LES PETITS CARNETS BEAULIEU · MAISON BEAULIEU

EXTRAIT OFFERT · TABLE DES MATIÈRES & 5 RECETTES

Le Pot-au-Feu et ses Cousins

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-vi14**

I. Table des Matières de l'Ouvrage

Chapitre 1 — Le Pot-au-Feu Canonique

1. pot-au-feu canonique
2. pot-au-feu à la bourgeoise
3. pot-au-feu à la Carême
4. pot-au-feu à la moelle
5. pot-au-feu aux trois viandes
6. pot-au-feu de queue de bœuf
7. pot-au-feu de jarret
8. pot-au-feu de paleron et plat-de-côtes
9. pot-au-feu d'hiver aux légumes anciens
10. pot-au-feu Saint-Germain aux pois cassés
11. pot-au-feu de macreuse aux navets
12. pot-au-feu de gîte à la noix
13. pot-au-feu aux trois os

Chapitre 2 — La Poule au Pot et Volailles Pochées

1. poule au pot Henri IV
2. poule au pot farcie béarnaise
3. poule au pot vendéenne
4. poule au pot lyonnaise au riz
5. poule au pot des grand-mères
6. poule au pot du Sud-Ouest
7. poularde pochée demi-deuil de Bresse
8. chapon poché aux truffes
9. canard poché aux navets
10. pintade pochée au bouillon
11. dinde pochée de réveillon
12. lapin poché au court-bouillon

Chapitre 3 — Les Petites Marmites Bourgeoises

1. petite marmite Henri IV
2. petite marmite parisienne
3. petite marmite à la moelle
4. marmite des Halles
5. marmite du dimanche
6. marmite au gros sel
7. marmite à la croûte au pot
8. marmite des bouchers
9. marmite Voltaire
10. marmite à la macédoine
11. marmite mère poularde
12. marmite parisienne aux trois bouillis
13. marmite à la régence

Chapitre 4 — Les Pots-au-Feu Régionaux

1. pot-au-feu lyonnais
2. pot-au-feu auvergnat aux choux
3. pot-au-feu vendéen à la mique
4. pot-au-feu picard
5. pot-au-feu bourguignon au charolais
6. pot-au-feu nivernais aux carottes Crécy
7. pot-au-feu alsacien aux raves
8. pot-au-feu corse au veau et figatellu
9. pot-au-feu charentais
10. pot-au-feu normand à la crème
11. pot-au-feu provençal aux herbes
12. pot-au-feu lorrain à la mirabelle
13. pot-au-feu beauceron

Chapitre 5 — Les Pochages Charcutiers

1. petit salé aux lentilles vertes du Puy
2. petit salé aux choux
3. petit salé aux haricots blancs
4. jambonneau poché aux légumes
5. palette demi-sel pochée
6. échine demi-sel pochée
7. plat de côtes demi-sel poché
8. saucisson de Lyon poché brioché
9. saucisson pistaché poché lyonnais
10. cervelas truffé poché
11. boudin blanc poché bourguignon
12. langue de porc demi-sel pochée

Chapitre 6 — Les Pochés des Triperies

1. tête de veau sauce gribiche
2. tête de veau sauce ravigote
3. tête de veau à la tortue
4. tête de veau roulée Pellaprat
5. fromage de tête de cochon
6. langue de bœuf sauce piquante
7. langue de bœuf sauce madère
8. langue de veau pochée sauce blanche
9. langue d'agneau aux câpres
10. pieds de veau pochés vinaigrette
11. pieds de mouton à la poulette
12. queue de bœuf bouillie sauce ravigote

Chapitre 7 — L'Art du Réemploi du Bouilli

1. miroton de bœuf bouilli
2. hachis parmentier de bouilli
3. salade de bœuf bouilli à la parisienne
4. boulettes de bouilli à la sauce tomate
5. croquettes de bouilli panées
6. pot-au-feu froid en gelée
7. omelette parmentière au bouilli
8. gratin de bouilli aux poireaux
9. canapés de bouilli moutardés
10. terrine de bouilli en gelée
11. salade des bateliers
12. soupe de bouilli aux croûtons
13. ravioles de bouilli au Dauphiné

Chapitre 8 — Les Bouillis Adoptés

1. bollito misto piémontais
2. tafelspitz autrichien
3. cocido madrileño
4. cocido lebaniego
5. olla podrida espagnole
6. nikujaga japonais adopté
7. shabu-shabu à la française
8. brodetto italien
9. lesso bollito toscan
10. sancocho créole adopté
11. cazuela chilienne adoptée
12. New England boiled dinner adopté

II. Cinq Recettes Complètes Extraites de l’Ouvrage

RECETTE 1 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi14-001. pot-au-feu canonique

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

Ingrédients : 1 kg de gîte ou macreuse de bœuf, 800 g de plat de côtes, 600 g de jarret de bœuf avec os, 4 os à moelle de 5 cm de hauteur, 6 carottes, 4 navets, 4 poireaux, 2 branches de céleri, 1 oignon piqué de 3 clous de girofle, 1 tête d'ail, 1 bouquet garni (thym, laurier, persil, queue de céleri), 1 cuillerée à soupe de gros sel, 10 grains de poivre noir, 4 litres d'eau froide, gros sel et moutarde forte de Dijon en accompagnement, cornichons, tranches de pain grillé pour la moelle.

Préparation : Mettre la viande dans une grande marmite, couvrir d'eau froide, porter doucement à ébullition. Écumer patiemment à la louche pendant la première demi-heure, sans remuer, jusqu'à ce que la mousse cesse de monter. Ajouter le gros sel, les grains de poivre, le bouquet garni, l'oignon clouté et la tête d'ail entière non épluchée. Couvrir partiellement et laisser frémir 2 h sans bouillir. Préparer les légumes : peler et tailler carottes et navets en gros tronçons, ficeler les poireaux en bottes, parer le céleri. Ajouter les légumes à la marmite et poursuivre la cuisson 1 h. Trente minutes avant la fin, ajouter les os à moelle entourés de leur réseau (ou bouchés au gros sel pour empêcher la moelle de fondre). Vérifier la tendreté de la viande à la pointe d'un couteau. Servir le bouillon clair en premier avec des croûtons grillés ; servir ensuite la viande tranchée, les légumes en garniture, les os à moelle sur tartines grillées et chaudes, accompagné de gros sel, moutarde forte et cornichons.

Observations : Le pot-au-feu canonique d'Escoffier (Le Guide Culinaire, 1903) repose sur la sainte trinité bouchère : un morceau maigre (gîte ou macreuse), un morceau gélatineux (jarret), un morceau gras (plat de côtes) — c'est l'équilibre des sucs, du collagène et du gras qui fait un bouillon profond. La règle cardinale est l'eau froide DE départ : monter doucement permet aux protéines de l'écume de coaguler en surface au lieu de se diffuser dans le bouillon — sans cela, le bouillon reste laiteux. Brillat-Savarin écrit dans la Physiologie du Goût (1825) que « le pot-au-feu est l'expression la plus juste du génie domestique français ». La règle paysanne : « un pot qui chante n'est pas un pot qui cuit, c'est un pot qui crie » — frémissement à 92-95 °C, jamais de bouillon. Servir en deux temps comme l'exige la tradition : bouillon en potage, puis bouilli en plat. Conservation 4 jours, le bouillon s'enrichit le lendemain. Les restes appellent le miroton, le hachis ou la salade froide (voir Chapitre VII).

RECETTE 2 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi14-002. pot-au-feu à la bourgeoise

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

Ingrédients : 1,2 kg de gîte de bœuf, 800 g de paleron, 600 g de jarret avec os, 1 queue de bœuf coupée en tronçons, 8 carottes nouvelles, 6 navets boule d'or, 6 poireaux, 1 cœur de céleri-branche, 4 pommes de terre Charlotte, 1 oignon clouté, 1 tête d'ail, 1 bouquet garni renforcé d'une feuille de sauge, 1 cuillerée à soupe de gros sel, 10 grains de poivre, 4,5 litres d'eau froide, gros sel et moutarde en accompagnement.

Préparation : Disposer toutes les viandes dans la marmite, couvrir d'eau froide, monter doucement à frémissement. Écumer méthodiquement pendant 30 min, jusqu'à obtention d'un bouillon limpide. Saler, poivrer, ajouter bouquet garni, oignon clouté et ail. Laisser frémir à découvert 2 h en maintenant la chaleur juste sous l'ébullition. Préparer les légumes en gros morceaux. Ajouter carottes et navets, poursuivre 30 min. Ajouter poireaux ficelés en bottes et céleri, encore 20 min. Ajouter les pommes de terre, terminer 25 min. Servir le bouillon brûlant avec des croûtons frottés à l'ail ; trancher les viandes sur une planche chaude, dresser les légumes autour, accompagner de gros sel et moutarde forte.

Observations : La version « à la bourgeoise » se distingue du canon Escoffier par l'inclusion de la queue de bœuf (qui apporte sa gélatine) et des pommes de terre cuites dans le bouillon (qu'Escoffier servait à part par souci de clarté du bouillon). Carême, dans son Art de la Cuisine Française (1833), prescrivait cette version domestique pour les tables familiales — elle réunit toutes les pièces sous une même cuisson. Le piège est la pomme de terre : choisir une variété à chair ferme (Charlotte, Roseval, Belle de Fontenay) qui ne se déliterait pas, et l'ajouter en dernier pour qu'elle reste entière. La queue apporte un goût singulier de bœuf concentré — aucun autre morceau ne le donne. Servir le bouillon en premier service avec un peu de tapioca en perles — c'est la tradition bourgeoise du XIX^{e}. Conservation 5 jours.

RECETTE 3 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi14-003. pot-au-feu à la Carême

40 min de préparation · 4 h de cuisson · 10 personnes

Ingrédients : 1,5 kg de tranche grasse de bœuf, 1 kg de paleron, 1 demi-poularde de Bresse de 800 g, 600 g de jarret de veau avec os, 4 os à moelle, 8 carottes, 6 navets, 8 poireaux, 1 cœur de céleri, 2 oignons cloutés de 4 clous de girofle chacun, 1 tête d'ail entière, 2 bouquets garnis, 12 grains de poivre, 1,5 cuillerée à soupe de gros sel, 5 litres d'eau froide, riz pilaf en accompagnement.

Préparation : Mettre les viandes de bœuf et le jarret de veau dans la marmite, recouvrir largement d'eau froide. Monter sur feu moyen pendant 45 min en écumant sans arrêt. Saler dès que l'écume est nette. Ajouter oignons cloutés, ail et un bouquet garni. Laisser frémir 2 h à feu très doux. Ajouter la demi-poularde de Bresse troussée, le second bouquet garni et les os à moelle bouchés. Poursuivre 1 h. Préparer carottes, navets, poireaux et céleri en gros morceaux. Ajouter les carottes et navets, cuire 30 min. Ajouter poireaux et céleri, terminer 15 min. Vérifier que la poularde est cuite à cœur. Présenter le bouillon clair en consommé, puis dresser sur grand plat la poularde au centre, le bœuf et le veau autour, les légumes en couronne. Servir avec riz pilaf, gros sel, moutarde forte et cornichons.

Observations : Cette version « à la Carême » est le pot-au-feu de cérémonie tel que le maître l'a codifié pour les grandes maisons bourgeoises et aristocratiques. La présence de la poularde DE bresse (AOC depuis 1957, mais déjà reconnue au XIXe comme la reine des volailles françaises) transforme le pot-au-feu en plat de réception. La règle est de l'ajouter plus tard pour qu'elle ne se dessèche pas : la chair blanche ne doit pas cuire plus d'une heure trente à frémissement. Carême servait ce pot-au-feu en trois assiettes : consommé clair en entrée, viandes et volaille en plat, légumes en accompagnement. Le riz pilaf cuit à part absorbe le bouillon servi en saucière. Vin conseillé : un Mâcon-Villages frais ou un Beaujolais de cru léger. Conservation 4 jours pour les viandes, le bouillon se conserve 6 jours et se bonifie.

RECETTE 4 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi14-004. pot-au-feu à la moelle

20 min de préparation · 3 h 30 de cuisson · 6 personnes

Ingrédients : 800 g de plat de côtes, 800 g de gîte, 8 os à moelle de 5 cm de hauteur (demander au boucher), 4 carottes, 4 navets, 4 poireaux, 2 oignons cloutés, 1 tête d'ail, 1 bouquet garni, gros sel, 10 grains de poivre noir, 4 litres d'eau froide, 12 tranches de pain de campagne grillé, fleur de sel et poivre du moulin pour la moelle, persil plat ciselé.

Préparation : Boucher chaque extrémité des os à moelle avec une couche épaisse de gros sel pour empêcher la moelle de fondre. Réserver. Mettre les viandes dans la marmite, couvrir d'eau froide, porter doucement à frémissement. Écumer 30 min sans interruption. Saler, ajouter oignons cloutés, ail, bouquet garni et grains de poivre. Frémir à découvert 2 h. Ajouter carottes et navets en gros tronçons, poursuivre 30 min. Ajouter poireaux ficelés, encore 20 min. Plonger délicatement les os à moelle dans le bouillon frémissant 15 min — la moelle doit rester rose au centre, pas fondue. Sortir les os, dégager la moelle au couteau, déposer en généreuses tranches sur les pains grillés. Saler à la fleur de sel, poivrer du moulin, parsemer de persil ciselé. Servir aussitôt avec le bouillon brûlant en bol, et la viande tranchée à part avec les légumes.

Observations : Cette version concentre l'attention sur la moelle osseuse — graisse animale la plus subtile de la cuisine française, qui fond en bouche avec un goût de noisette et de bouillon concentré. La règle est le bouchage AU gros sel : sans cette précaution, la moelle fond dans le bouillon et le rend gras. Le timing de la moelle est court (12-15 min à frémissement) — au-delà, elle se réduit à rien. La moelle sur tartine grillée, salée à la fleur de sel et poivrée, est l'un des canapés les plus délicats de la cuisine bourgeoise française. Brillat-Savarin la mentionnait comme « la chair la plus suave que l'art culinaire puisse offrir ». Choisir des os de génisse (plus tendres) et faire scier le boucher en tronçons de 5 cm. Servir avec un Saint-Joseph rouge ou un Mercurey. Conservation des os à moelle 24 h maximum, ils s'oxydent vite.

RECETTE 5 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi14-005. pot-au-feu aux trois viandes

30 min de préparation · 4 h de cuisson · 10 personnes

Ingrédients : 1 kg de paleron de bœuf, 800 g de jarret de veau avec os, 1 demi-poulet fermier de 800 g, 4 os à moelle, 6 carottes, 4 navets, 4 poireaux, 2 branches de céleri, 1 chou vert pommé, 6 pommes de terre Charlotte, 2 oignons cloutés, 1 tête d'ail, 1 bouquet garni, gros sel, 12 grains de poivre, 4,5 litres d'eau froide, 4 saucisses de Toulouse fraîches en supplément.

Préparation : Mettre le bœuf et le jarret de veau dans la marmite, couvrir d'eau froide, monter à frémissement. Écumer 30 min méthodiquement. Saler, ajouter oignons cloutés, ail, bouquet garni et poivre. Frémir 2 h à feu très doux. Ajouter le demi-poulet et poursuivre 1 h. Pendant ce temps, blanchir les feuilles de chou 5 min à l'eau bouillante, rafraîchir à l'eau glacée, égoutter. Ajouter carottes et navets dans la marmite, cuire 25 min. Ajouter poireaux ficelés, céleri et chou, encore 15 min. Cuire les pommes de terre à part dans un peu de bouillon prélevé pour qu'elles n'épaississent pas le bouillon principal. Pocher les saucisses de Toulouse 20 min dans une casserole d'eau frémissante salée. Présenter le bouilli sur grand plat : bœuf au centre, veau et volaille de part et d'autre, légumes en couronne, saucisses ajoutées en dernier. Servir le bouillon en saucière, avec gros sel, moutarde et cornichons.

Observations : Ce pot-au-feu « aux trois viandes » réunit les trois grandes cuissons de la viande blanche-rouge : le bœuf qui donne le bouillon, le veau qui donne la gélatine douce, la volaille qui donne la chair blanche moelleuse. C'est le canon de la Mère Brazier (Lyon), reproduit chez Bocuse à Collonges. La règle est l'étagement des temps : le bœuf en premier (3 h), le veau ajouté à 1 h (cuit en 2 h), la volaille à 30 min de la fin (cuit en 1 h), les légumes par ordre de fragilité. La saucisse de Toulouse — IGP depuis 2018, mais usage attesté dès le XVII^{e} — est l'apport sudiste qui transforme le pot-au-feu en plat de fête bourgeoise. Servir avec un Saint-Émilion ou un Côtes-du-Roussillon-Villages. Conservation 5 jours.

Poursuivre la lecture & cuisiner l'intégralité du volume

Toutes les recettes et formules complètes de « Le Pot-au-Feu et ses Cousins » sont disponibles sur **https://adrienbeaulieu.com/books/pb-vi14**.