LES PETITS CARNETS BEAULIEU · MAISON BEAULIEU

EXTRAIT OFFERT · TABLE DES MATIÈRES & 5 RECETTES

# Les Tables de Pâques

*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-vi42**

# I. Table des Matières de l’Ouvrage

## Chapitre 1 — Introduction — La Table de Pâques dans la Tradition Française

1. le gigot d'agneau rôti à l'ail et au romarin
2. le gigot en cocotte sept heures, confiture d'oignons
3. le carré d'agneau en croûte d'herbes du printemps
4. l'épaule d'agneau confite à la façon provençale
5. le navarin d'agneau printanier aux légumes nouveaux
6. les côtelettes d'agneau grillées à la moutarde de dijon
7. le sauté d'agneau aux artichauts et citrons confits
8. le gigot à la ficelle, jus aux anchois et câpres
9. la selle d'agneau rôtie, sauce paloise à l'estragon
10. les rognons d'agneau sautés au beurre d'échalote
11. le carré d'agneau en persillade fine à la provençale
12. l'agneau de lait rôti, jus aux herbes du maquis corse
13. les asperges blanches de Sologne à la sauce hollandaise
14. les asperges vertes sautées au beurre noisette et parmesan
15. la vinaigrette d'asperges mixtes à la mimosa et ciboulette
16. les asperges à la polonaise — œuf dur, chapelure et beurre
17. les petits pois à la française, lardons et cœurs de laitue
18. les artichauts à la barigoule provençale
19. les fèves fraîches en persillade au lard fumé
20. les radis au beurre et fleur de sel, crudités printanières
21. la salade de pousses printanières, vinaigrette au citron
22. les carottes nouvelles glacées au beurre et au miel
23. les asperges gratinées au Comté et à la crème
24. la tarte fine aux asperges vertes et au chèvre frais
25. les œufs mimosa classiques de la table de Pâques
26. les œufs brouillés à la truffe printanière du Périgord
27. les œufs cocotte à la crème et aux herbes fines
28. l'omelette aux pointes d'asperges et aux fines herbes
29. les œufs à la neige sur crème anglaise à la vanille
30. les œufs pochés sur tartines de jambon persillé
31. la tortilla espagnole aux pommes de terre et oignons nouveaux
32. les œufs mollets sur lit d'épinards à la florentine
33. les œufs farcis printaniers — saumon, ciboulette, aneth
34. le soufflé chaud au fromage, sauce mornay légère
35. les œufs en gelée au jambon blanc et à l'estragon
36. la quiche lorraine traditionnelle aux lardons
37. le cabillaud rôti au beurre blanc nantais, persil frisé
38. la daurade royale en croûte de sel au fenouil sauvage
39. le saumon en papillote au citron et à l'aneth
40. les filets de sole normande, sauce velouté aux champignons
41. la bouillabaisse marseillaise de printemps, rouille et croûtons
42. les coquilles saint-jacques à la bretonne, beurre blanc
43. les moules farcies à la provençale, persillade et chapelure
44. le thon mi-cuit au sésame, vinaigrette acidulée au gingembre
45. les crevettes sautées à l'ail et au persil plat
46. la lotte en fricassée aux champignons de printemps
47. le brochet au court-bouillon, sauce gribiche maison
48. le gratin de pommes de terre aux moules à la béchamel
49. les langoustines grillées au beurre d'estragon
50. la terrine de printemps aux légumes et herbes fraîches
51. le jambon persillé de bourgogne, tradition de pâques

