

Les RECETTES de JACQUELINE



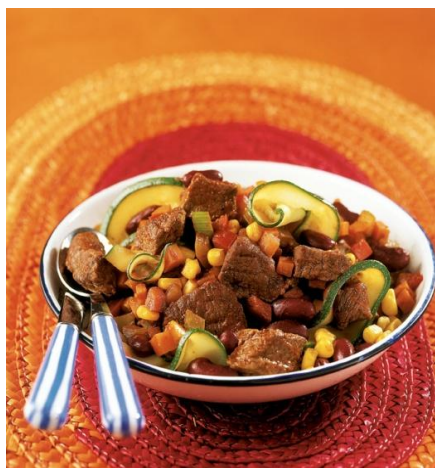
CONGRES NATIONAL DES AREC

Le Mans
29 & 30 septembre 2010



LA SALADE DE COULAINES

- (pour 2 personnes)
- **500 g** de pissenlits ; **75 g** de poitrine de porc fraîche ; **2 cuillerées à soupe d'huile** (de préférence huile de noix) ; **1 cuillerée à café de moutarde** ;
- **1 cuillerée à soupe de vinaigre** ; **1 gousse d'ail, sel, poivre.**
- Préparez, lavez, essorez les pissenlits. