LES PETITS CARNETS BEAULIEU · MAISON BEAULIEU

EXTRAIT OFFERT · TABLE DES MATIÈRES & 5 RECETTES

Cuisine Lyonnaise

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-vi46**

I. Table des Matières de l’Ouvrage

Chapitre 1 — Introduction

1. le tablier de sapeur à la lyonnaise, sauce gribiche
2. la salade lyonnaise au pissenlit, lardons et œuf poché
3. le cervelas lyonnais en salade, sauce moutarde
4. le saucisson chaud en brioche à la lyonnaise
5. les grattons lyonnais à l'échalote
6. la rosette de Lyon tranchée fine, beurre et cornichons
7. le museau de veau vinaigrette ravigote
8. les rillettes de lapin au Beaujolais
9. la salade de gésiers confits et croûtons
10. les lentilles du Puy à la lyonnaise, vinaigrette chaude
11. la terrine de canard au poivre vert
12. les cardons à la moelle, sauce blonde
13. les quenelles de brochet sauce Nantua
14. les quenelles de brochet au gratin, sauce Mornay
15. le brochet de la Saône au beurre blanc
16. la pochouse à la lyonnaise
17. la truite aux amandes lyonnaise
18. les écrevisses à la nage, beurre d'écrevisses
19. la lotte à la crème et échalotes
20. les grenouilles à la lyonnaise, beurre meunière
21. le sandre meunière aux câpres
22. les filets de perche dorés au beurre
23. le gratin de queues d'écrevisses Nantua
24. la sole meunière à la lyonnaise
25. la poularde demi-deuil à la Mère Fillioux
26. le poulet rôti à la lyonnaise, sauce aux herbes
27. la volaille en vessie à la Mère Brazier
28. la fricassée de poulet au Beaujolais blanc
29. le poulet sauté chasseur à la lyonnaise
30. le veau Marengo revisité à la lyonnaise
31. le rôti de veau aux herbes et oignons lyonnais
32. les côtes de veau à la crème et champignons
33. le bœuf à la mode lyonnaise, gelée au Beaujolais
34. le pot-au-feu lyonnais à la moelle
35. le jambonneau braisé aux oignons caramélisés
36. la poule au riz, sauce suprême
37. le tablier de sapeur poêlé, sauce tartare
38. les tripes à la lyonnaise, oignons et persil
39. les rognons de veau à la lyonnaise, oignons et vinaigre
40. le foie de veau à la lyonnaise
41. les ris de veau poêlés, sauce Périgueux
42. la cervelle de veau au beurre noisette
43. le gras-double lyonnais à l'oignon
44. les andouillettes de Lyon gratinées
45. le gratin de macaroni au cervelas
46. les quenelles de volaille à la lyonnaise
47. les boulettes de viande à la sauce tomate lyonnaise
48. le boudin blanc de Lyon poêlé, purée de pommes
49. la soupe à l'oignon gratinée à la lyonnaise
50. le potage Crécy à la lyonnaise
51. la soupe de courge au lard fumé
52. le velouté de cresson et pommes de terre
53. les œufs pochés en matelote à la lyonnaise
54. l'omelette lyonnaise aux oignons et persil
55. les œufs brouillés aux truffes du Périgord
56. les œufs en cocotte à la crème et jambon
57. le soufflé au fromage blanc et herbes fines
58. les œufs mollets sur lit de poireau fondant
59. la piperade lyonnaise aux poivrons et œufs
60. les œufs sur le plat aux lardons et pommes sautées
61. les oignons farcis à la lyonnaise
62. le gratin dauphinois à la lyonnaise
63. les pommes de terre lyonnaises sautées aux oignons
64. les épinards à la crème et gruyère
65. la purée de pommes de terre à l'ail et beurre
66. les courgettes farcies à la chair de saucisse
67. les champignons farcis au beurre persillé
68. le céleri rémoulade maison à la lyonnaise
69. les haricots verts sautés à la lyonnaise
70. le chou rouge braisé au vinaigre et lardons
71. la salade de mâche aux noix et fromage blanc
72. la cervelle de canut maison
73. le fromage fort à l'eau-de-vie
74. le gratin de Saint-Marcellin

75. la rosette et le jésus dans leurs habits
76. le cervelas lyonnais aux truffes et pistaches
77. les rillons aux herbes
78. la terrine de foies de volaille à la lyonnaise
79. la mousse de foies de volaille au Beaujolais
80. le jambon à la crème, façon Mère Brazier
81. les grattons en bocal aux épices
82. les oreilles de cochon en vinaigrette
83. la salade de museau de bœuf en ravigote
84. les bugnes lyonnaises moelleuses
85. les bugnes croustillantes à l'anis
86. la tarte aux pralines roses
87. la brioche aux pralines roses
88. les quenelles sucrées au beurre et miel
89. le gâteau Pithiviers à la lyonnaise
90. la tarte à la crème aux cerises noires
91. les cocons de soie au chocolat (truffes lyonnaises)
92. le gratin de fruits rouges à la crème
93. la mousse au chocolat au Cointreau
94. les meringues de Lyon au beurre amande
95. le gâteau aux noix et café
96. les sablés aux pralines roses
97. la charlotte aux fraises et biscuits roses
98. le clafoutis aux griottes du Beaujolais
99. le vin chaud au Beaujolais et épices

II. Cinq Recettes Complètes Extraites de l’Ouvrage

RECETTE 1 SUR 5 · EXTRAIT DE L’OUVRAGE

Les quenelles : l’ambassadrice de Lyon

La quenelle de brochet est l’ambassadrice de la cuisine lyonnaise dans le monde entier. Escoffier, dans Le Guide Culinaire (1903), la décrit comme « la préparation de brochet la plus délicate et la plus élaborée de la cuisine française », et lui réserve des pages entières de préparations : quenelles à la cuillère, mousse de brochet moulée, gratin sauce Nantua. La sauce Nantua — beurre d’écrevisses, crème, cognac — est l’accompagnement canonique depuis le XIXe siècle, tirant son nom de la ville de l’Ain connue pour ses écrevisses de rivière.

RECETTE 2 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

Comment lire ce Carnet

Les huit chapitres de ce Carnet suivent la logique d'un repas lyonnais : les entrées de bouchon, les poissons et quenelles, les grandes volailles, les abats, les œufs et soupes, les légumes et garnitures, les fromages et charcuteries, et les douceurs — bugnes, pralines roses, brioches et vin chaud au Beaujolais. Chaque recette porte une Observation de Beaulieu qui situe la préparation dans son contexte lyonnais et la relie aux sources documentées (Escoffier, Beauvilliers, Curnonsky, les mères lyonnaises).

Lyon n'est pas une table qu'on survole. Elle réclame qu'on s'assoie, qu'on débouche un pot, et qu'on prenne le temps. # Chapitre 1 — Les Grandes Entrées du Bouchon (recettes vi46-001 à vi46-012)

Le bouchon lyonnais commence toujours par une entrée franche et nette : pas de fioritures, pas de verrine, pas de mousse en coupelle. Un cervelas tranché en rondelles avec une vinaigrette à la moutarde et aux échalotes, une salade de pissenlit au lard fondu et à l'œuf poché, un tablier de sapeur doré à la poêle avec sa sauce gribiche — voilà les entrées du bouchon. Ce chapitre rassemble les douze entrées les plus typiques de la table lyonnaise, celles que l'on retrouve encore sur les ardoises des vrais bouchons de la Presqu'île et des pentes de la Croix-Rousse.

RECETTE 3 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi46-001. le tablier de sapeur à la lyonnaise, sauce gribiche

30 min de préparation · 20 min de cuisson · Difficulté : moyenne · 4 personnes

Ingrédients : 800 g de gras-double blanchi et dépuré (pré-cuit), 2 œufs battus, 150 g de chapelure fine, farine pour paner, 4 cl d'huile de friture ou beurre clarifié, sel, poivre. Pour la sauce gribiche : 2 œufs durs, 1 cuillère à café de moutarde de Dijon, 2 cuillères à soupe de vinaigre de vin blanc, 10 cl d'huile de tournesol, 1 échalote ciselée, 2 cuillères à soupe de câpres hachées, 3 cornichons hachés, persil et cerfeuil ciselés, sel, poivre.

Préparation : 1. On prépare d'abord la gribiche : les jaunes d'œufs durs sont écrasés avec la moutarde et le vinaigre, puis l'huile est incorporée comme pour une mayonnaise. Les blancs d'œufs durs hachés, les câpres, les cornichons, l'échalote et les herbes sont ajoutés. On rectifie l'assaisonnement et on réserve au frais. 2. Le gras-double est découpé en tranches rectangulaires de 8 à 10 cm — la forme rappelle le tablier de cuir des sapeurs, d'où le nom. On les assaisonne de sel et de poivre. 3. On les passe dans la farine, puis dans les œufs battus, puis dans la chapelure, en appuyant pour faire adhérer. 4. Dans une poêle à feu vif, on fait chauffer l'huile ou le beurre clarifié et on fait dorer les tranches panées deux à trois minutes de chaque côté — elles doivent être bien croustillantes à l'extérieur et moelleuses à l'intérieur. 5. On dresse sur un plat chaud, la sauce gribiche en saucière à côté.

Observations : Le tablier de sapeur est l'entrée emblématique du bouchon lyonnais, si bien identifiée à Lyon que Curnonsky la cite nommément dans Cuisine et Vins de France (1953) comme « l'une des spécialités les plus originales de la cuisine des bouchons ». Alexandre Dumas, dans son Grand Dictionnaire de Cuisine (1873), consacre plusieurs notices aux préparations de gras-double et de tripes à la française, notant que « les Lyonnais excellent dans l'art de traiter les abats avec la dignité que leur richesse gustative mérite ». Le nom viendrait du cuir de protection des sapeurs-pompiers — la ressemblance de forme entre le tablier de cuir épais et la tranche panée est la seule explication satisfaisante. L'accord canonique : un Beaujolais-Villages frais, 13 °C, ou un Mâcon blanc vif.

RECETTE 4 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi46-002. la salade lyonnaise au pissenlit, lardons et œuf poché

20 min de préparation · 10 min de cuisson · Difficulté : facile · 4 personnes

Ingrédients : 400 g de pissenlit sauvage ou de chicorée frisée (cœurs), 200 g de lardons de poitrine fumée, 4 œufs très frais pour pocher, 4 tranches de pain de campagne taillées en croûtons, 3 cl de vinaigre de vin rouge, 1 cuillère à café de moutarde de Dijon, 6 cl d'huile de tournesol, sel, poivre.

Préparation : 1. Les pissenlits sont triés, lavés et essuyés — on garde les cœurs jeunes, légèrement amers, de préférence cueillis avant la floraison. 2. On prépare la vinaigrette en émulsionnant la moutarde avec le vinaigre, puis l'huile ; sel, poivre. 3. Les croûtons sont dorés dans un peu de beurre ou dans le gras des lardons. 4. Dans une poêle sèche, on fait revenir les lardons à feu vif jusqu'à ce qu'ils soient dorés et croustillants ; on verse aussitôt — encore chauds et avec leur gras fondu — sur les feuilles de pissenlit pour les faire légèrement tomber. On ajoute la vinaigrette et les croûtons, on mélange. 5. Dans un grand poêlon d'eau vinaigrée frémissante, on poche les œufs deux à trois minutes — ils doivent être blancs à l'extérieur et coulants à cœur. 6. On dresse la salade dans les assiettes, on pose l'œuf poché au centre, on assaisonne d'un tour de moulin à poivre.

Observations : La salade lyonnaise est l'archétype de l'entrée de bouchon : simple dans ses composants, technique dans son exécution (l'œuf poché demande de la main et du timing), irrésistible dans son résultat. Escoffier, dans Le Guide Culinaire (1903), décrit la « salade de pissenlit aux lardons chauds » comme « une des préparations les plus rustiques et les plus savoureuses de la cuisine française de terroir ». L'art consiste à verser les lardons encore frémissants de gras sur les feuilles fraîches — le choc thermique fait tomber légèrement les feuilles sans les cuire. L'œuf poché doit être impeccablement formé, sans barbes ni coulures. L'accord canonique : un Beaujolais nouveau léger, ou un Côtes du Rhône blanc frais.

RECETTE 5 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi46-003. le cervelas lyonnais en salade, sauce moutarde

15 min de préparation · 10 min de cuisson · Difficulté : très facile · 4 personnes

Ingrédients : 1 cervelas de Lyon d'environ 300 g (version nature, ou truffe et pistaches selon l'occasion), 3 échalotes finement ciselées, 2 cuillères à café de moutarde de Dijon, 3 cl de vinaigre de vin rouge, 8 cl d'huile de tournesol, persil plat ciselé, sel, poivre, pain de campagne pour accompagner.

Préparation : 1. Le cervelas est plongé dans une casserole d'eau froide, porté doucement à frémissement et chauffé dix minutes sans jamais bouillir — on maintient à 80 °C pour ne pas fendre la peau. 2. On le sort, on le laisse tiédir cinq minutes, puis on le tranche en rondelles de 5 à 7 mm d'épaisseur, en laissant la peau. 3. On dispose les rondelles sur un plat en les légèrement chevauchantes. 4. On prépare la sauce moutarde : dans un bol, on fouette la moutarde avec le vinaigre, puis on incorpore l'huile en filet pour former une vinaigrette épaisse. On ajoute les échalotes et le persil, sel, poivre. 5. On nape les rondelles de cervelas de cette sauce, on laisse reposer cinq minutes avant de servir tiède avec le pain.

Observations : Le cervelas de Lyon est la saucisse de ménage la plus noble de la charcuterie lyonnaise. Dans sa version de prestige, il est incrusté de truffes noires et de pistaches vertes — « le cervelas truffe et pistaches est au charcutier lyonnais ce que la truite aux amandes est au cuisinier de rivière : sa carte de visite », écrit Curnonsky dans Cuisine et Vins de France (1953). La version nature, moins onéreuse, convient parfaitement à l'entrée de bouchon quotidienne. La sauce moutarde à l'échalote est son accompagnement canonique, documenté dans les menus des bouchons du XIXe siècle. Beauvilliers, dans L'Art du Cuisinier (1814), mentionne la « saucisse de Francfort ou de Lyon servie tiède en sauce moutardée ». L'accord canonique : un verre de Beaujolais-Villages frais ou un Mâcon blanc.

Poursuivre la lecture & cuisiner l’intégralité du volume

Toutes les recettes et formules complètes de « Cuisine Lyonnaise » sont disponibles sur **https://adrienbeaulieu.com/books/pb-vi46**.