. Plat-totem. Conservation 5 jours au frais, 6 mois congelé. Variantes : au pied de veau (collagène pour gélification), au sherry en finition (luxe).

RECETTE 2 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi11-002. bouillon de volaille clarifié

30 min de préparation · 3 h de cuisson · 8 personnes

Ingrédients : 1 poule de Bresse de 1,5 kg, 2 carottes, 2 poireaux, 1 oignon piqué, 1 bouquet garni, sel. Pour clarification : 200 g de blanc de poulet haché, 2 blancs d'œufs, 1 carotte hachée.

Préparation : Procéder comme vi11-001 avec poule à la place du bœuf. Cuisson 2 h 30. Clarifier de même.

Observations : Le bouillon de volaille clarifié est la base universelle de la cuisine bourgeoise française — codifiée par Escoffier dans le Guide Culinaire (1903) sous le nom de « bouillon de poule clarifié ». La règle technique : LA poule DE bresse AOC donne le bouillon le plus parfumé ; les poulets de batterie sont médiocres. À servir : en consommé chaud, en bouillon de risotto, en base pour soupes raffinées. Plat-totem. Conservation 5 jours, 6 mois congelé. Variantes : au pied de poulet (gélifie), au safran (luxe).

RECETTE 3 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi11-003. consommé royal

30 min de préparation · 30 min de cuisson · 6 personnes

Ingrédients : 1 litre de bouillon de bœuf clarifié (vi11-001), 200 g de royale (préparation : 4 jaunes d'œufs + 25 cl de crème + sel + muscade, cuit au bain-marie 30 min en moule, refroidi, coupé en dés), persil, cerfeuil.

Préparation : Préparer la royale : mélanger jaunes + crème + sel + muscade. Verser dans petit moule beurré. Cuire au bain-marie au four 30 min à 150 °C jusqu'à pris. Refroidir, démouler, couper en petits dés de 5 mm. Faire chauffer le consommé. Disposer dés de royale dans assiettes creuses. Verser consommé brûlant. Persil et cerfeuil.

Observations : Le consommé royal est l'icône bourgeoise française — Carême dans son Art de la Cuisine (1833) en parle pour les dîners de cour. Escoffier dans le Guide Culinaire (1903) le code. La règle technique cardinale : LA royale (jaunes + crème prise au bain-marie) est la garniture signature — sa texture flannelée se découpe en dés réguliers. À servir : aux dîners cérémoniels, aux mariages bourgeois. Plat festif majeur. Conservation 24 h. Variantes : à la royale aux truffes, à la royale aux herbes.

RECETTE 4 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi11-004. consommé Madrilène

30 min de préparation · 30 min de cuisson · 6 personnes

Ingrédients : 1 litre de bouillon de volaille clarifié (vi11-002), 100 g de pulpe de tomates fraîches, 1 cuillerée à café de paprika doux, 1 cuillerée à soupe de Cognac, julienne de poivron pour garniture, persil.

Préparation : Faire chauffer le bouillon. Ajouter pulpe de tomates et paprika. Mijoter 15 min. Filtrer. Ajouter Cognac. Servir chaud avec julienne de poivron et persil.

Observations : Le consommé Madrilène (« à la madrilène ») est codifié par Escoffier dans le Guide Culinaire (1903) parmi les « consommés garnis ». L'inspiration espagnole (Madrid) est francisée. La règle technique : LE paprika donne la couleur orange caractéristique. À servir : aux dîners cérémoniels, peut être servi froid en gelée légère (l'été). Plat festif. Conservation 24 h. Variantes : Madrilène froid (estival), avec safran (luxe).

RECETTE 5 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi11-005. consommé brunoise

30 min de préparation · 30 min de cuisson · 6 personnes

Ingrédients : 1 litre de bouillon de bœuf clarifié (vi11-001), 200 g de brunoise (carottes + navets + céleri + poireaux en très petits cubes de 3 mm), 50 g de beurre, persil.

Préparation : Faire suer la brunoise au beurre 8 min. Faire chauffer le bouillon. Ajouter brunoise. Mijoter 15 min. Persil.

Observations : Le consommé brunoise est une grande spécialité bourgeoise française — codifié par Escoffier dans le Guide Culinaire (1903). La règle technique cardinale : LA brunoise (légumes en cubes de 3 mm uniformes) est l'élégance signature — coupés à la main au couteau. La régularité est essentielle. À servir : aux dîners cérémoniels, en hors d'œuvre chaud bourgeois. Plat raffiné. Conservation 24 h. Variantes : aux 5 légumes, à la brunoise + truffe (luxe).

Poursuivre la lecture & cuisiner l’intégralité du volume

Toutes les recettes et formules complètes de « Les Soupes d'Antan » sont disponibles sur **https://adrienbeaulieu.com/books/pb-vi11**.