LES PETITS CARNETS BEAULIEU · MAISON BEAULIEU

EXTRAIT OFFERT · TABLE DES MATIÈRES & 5 RECETTES

La Cuisine Bressane

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-vi51**

I. Table des Matières de l’Ouvrage

Chapitre 1 — Les Grenouilles de la Bresse

1. grenouilles à la crème de la Bresse
2. grenouilles persillées au beurre
3. grenouilles sautées à la provençale
4. fricassée de grenouilles à la bressane
5. grenouilles à la poulette
6. gratin de grenouilles aux herbes
7. beignets de grenouilles à l’ancienne
8. velouté de grenouilles à la crème
9. grenouilles meunière à l’ail
10. grenouilles braisées aux échalotes
11. mousse froide de grenouilles en aspic
12. grenouilles à la lyonnaise

Chapitre 2 — Le Poulet et la Poularde de Bresse

1. poulet de Bresse à la crème
2. poulet de Bresse rôti au four
3. poulet sauté à la bressane
4. poularde demi-deuil aux truffes
5. poulet de Bresse en cocotte aux morilles
6. suprêmes de poularde à la crème d’estragon
7. poulet de Bresse poché aux légumes
8. fricassée de poulet à l’ancienne
9. poulet de Bresse aux écrevisses
10. côtes de poularde sautées aux champignons
11. poularde en gelée à la bressane
12. chapon de Bresse farci aux truffes
13. poulet de Bresse à la comtoise

Chapitre 3 — Les Poissons et Carpes de l’Ain

1. carpe à la bressane
2. truite de l’Ain à la crème
3. brochet à la bressane
4. quenelles de brochet sauce Nantua
5. friture de rivière à la bressane
6. tanche au court-bouillon, sauce gribiche
7. anguille aux herbes du jardin
8. perche sautée au beurre noisette
9. carpe farcie à la bressane
10. truite au bleu des Dombes
11. sandre braisé aux légumes du potager
12. brochet au beurre blanc de la Saône

Chapitre 4 — Les Soupes et Potages Bressans

1. soupe paysanne bressane aux légumes du jardin
2. potage aux herbes fraîches et lard fumé
3. soupe de grenouilles à la crème
4. consommé de volaille de Bresse
5. potage de pois cassés au lard paysan
6. bouillon de poule à la bressane
7. soupe à l’oignon gratinée de la Bresse
8. soupe au potiron et lardons fumés
9. potage Saint-Germain à la crème
10. soupe au chou et pommes de terre
11. velouté de poireaux à la crème de Bresse
12. soupe du meunier au pain grillé

Chapitre 5 — Les Charcuteries et Cochonnailles

1. andouillette à la bressane
2. cervelas poché, sauce fromage blanc
3. boudin blanc de Bresse
4. boudin noir aux pommes
5. rillettes de canard à la bressane
6. terrine de volaille aux pistaches
7. jambon persillé à la bressane
8. fromage de tête paysan
9. pâté en croûte de volaille de Bresse
10. saucisse fraîche grillée, pomme écrasée au beurre
11. gras-double à la bressane
12. couenne de cochon confite aux légumes du jardin
13. galantine de volaille en gelée

Chapitre 6 — Les Légumes du Potager Bressan

1. gratin de courge à la crème de Bresse
2. haricots verts à la crème bressane
3. gratin de pommes de terre à la bressane
4. soufflé de pommes de terre et Comté
5. crosnes sautés au beurre et persil
6. tian de légumes à la bressane
7. cardons à la moelle
8. asperges, sauce mousseline
9. topinambours sautés au lard
10. oignons farcis à la bressane
11. gratin de céleri-rave à la crème
12. endives braisées au jus de volaille

Chapitre 7 — Les Fromages et Crèmes de Bresse

1. Bresse bleu fondu aux noix sur croûtons
2. crêpes farcies au Bresse bleu et jambon
3. gratin de Bresse bleu aux pommes de terre
4. ramequin bressan au fromage blanc et herbes
5. tarte au fromage blanc à la bressane
6. gougères au Comté
7. fondue bressane au Comté et vin blanc du Bugey
8. soufflé au Comté à la bressane
9. crème fraîche battue aux herbes et ail
10. galette bressane au fromage blanc
11. cervelle de canut aux fines herbes
12. faisselle à la crème et aux noix
13. pain de Bresse au fromage blanc

Chapitre 8 — Les Desserts et Douceurs

1. gâteau de la Bresse à la crème fraîche
2. tarte à la crème de Bresse
3. charlotte aux poires et crème chantilly
4. gaufres de la Bresse au beurre
5. crème caramel à la bressane
6. clafoutis aux cerises de l'Ain
7. tarte aux myrtilles du Bugey
8. beignets soufflés à la crème de Bresse
9. poires pochées au vin blanc du Bugey
10. riz au lait à la crème fraîche de Bresse
11. pommes au four à la bressane, crème et miel
12. galette des Rois à la frangipane
13. bugnes dorées de la Bresse

II. Cinq Recettes Complètes Extraites de l'Ouvrage

RECETTE 1 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi51-001. grenouilles à la crème de la Bresse

20 min de préparation · 15 min de cuisson · 4 personnes

Ingrédients : 36 paires de cuisses de grenouilles bien fraîches, 80 g de beurre, 2 échalotes finement ciselées, 20 cl de vin blanc du Bugey, 30 cl de crème fraîche épaisse de Bresse, le jus d'un citron, un peu de farine pour fariner légèrement, sel fin, poivre blanc du moulin, persil plat ciselé pour servir.

Préparation : Sécher soigneusement les cuisses de grenouilles sur un linge propre — l'humidité de surface empêcherait toute coloration —, puis les fariner légèrement en les tapant pour ôter l'excédent. Faire fondre le beurre dans une grande sauteuse à feu vif ; dès qu'il mousse et commence à blondir, y déposer les grenouilles en une seule couche sans les serrer, et les saisir deux à trois minutes par face jusqu'à une belle coloration dorée, puis les réserver sur une assiette chaude. Dans la même sauteuse, faire revenir les échalotes deux minutes sans coloration, jusqu'à ce qu'elles deviennent translucides et libèrent leur parfum, déglacer au vin blanc du Bugey en grattant les sucs de cuisson à la spatule, et laisser réduire de moitié. Verser alors la crème fraîche, porter à frémissement et cuire à réduction douce environ cinq minutes, jusqu'à ce que la sauce nappe le dos de la cuillère sans être pâteuse. Rectifier l'assaisonnement, ajouter le jus de citron pour réveiller la richesse de la crème, et remettre les grenouilles dans la sauce deux minutes pour les réchauffer sans les recuire. Servir aussitôt dans des assiettes chaudes, parsemé de persil plat ciselé, accompagné d'un gratin de pommes de terre à la bressane.

Observations : Les grenouilles à la crème sont la préparation fondatrice de la table bressane, codifiée par Escoffier dans Le Guide Culinaire (1903) comme la façon qui « met en valeur la délicatesse naturelle de cette chair » — la Mère Brazier en servait régulièrement dans les années 1930. La règle cardinale est la cuisson : trop longtemps en sauteuse, la grenouille devient sèche et fibreuse, d'où la saisie vive puis le seul réchauffage final dans la sauce, qui doit napper la cuillère sans tourner à la pâte. Vin : un Pouilly-Fuissé ou un Mâcon-Villages. Conservation : aucune, à servir à l'instant.

RECETTE 2 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi51-002. grenouilles persillées au beurre

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

Ingrédients : 36 paires de cuisses de grenouilles, 100 g de beurre de qualité supérieure, 4 gousses d'ail en chemise légèrement écrasées, 1 bouquet de persil plat finement ciselé, un peu de farine, sel fin, poivre du moulin.