52. la galantine de volaille aux pistaches et aux herbes
53. le pâté de campagne au porc et au foie de volaille
54. la terrine de lapin aux pruneaux et au cognac
55. le fromage de tête à l'ancienne, sauce ravigote
56. la ballotine de volaille aux épinards et à la ricotta
57. les rillettes de porc du mans au saindoux de tradition
58. la tête de veau ravigote — sauce relevée aux câpres
59. la saucisse fraîche de toulouse grillée aux herbes
60. la terrine de légumes printaniers au chèvre frais
61. le jambon en croûte sauce madère, tradition pascale
62. les chèvres frais de loire : crottin, selles-sur-cher, valençay
63. la tarte au fromage blanc alsacienne, pâte brisée fine
64. le camembert chaud en croûte au miel et aux noix
65. la fondue savoyarde au comté et à l'emmental
66. le soufflé au comté vieux, recette classique bourguignonne
67. le gâteau de fromage blanc breton à la vanille
68. les gougères au gruyère, recette de bourgogne
69. la tarte aux épinards et au chèvre frais, feuilletage
70. le brie de meaux à la truffe printanière sur toast
71. la flamiche aux poireaux et au maroilles
72. le cheesecake à la française, fromage blanc et zeste de citron
73. la cervelle de canut lyonnaise, herbes et échalotes
74. le gâteau basque à la crème pâtissière et aux cerises noires
75. la tarte au citron meringuée, pâte sucrée de pierre hermé
76. les œufs en chocolat soufflés à la ganache au praliné
77. le nid de pâques en génoise, crème moka et décor chocolat
78. la tarte tatin aux pommes caramélisées normandes
79. le kouglof alsacien aux raisins secs et aux amandes
80. la tarte aux fraises des bois à la crème fraîche légère
81. les madeleines de commercy au beurre noisette
82. le millefeuille printanier aux fraises et crème diplomate
83. les macarons parisiens — framboise, pistache, chocolat
84. la charlotte aux fraises, biscuits à la cuillère
85. le paris-brest à la crème pralinée, pâte à choux
86. le baba au rhum, chantilly à la vanille de tahiti
87. le kir au vin blanc de bourgogne et crème de cassis de dijon
88. la sangria blanche de printemps aux agrumes et aux fraises
89. le rosé de provence frais, accord agneau et légumes verts
90. le bourgogne blanc premier cru, accord asperges hollandaise
91. le sancerre blanc, accord chèvre de loire et asperges vertes
92. le pinot noir d'alsace frais, accord agneau de printemps
93. le champagne rosé millésimé, accord fraises et desserts
94. la limonade artisanale aux fleurs de sureau
95. le cocktail de pâques — jus d'orange sanguine et champagne
96. l'eau aromatisée au concombre et à la menthe fraîche
97. le cidre brut artisanal normand, accord poissons du printemps
98. le thé earl grey glacé au citron vert et au gingembre
99. le gewurztraminer sec d'alsace, accord choucroute et terrines
100. le vouvray demi-sec de touraine, accord tarte au citron

# II. Cinq Recettes Complètes Extraites de l’Ouvrage

RECETTE 1 SUR 5 · EXTRAIT DE L’OUVRAGE

## L’agneau pascal : histoire et gastronomie

L’agneau pascal est l’un des aliments les plus anciennement documentés de la table française de fête. Sa présence sur les tables chrétiennes de France remonte aux premiers siècles du christianisme — sa symbolique est empruntée directement à l’Agneau de l’Agneau pascal hébraïque, puis christianisée comme figure du Christ sacrifié et ressuscité. Mais au-delà du symbole religieux, l’agneau de printemps est une réalité gastronomique que les grands cuisiniers français n’ont cessé de célébrer.

Au XIXe siècle, Antonin Carême lui consacre plusieurs préparations dans son Art de la Cuisine Française (1833), distinguant soigneusement le gigot du « mouton de boucherie » et celui de « l’agneau de lait » dont la chair blanche et délicate réclame une attention particulière. Auguste Escoffier, dans son Guide Culinaire (1903), donne les recettes fondamentales qui structurent encore notre pratique : le gigot rôti à l’ail et au romarin, la selle d’agneau, le carré en persillade, le navarin printanier. Curnonsky, qui voyagea toute sa vie pour documenter les cuisines de France, nomme l’agneau des Pyrénées — nourri d’herbes de montagne — comme l’un des meilleurs du monde.

RECETTE 2 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

## Les œufs : symbole et gastronomie

*L'œuf de Pâques est d'abord un symbole universel de renouveau, bien antérieur au christianisme — on sait que les Perses anciens s'offraient des œufs peints au Nouvel An, et que les Romains utilisaient l'œuf comme symbole de fécondité printanière. La tradition de l'œuf en chocolat, qui domine aujourd'hui la représentation de Pâques, est une invention du XIXe siècle : les premiers chocolatiers de Paris et de Bruxelles ont commencé à mouler des œufs creux en chocolat vers 1820-1830.*

Mais la cuisine française a aussi une tradition gastronomique de l'œuf de Pâques — les œufs mimosa, les œufs en gelée, les soufflés au fromage, les omelettes aux herbes fraîches font partie des entrées et des plats qui s'associent naturellement à la table pascale. Escoffier, dans Ma Cuisine (1934), consacre un chapitre entier aux préparations aux œufs propres à la table de printemps.

RECETTE 3 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

## vi42-001. le gigot d'agneau rôti à l'ail et au romarin

*20 min de préparation · 1 h 30 de cuisson · 6 à 8 personnes*

Ingrédients : 1 gigot d'agneau de 2 à 2,5 kg avec os, 6 gousses d'ail épluchées, 3 branches de romarin frais, 3 cuillères à soupe d'huile d'olive, 30 g de beurre, sel fin et poivre noir du moulin, 15 cl de vin blanc sec pour déglacer.

Préparation : Le gigot est sorti du réfrigérateur deux heures avant cuisson pour qu'il soit à température ambiante — règle absolue pour un rôtissage homogène. Avec la pointe d'un couteau fin, on pratique une vingtaine d'incisions régulières de deux centimètres de profondeur sur toute la surface, dans lesquelles on glisse des demi-gousses d'ail et des brins de romarin. On frotte le gigot de tous côtés avec l'huile d'olive, le sel et le poivre. Dans une lèchefrite, on fait chauffer le beurre jusqu'à coloration blonde à 220 °C, on pose le gigot et on le fait saisir dix minutes au four très chaud pour croûter la surface. On réduit alors la température à 190 °C et on poursuit la cuisson en comptant douze à quinze minutes par demi-kilo pour un gigot rosé — 55 °C à cœur au thermomètre. On arrose régulièrement avec les sucs. On déglace au vin blanc après cuisson, on laisse reposer le gigot vingt minutes sous du papier aluminium avant de trancher.

Observations : Le gigot d'agneau rôti à l'ail est la préparation pascale la plus universellement célébrée de la cuisine française. Auguste Escoffier, dans Le Guide culinaire (1903), fixe les règles encore respectées : saisir à haute température, arroser régulièrement, et surtout respecter le temps de repos après cuisson — « aussi long que la cuisson elle-même si l'on veut des fibres détendues et un jus redistribué ». Curnonsky, dans Cuisine et Vins de France (1953), précise que les gigots de Pauillac, de Sisteron ou des Pyrénées centrales, nourris d'herbes aromatiques, n'ont besoin que de sel, ail et romarin pour exprimer leur caractère. L'accord canonique est un Bordeaux rouge médocain — Saint-Julien ou Pauillac — dont les tanins et le fruit mûr s'harmonisent avec la chair rosée et les sucs caramélisés. Le piège : cuire trop longtemps un gigot de qualité — un agneau de Sisteron rosé à 55 °C vaut infiniment mieux qu'un gigot gris à 70 °C.

RECETTE 4 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

## vi42-002. le gigot en cocotte sept heures, confiture d'oignons

*30 min de préparation · 7 h de cuisson · 6 à 8 personnes*

Ingrédients : 1 gigot d'agneau désossé de 2 kg ficellé, 500 g d'oignons, 4 gousses d'ail, 1 bouquet garni, 30 cl de vin blanc sec, 30 cl de bouillon d'agneau ou de volaille, 3 cuillères à soupe d'huile d'olive, 30 g de beurre, sel, poivre. Pour la confiture d'oignons : 600 g d'oignons, 30 g de beurre, 2 cuillères à soupe de sucre roux, 4 cuillères à soupe de vinaigre de xérès.

Préparation : Le gigot désossé est saisi à feu vif dans la cocotte en fonte avec l'huile d'olive et le beurre jusqu'à coloration dorée sur toutes les faces — dix minutes minimum. On retire et on fait revenir les oignons émincés jusqu'à légère caramélisation. On ajoute l'ail écrasé, on mouille avec le vin blanc et le bouillon, on pose le gigot, le bouquet garni, sel et poivre. On couvre hermétiquement et on enfourne à 150 °C pour sept heures. La viande fond littéralement dans sa cocotte et se laisse effilocher à la fourchette. Pour la confiture d'oignons, on fond les oignons émincés dans le beurre avec le sucre à feu doux quarante minutes jusqu'à caramélisation totale, on déglacer au vinaigre. On sert l'agneau effiloché avec sa confiture et les légumes de printemps.

Observations : Le gigot de sept heures est l'une des préparations les plus spectaculaires et les plus économiques de la table française — une viande peu coûteuse transformée en fondant exceptionnel par la seule patience. Antonin Carême, dans L'Art de la cuisine française (1833), décrit le braiser long comme « la technique qui convient le mieux aux morceaux durs mais savoureux » et préconise un couvercle hermétiquement lié à la pâte pour éviter toute évaporation. Curnonsky, dans Cuisine et Vins de France (1953), précise que cette technique s'applique particulièrement aux gigots d'agneau de montagne, dont les muscles plus développés supportent la longue cuisson mieux que les agneaux de plaine. L'accord se fait avec un Languedoc-Roussillon rouge — Faugères ou Saint-Chinian — dont la générosité correspond à la texture confite de la viande. Le piège : ouvrir la cocotte en cours de cuisson et laisser la vapeur s'échapper — la viande sèche en surface et ne retrouve jamais son moelleux.

RECETTE 5 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

## vi42-003. le carré d'agneau en croûte d'herbes du printemps

*30 min de préparation · 25 min de cuisson · 4 personnes*

Ingrédients : 2 carrés d'agneau de 7 côtes chacun, parés et dégraissés, 80 g de chapelure fraîche, 1 bouquet de persil plat, 1 bouquet de ciboulette, 1 cuillère à café de thym frais, 3 gousses d'ail, 4 cuillères à soupe d'huile d'olive, 1 cuillère à soupe de moutarde de Dijon forte, 30 g de beurre, sel, poivre.

Préparation : Les carrés d'agneau sont saissis en cocotte avec l'huile d'olive et le beurre à feu vif sur toutes les faces jusqu'à coloration dorée — dix minutes. On retire et on laisse tiédir. Dans un robot, on mixe la chapelure fraîche, le persil plat, la ciboulette, le thym et l'ail jusqu'à obtention d'une chapelure verte parfumée. On badigeonne la surface arrondie des carrés de moutarde de Dijon au pinceau, puis on presse la chapelure verte dessus en couche régulière de quatre à cinq millimètres. On pose les carrés dans un plat à rôtir, chapelure vers le haut, et on enfourne à 200 °C pour vingt à vingt-cinq minutes — la chapelure doit être dorée et croustillante, la viande rosée à 57 °C à cœur. On laisse reposer dix minutes avant de trancher entre les côtes.

Observations : Le carré d'agneau en croûte d'herbes est une préparation de haute gastronomie qui figure sur les tables de Pâques des grands restaurants français depuis au moins le Second Empire. Auguste Escoffier, dans Le Guide culinaire (1903), décrit plusieurs croûtes d'herbes pour les carrés et selles d'agneau, toutes fondées sur le même principe : la moutarde comme liant, les herbes comme parfum et la chapelure comme texture croustillante. La moutarde de Dijon est indispensable — elle a une accroche que les moutardes douces n'ont pas. Curnonsky, dans ses Souvenirs gastronomiques, cite le carré en persillade servi chez Lasserre à Paris comme l'un des plats qui l'a le plus marqué. L'accord parfait est un Bourgogne rouge — Volnay ou Pommard — dont la finesse et les notes végétales font écho aux herbes de la croûte. Le piège majeur : un four insuffisamment préchauffé qui fait fondre la croûte au lieu de la saisir.

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

Toutes les recettes et formules complètes de « Les Tables de Pâques » sont disponibles sur **https://adrienbeaulieu.com/books/pb-vi42**.