LES PETITS CARNETS BEAULIEU · MAISON BEAULIEU

EXTRAIT OFFERT · TABLE DES MATIÈRES & 5 RECETTES

# Les Marées de Rivière

*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-vi21**

# I. Table des Matières de l'Ouvrage


### Chapitre 1 — La Truite et les Salmonidés de Torrent

1. truite au bleu canon Carême
2. truite à la meunière au beurre noisette canon
3. truite aux amandes effilées
4. truite à la vauclusienne au vin blanc et fines herbes
5. truite en papillote aux herbes du jardin
6. truite farcie aux champignons des bois
7. truite saumonée en croûte de sel
8. truite saumonée à l'oseille à la mode des frères Troisgros
9. omble chevalier du lac d'Annecy à la grenobloise
10. omble chevalier au beurre blanc nantais
11. ombre commun grillé au beurre maître d'hôtel
12. truite arc-en-ciel poêlée aux lardons du Haut-Doubs IGP
13. truite fario en escabèche tiède aux herbes

### Chapitre 2 — Le Brochet et le Sandre

1. quenelles de brochet à la sauce Nantua canon Bocuse-mère Brazier
2. quenelles de brochet à la lyonnaise sauce écrevisses
3. brochet au beurre blanc nantais canon
4. brochet à la mode bourguignonne au vin rouge
5. brochet à la sauce Génevoise du Léman
6. brochet braisé en cocotte aux herbes
7. darnes de brochet en matelote au vin blanc
8. sandre au beurre blanc nantais canon
9. sandre poêlé sauce vin blanc aux échalotes confites
10. sandre à la mode bourguignonne sauce Meurette
11. sandre rôti à l'unilatéral peau croustillante
12. darnes de sandre en matelote bourguignonne
13. brochet ou sandre en pithiviers feuilleté

### Chapitre 3 — La Carpe, la Tanche et les Cyprinidés

1. carpe à la juive aux raisins de Smyrne canon
2. carpe à la chambord canon Carême au vin rouge
3. carpe braisée à la bière brune et au pain d'épices alsacienne
4. carpe farcie à la bourguignonne
5. carpe miroir au four aux légumes du potager
6. carpe en gefilte-fish à la judéo-alsacienne
7. tanche dorée farcie à la solognote
8. tanche au four aux herbes et beurre noisette
9. brème commune en escabèche au vinaigre de cidre
10. chevesne grillé sauce ravigote tiède
11. vandoise pochée au court-bouillon vinaigré
12. hachis parmentier de carpe aux pommes Reinette

## Chapitre 4 — L'Anguille, l'Alose et la Lamproie

1. lamproie à la bordelaise canon au sang et au vin rouge
2. lamproie en matelote au vin de Cahors
3. alose à l'oseille canon
4. alose grillée au beurre blanc nantais
5. alose en escabèche aux herbes vertes
6. anguille au vert à la flamande aux herbes en sauce verte
7. anguille en matelote au vin rouge à la bourguignonne
8. anguille de Loire à la persillade
9. anguille tronçonnée à la rouennaise sauce normande
10. anguille frite à la moutarde de Dijon
11. pibales (civelles) à la bordelaise au piment d'Espelette
12. pibales sautées à l'ail à la basquaise
13. anguille à la provençale aux tomates et olives noires de Nyons

## Chapitre 5 — La Perche, le Black-Bass et les Poissons à la Meunière

1. filets de perche meunière au beurre noisette canon
2. perche entière à la mode du Léman au four
3. perche soleil ou perche commune au four à l'estragon
4. black-bass à la meunière aux amandes
5. black-bass farci aux herbes en papillote
6. perche au beurre blanc nantais aux échalotes confites
7. filets de perche en gratin Mornay
8. perche-soleil en escabèche tiède
9. black-bass grillé sauce Bercy au vin blanc
10. perche au four à la sauge et lardons fumés
11. darnes de saumon de fontaine au beurre rouge
12. saumon de fontaine en papillote aux herbes du jardin

## Chapitre 6 — Les Écrevisses et les Crustacés d'Eau Douce

1. écrevisses à la nage au court-bouillon court canon
2. écrevisses à la bordelaise au vin blanc et tomate
3. écrevisses à la liégeoise au beurre
4. écrevisses à la mode du Doubs au vin jaune
5. gratin d'écrevisses Mornay
6. sauce Nantua aux écrevisses (préparation noble pour quenelles)
7. buisson d'écrevisses au court-bouillon vinaigré canon
8. timbale d'écrevisses Carême
9. écrevisses signal de Californie au vin blanc et fines herbes
10. cassolette d'écrevisses aux morilles à la crème
11. cuisses de grenouilles à la persillade canon
12. cuisses de grenouilles à la lyonnaise sautées
13. cuisses de grenouilles à la provençale tomate-ail-fenouil