Préparation : Sécher et fariner légèrement les grenouilles, en secouant l'excédent de farine. Chauffer le beurre dans une grande poêle à feu vif, y ajouter les gousses d'ail en chemise et les laisser parfumer une minute sans les colorer. Déposer alors les grenouilles et les saisir vivement deux à trois minutes par face : elles doivent être bien dorées, presque croustillantes à l'extérieur, tandis que le beurre prend une légère teinte noisette. Ôter les gousses d'ail, assaisonner généreusement, parsemer de persil en abondance et mélanger rapidement sur feu vif une trentaine de secondes, le temps que les herbes enrobent les chairs sans flétrir. Dresser immédiatement sur des assiettes chaudes, sans laisser reposer — les grenouilles persillées ne supportent pas l'attente et se mangent brûlantes.

Observations : Curnonsky citait les grenouilles persillées comme l'exemple parfait de la « cuisine simple et vraie » qu'il prônait dans La France Gastronomique (1921) ; c'est la préparation la plus répandue dans les fermes de la Bresse. La règle cardinale concerne l'ail : ajouté trop tôt ou laissé trop longtemps, il brûle et communique une amertume qui gâche le plat — on le laisse seulement parfumer le beurre, puis on retire les gousses avant le service. Le beurre doit être de première fraîcheur, jamais clarifié. Vin : un Beaujolais blanc ou un Chardonnay du Mâconnais, bien frais. Conservation : aucune.

RECETTE 3 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi51-003. grenouilles sautées à la provençale

20 min de préparation · 12 min de cuisson · 4 personnes

Ingrédients : 36 paires de cuisses de grenouilles, 6 cuillères à soupe d'huile d'olive, 4 gousses d'ail finement hachées, 3 tomates moyennes mondées, épépinées et concassées, 1 branche de thym, 1 feuille de laurier, 1 cuillère à soupe de concentré de tomates, persil plat et basilic frais ciselés, sel, poivre, un peu de farine.

Préparation : Fariner les grenouilles et les secouer pour ôter l'excédent. Chauffer l'huile d'olive à feu vif dans une grande sauteuse et y dorer les grenouilles deux à trois minutes de chaque côté, jusqu'à une coloration franche, puis les réserver. Dans la même sauteuse, faire revenir l'ail haché une trentaine de secondes en veillant à ce qu'il reste blond pâle et ne brunisse jamais, puis ajouter les tomates concassées, le concentré, le thym et le laurier. Cuire huit minutes à feu modéré, jusqu'à ce que la sauce réduise et que l'huile remonte en surface, signe que les tomates ont rendu leur eau. Remettre les grenouilles dans cette sauce, mélanger délicatement et chauffer deux minutes pour que les chairs s'imprègnent des arômes, puis retirer le thym et le laurier. Parsemer de persil et de basilic ciselés et servir directement dans le plat de cuisson, bien chaud.

Observations : Cette préparation « à la provençale » est documentée par Escoffier parmi les grenouilles sautées : si les grenouilles sont bressanes, l'ail et la tomate signent la façon du Midi, et Curnonsky rappelait que l'appellation indique leur présence, non une origine géographique. La règle cardinale est l'ail, qui doit rester blond pâle et jamais brun, sous peine d'amertume ; la tomate, bien concassée, se réduit jusqu'à adhérer aux grenouilles sans les noyer. Vin : un Côtes-du-Rhône blanc ou un rosé de Provence frais. Conservation : aucune, à servir aussitôt.

RECETTE 4 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi51-004. fricassée de grenouilles à la bressane

20 min de préparation · 20 min de cuisson · 4 personnes

Ingrédients : 36 paires de cuisses de grenouilles, 60 g de beurre, 2 échalotes ciselées, 15 cl de vin blanc du Bugey, 20 cl de bouillon de volaille (fond blanc), 20 cl de crème fraîche de Bresse, 2 jaunes d'œufs, 1 cuillère à soupe de farine, ciboulette ciselée, sel, poivre blanc.

Préparation : Faire fondre 40 g de beurre dans une sauteuse et y retourner les grenouilles non farinées deux minutes par face à feu moyen, sans les colorer — la fricassée est une cuisson « à blanc » —, puis les réserver. Faire revenir les échalotes dans le beurre restant jusqu'à transparence, singer d'une cuillerée de farine et remuer une minute pour cuire le roux sans qu'il prenne couleur. Déglacer au vin blanc du Bugey, laisser réduire de moitié, puis mouiller avec le bouillon de volaille en remuant jusqu'à obtenir une sauce lisse, et cuire huit minutes à frémissement. Mélanger dans un bol la crème et les jaunes d'œufs, puis verser cette liaison en filet dans la sauce hors du feu vif, en remuant constamment ; remettre sur feu très doux et chauffer sans jamais laisser bouillir, jusqu'à ce que la sauce épaississe et nappe la cuillère. Remettre les grenouilles dans la sauce trois minutes pour les réchauffer, rectifier l'assaisonnement et parsemer de ciboulette ciselée.

Observations : La fricassée est une technique fondamentale de la cuisine classique, qu'Escoffier définit comme une préparation à blanc où la chair est revenue au beurre sans coloration, puis mijotée dans une sauce liée à la crème ; Ali-Bab en donne une variante aux écrevisses qui convient aux grenouilles. La règle cardinale est la liaison finale : les jaunes ne doivent jamais bouillir une fois incorporés, sous peine de grumeaux — feu très doux, en remuant sans relâche. Grenouilles et roux restent blonds, pour la blancheur de la sauce. Vin : un Rully blanc ou un Mâcon blanc. Conservation : aucune.

RECETTE 5 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

vi51-005. grenouilles à la poulette

15 min de préparation · 18 min de cuisson · 4 personnes

Ingrédients : 36 paires de cuisses de grenouilles, 50 g de beurre, 1 oignon moyen finement émincé, 15 cl de vin blanc sec, 25 cl de velouté de volaille (ou fond blanc lié), 15 cl de crème fraîche, 2 jaunes d'œufs, le jus d'un demi-citron, persil plat haché, sel, poivre.

Préparation : Faire revenir l'oignon dans le beurre sans coloration, trois minutes, jusqu'à ce qu'il fonde et devienne translucide, puis ajouter les grenouilles et les retourner deux minutes pour les raidir. Déglacer au vin blanc et laisser réduire aux deux tiers, verser le velouté de volaille, couvrir et cuire à frémissement dix minutes. Retirer les grenouilles et les maintenir au chaud, puis passer la sauce au chinois si on la veut très fine. Mélanger la crème et les jaunes d'œufs, les verser dans la sauce hors du feu, puis remettre à feu très doux en remuant jusqu'à légère épaisseur, sans jamais laisser bouillir. Ajouter le jus de citron pour relever, rectifier l'assaisonnement, remettre les grenouilles dans la sauce pour les réchauffer et parsemer de persil haché.

Observations : La sauce poulette est un dérivé classique de la sauce allemande — un velouté enrichi d'une liaison crème-jaunes — répertorié par Escoffier dans Le Guide Culinaire ; Beauvilliers mentionnait déjà les grenouilles « en poulette » parmi les ragoûts d'été. La règle cardinale est la liaison : si la crème aux jaunes entre dans une sauce trop chaude, elle tranche — retirer du feu avant d'incorporer, puis remettre très doucement. Le trait de citron final est la signature acidulée de la poulette. Vin : un Chablis premier cru ou un Saint-Véran. Conservation : aucune.

Poursuivre la lecture & cuisiner l'intégralité du volume

Toutes les recettes et formules complètes de « La Cuisine Bressane » sont disponibles sur **https://adrienbeaulieu.com/books/pb-vi51**.