## Chapitre 7 — La Friture, les Goujons et le Petit Poisson

1. friture de goujons de Loire à l'anglaise canon
2. friture mêlée de gardons-ablettes-vairons
3. ablettes en escabèche tiède au vinaigre
4. goujons en pochette à l'anglaise au persil frit
5. vairons frits au paprika d'Espelette
6. friture de gardons à la cendre des bords de l'Yonne
7. brochettes de petits poissons à la persillade
8. friture de loche à la moutarde
9. éperlans de la Saône frits canon
10. friture de petits goujons au beurre noisette
11. vandoises frites à l'anglaise
12. brochettes de petits poissons en escabèche

## Chapitre 8 — Les Préparations Patrimoniales et le Réemploi

1. pochouse de Verdun-sur-le-Doubs canon
2. matelote de la Loire aux poissons mêlés
3. matelote canotière de la Marne
4. waterzooï de poissons de rivière à la flamande
5. pithiviers de brochet aux écrevisses canon
6. pâté en croûte chaud de poissons de rivière
7. hachis parmentier de truite aux herbes
8. boulettes de brochet sauce Nantua
9. cromesquis de poisson de rivière à la Saulnier
10. mousse chaude de brochet à la sauce écrevisses
11. vol-au-vent à la garniture de quenelles et écrevisses
12. brochettes de poissons de rivière au lard fumé du Haut-Doubs

# II. Cinq Recettes Complètes Extraites de l’Ouvrage

RECETTE 1 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

## DE Beauvilliers À LA Nouvelle Cuisine

*Paul Bocuse (1926-2018), dans La Cuisine du Marché (1976), modernise les quenelles de brochet à la sauce Nantua selon la tradition de la mère Brazier, code l'omble chevalier au beurre blanc et le sandre rôti à l'unilatéral peau croustillante (cuisson asymétrique côté peau seulement). Jean et Pierre Troisgros, à Roanne (trois étoiles depuis 1968), créent en 1962 le Saumon À L'Oseille — escalope de saumon de l'Atlantique poêlée à l'unilatéral, nappée d'une sauce à l'oseille de printemps montée à la crème — préparation qui fait école et qu'on retrouve appliquée à la Truite Saumonée et à la Truite Fario dans le présent volume. Joël Robuchon (au Jamin années 1990, Larousse Gastronomique 1996 et 2007) modernise les techniques par la précision de la cuisson basse température et la rigueur des extractions de fumet.*

Beauvilliers et la première codification républicaine de l'eau douce

Antoine Beauvilliers (1754-1817), dans son Art du Cuisinier (1814), consacre un chapitre entier aux poissons de rivière qu'il distingue rigoureusement des poissons de mer. Il code la matelote au vin rouge (le brochet, la carpe et l'anguille mêlés en cocotte avec oignons grelots et lardons), la carpe à la chambord en croûte feuilletée garniture noble, le brochet poché au court-bouillon vinaigré sauce câpres, l'anguille à la rouennaise sauce normande, les écrevisses à la nage canon. Beauvilliers inscrit le poisson d'eau douce dans la grande cuisine bourgeoise française post-révolutionnaire — il en fait la signature des tables fluviales de Paris, Lyon, Bordeaux et Nantes.

Carême et la sauce mère du beurre blanc

Antonin Carême (1784-1833), dans L'Art de la Cuisine Française au XIX$^{e}$ siècle (1833), code la Sauce Beurre Blanc nantaise — la dernière sauce mère ajoutée au répertoire classique des sauces françaises, codifiée à partir de la tradition orale des cuisinières de Saint-Julien-de-Concelles près de Nantes. Le beurre blanc se distingue radicalement de la béarnaise par l'Absence D'œufs — c'est une émulsion Vinaigre-Beurre pure, montée à chaud sur réduction de vin blanc et d'échalotes, dont la stabilité dépend du seul savoir-faire du cuisinier. Carême code également la Sauce Nantua aux écrevisses (béchamel + crème + beurre d'écrevisses tiré des carapaces broyées) qui devient la signature des Quenelles DE Brochet Lyonnaises, la Sauce Génevoise au vin rouge corsé du Léman, le Pithiviers DE Brochet aux Écrevisses en croûte feuilletée. Carême fait du poisson de rivière une école de précision technique aussi exigeante que celle du gibier ou de la volaille.

La mère Brazier et la quenelle de brochet à la lyonnaise

Eugénie Brazier (1895-1977), première chef étoilée trois étoiles femme de France (deux fois trois étoiles en 1933, à la mère Brazier de la rue Royale et au col de la Luère), perfectionne la Quenelle DE Brochet À LA Sauce Nantua dans son bouchon lyonnais — Désarêtage soigneux du brochet de Loire, Mousseline passée au tamis fin, Panade AU Lait épaisse pour aérer, Incorporation DE Blancs D'œufs Montés pour gonfler, Pochage À 80 °C frémissant en eau salée, Gratinage final dans la sauce Nantua au beurre d'écrevisses. La mère Brazier transmet la formule à son apprenti Paul Bocuse qui en fait la signature mondiale dans La Cuisine du Marché (1976). C'est la grande lignée lyonnaise du brochet à l'écrevisse.

RECETTE 2 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

## LES Huit Familles DE LA Cuisine Française DES Poissons DE Rivière

*La friture dominicale du chasseur économe — friture de Goujons DE Loire Gobio gobio à l'anglaise canon (école Curnonsky), friture mêlée de Gardons-Ablettes-Vairons, Ablettes en escabèche tiède au vinaigre, Goujons en pochette à l'anglaise au persil frit, Vairons frits au paprika d'Espelette, friture de gardons à la cendre des bords de l'Yonne, Brochettes de petits poissons à la persillade, friture de Loche à la moutarde, Éperlans de la Saône frits canon, friture de petits goujons au beurre noisette, Vandoises frites à l'anglaise, brochettes de petits poissons en escabèche.*

La truite et les salmonidés de torrent (Chap I)

Le salmonidé le plus pur — Truite Fario sauvage des torrents alpins, vosgiens et auvergnats au bleu canon (pochée à l'eau bouillante vinaigrée qui fixe la couleur bleu acier de la peau vivante), à la meunière au beurre noisette (canon Carême-Escoffier — farine + beurre clarifié + citron + persil), aux amandes effilées, à la vauclusienne aux herbes du jardin, en papillote, farcie aux champignons des bois, en croûte de sel pour la truite saumonée des grands lacs, à l'oseille à la mode des frères Troisgros pour la truite saumonée et fario, Omble Chevalier Salvelinus alpinus du Lac d'Annecy à la grenobloise (citron + câpres + croûtons frits + persil) ou au beurre blanc nantais, Ombre Commun Thymallus thymallus grillé au beurre maître d'hôtel, Truite arc-EN-Ciel d'élevage poêlée aux lardons fumés du Haut-Doubs IGP, truite fario en escabèche tiède aux herbes vertes.

Le brochet et le sandre (Chap II)

Les chasseurs prédateurs des berges — Brochet Esox lucius de Loire de 2-3 kg en Quenelles À LA Sauce Nantua canon mère Brazier-Bocuse, en quenelles à la lyonnaise sauce écrevisses, AU Beurre Blanc Nantais canon (sauce mère codifiée par Carême + Escoffier — vinaigre Muscadet + échalotes + beurre AOP des Charentes-Poitou), à la mode bourguignonne au vin rouge, à la Sauce Génevoise du Léman (codifiée par Escoffier — Bordelaise + crème + beurre d'écrevisses), en cocotte aux herbes braisées, en darnes en matelote au vin blanc. Sandre Sander lucioperca au beurre blanc, sauce vin blanc, à la mode bourguignonne sauce Meurette, rôti à l'unilatéral peau croustillante (technique Bocuse), en darnes en matelote bourguignonne. Brochet ou sandre en pithiviers feuilleté Carême.

La carpe, la tanche et les cyprinidés (Chap III)

Les cyprinidés de fond — Carpe Cyprinus carpio À LA Juive aux raisins de Smyrne (recette judéo-alsacienne XVIe siècle), À LA Chambord canon Carême au vin rouge et garniture noble, À LA Bière Brune ET Pain D'Épices alsacienne, Farcie À LA Bourguignonne, Carpe Miroir au four aux légumes du potager, EN Gefilte-Fish judéo-alsacienne (boulettes de carpe pochées). Tanche Dorée Tinca tinca farcie à la solognote, au four aux herbes. Brème Commune en escabèche au vinaigre de cidre. Chevesne grillé sauce ravigote tiède. Vandoise pochée. Hachis Parmentier de carpe aux pommes Reinette.

RECETTE 3 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

## vi21-001. truite au bleu canon Carême

*15 min de préparation · 8 min de pochage · 4 personnes*

Ingrédients : 4 belles truites fario Salmo trutta fario sauvages des torrents alpins ou vosgiens Vivantes (200-300 g chacune), 60 g de beurre AOP des Charentes-Poitou, 1 cuillerée à soupe de cerfeuil frais haché, 1 citron jaune en quartiers ; pour le Court-Bouillon Vinaigré : 2 litres d'eau froide, 200 ml de vinaigre de vin blanc, 2 carottes en rondelles, 2 oignons piqués de 2 clous de girofle, 1 grand bouquet garni (thym, laurier, queue de persil), 8 grains de poivre noir concassés, 50 g de gros sel de Guérande IGP, 1 cuillerée à café de fleur de sel pour la finition.

Préparation : Préparer le Court-Bouillon 30 minutes à l'avance : porter l'eau + vinaigre + carottes + oignons piqués + bouquet garni + poivre + gros sel à frémissement, Mijoter 30 minutes à 90 °C, Garder au chaud à frémissement à peine perceptible (80 °C). Sortir les Truites Vivantes de leur vivier oxygéné, les Assommer d'un coup sec à la base du crâne, les Vider soigneusement par le côté ventral Sans Perforer LE Fiel, ne pas écaler ni écailler — la peau Vivante doit rester intacte pour que la couleur bleu se développe. Plonger les truites Immédiatement dans le Court-Bouillon à 80 °C frémissant — au contact de l'acidité du vinaigre sur la peau vivante, la couleur Bleu Acier caractéristique se développe instantanément. Pocher 8 minutes à 80 °C frémissant à peine perceptible (jamais bouillant qui briserait la chair fragile et déchirerait la peau). Sortir délicatement à la passoire ou à l'écumoire large. Servir Immédiatement sur plat chaud chemisé de cresson de fontaine, Napper d'une noisette de Beurre Fondu et de cerfeuil haché, parsemer de fleur de sel, accompagner de Quartiers DE Citron.

Observations : La truite au bleu est l'une des plus pures et des plus anciennes préparations de la cuisine française des poissons de rivière — codifiée par Antonin Carême dans L'Art de la Cuisine Française au XIX$^{e}$ siècle (1833) puis fixée par Auguste Escoffier dans Le Guide Culinaire (1903) sous la formule canonique. La règle de la Truite Vivante est cardinale et non négociable — la couleur Bleu Acier ne se développe que sur poisson vivant au moment du pochage, jamais sur truite réfrigérée même fraîche. La règle de l'Interdiction DE L'Écaillage est absolue — la truite garde sa peau intacte qui est l'écran sur lequel se développe la couleur bleu. La règle du Pochage À 80 °C Frémissant (jamais bouillant qui briserait la chair) est la signature

technique du plat. Cette préparation, dans sa pureté absolue, distingue le pisciculteur sérieux du commerçant industriel — la truite au bleu n'est possible qu'avec un pisciculteur qui livre ses poissons en vivier oxygéné. Servir avec des Pommes Vapeur à la peau et un Beurre Fondu au cerfeuil. Vin : un Sancerre blanc, un Pouilly-Fumé ou un Vouvray sec. Conservation : aucune.

RECETTE 4 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

## vi21-002. truite à la meunière au beurre noisette canon

*15 min de préparation · 10 min de cuisson · 4 personnes*

Ingrédients : 4 truites fario sauvages ou truites arc-en-ciel d'élevage de 250 g chacune, vidées et écaillées (tête conservée), 100 g de farine T55 pour fariner, 100 g de beurre AOP des Charentes-Poitou, 50 ml d'huile d'arachide pour saisir, 1 citron jaune en jus + zeste râpé, 2 cuillerées à soupe de persil plat haché, gros sel de Guérande, poivre blanc du moulin, fleur de sel, 1 brindille de cerfeuil frais pour la garniture.

Préparation : Saler-poivrer les truites par l'extérieur et la cavité abdominale. Fariner chaque truite sur les deux faces, tapoter pour ôter l'excès. Faire chauffer 50 g de beurre + l'huile d'arachide dans une Poêle EN Fonte bien chaude (huile pour éviter le brûlage du beurre, beurre pour le parfum). Faire Saisir les truites côté chair en bas 4 minutes à feu moyen-vif jusqu'à coloration Brun-Doré croustillant, Retourner, Cuire 4 minutes côté l'autre face — chair Nacrée À cœur (la chair se détache facilement de l'arête centrale au couteau). Réserver les truites au chaud sur plat chaud sous papier d'aluminium. Vider la poêle de la matière grasse de cuisson. Ajouter dans la poêle propre 50 g de beurre supplémentaire, le faire Fondre et Chauffer jusqu'à coloration Blond-Ambré uniforme avec Odeur DE Noisette Grillée — c'est le Beurre Noisette canonique, jamais poussé jusqu'au brun-noir. Hors du feu, ajouter le jus DE Citron et le Zeste râpé (l'eau du jus arrête immédiatement la cuisson du beurre noisette), mélanger doucement. Napper les truites de Beurre Noisette AU Citron, parsemer de Persil Plat Haché et de fleur de sel, garnir de cerfeuil. Servir Immédiatement.

Observations : La truite à la meunière au beurre noisette est la préparation Canonique des poissons de rivière français — codifiée par Carême puis Escoffier (Guide Culinaire 1903) comme « le geste fondamental de la meunière ». Le nom « Meunière » fait référence au Passage Dans LA Farine (« comme la meunière qui a les mains farineuses »), technique qui crée une fine croûte Dorée à la cuisson et empêche la chair de coller à la poêle. La règle des Quatre Temps DE LA Meunière est cardinale — (1) saler-poivrer-fariner, (2) saisir au beurre clarifié + huile, (3) beurre noisette frais hors cuisson, (4) jus de citron + persil pour finition. La règle du Beurre Noisette Blond-Ambré (jamais brun-noir qui serait brûlé) est non négociable — le brun-noir est le Beurre Noir pour la cervelle au beurre noir (vi19), pas la meunière. Cette technique s'applique à tous les poissons de rivière (perche, sandre, omble) et reste la

préparation la plus universelle. Servir avec des Pommes Vapeur à la peau ou un Gratin Dauphinois. Vin : un Pouilly-Fumé, un Sancerre blanc ou un Vouvray sec. Conservation : aucune.

RECETTE 5 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

## vi21-003. truite aux amandes effilées

*15 min de préparation · 10 min de cuisson · 4 personnes*

Ingrédients : 4 truites fario ou arc-en-ciel de 250 g chacune, vidées et écaillées, 100 g de farine T55, 80 g d'Amandes Effilées blondes, 100 g de beurre AOP des Charentes-Poitou, 50 ml d'huile d'arachide, 1 citron jaune en jus, 1 cuillerée à soupe de persil plat haché, gros sel, poivre blanc du moulin, fleur de sel.

Préparation : Saler-poivrer les truites, Fariner sur les deux faces, tapoter. Faire chauffer 50 g de beurre + l'huile dans une Poêle EN Fonte, faire Saisir les truites 4 minutes par face jusqu'à Brun-Doré. Réserver au chaud. Vider la poêle, ajouter 50 g de beurre frais, faire Fondre en Beurre Noisette Blond-Ambré. Ajouter les Amandes Effilées dans le beurre noisette, faire Dorer 1 minute en remuant constamment — les amandes prennent la coloration brun-doré sans brûler (attention, l'amande passe du blond au brûlé en 30 secondes). Hors du feu, ajouter le jus DE Citron pour arrêter la cuisson, le Persil Haché. Napper les truites de Beurre Noisette aux Amandes, parsemer de fleur de sel. Servir Immédiatement.

Observations : La truite aux amandes effilées est une variation aristocratique de la meunière classique — codifiée par les chefs de la cuisine bourgeoise française du XIX$^{e}$ siècle, popularisée par les bouchons lyonnais et les brasseries parisiennes. La règle des Amandes Effilées (jamais en poudre, jamais entières — toujours en lamelles fines pour la cuisson rapide) est cardinale. La règle du Double Timing DE Cuisson est non négociable : (1) saisie de la truite au beurre + huile, (2) beurre noisette + amandes 1 minute. La règle du jus DE Citron Arrêtant la cuisson du beurre noisette aux amandes (sans cette goutte d'eau, les amandes brûleraient en quelques secondes supplémentaires) est codifiée par Escoffier. La distinction avec la meunière simple (vi21-002) tient à la Présence des Amandes qui apporte le croustillant et le parfum d'amande grillée. Cette préparation est l'une des plus accessibles et des plus universellement appréciées du répertoire poisson de rivière. Servir avec des Pommes Vapeur ou un riz aux Herbes. Vin : un Sancerre blanc, un Vouvray sec ou un Riesling Grand Cru. Conservation : aucune.

**Poursuivre la lecture & cuisiner l’intégralité du volume**

Toutes les recettes et formules complètes de « Les Marées de Rivière » sont disponibles sur **https://adrienbeaulieu.com/books/pb-vi21**.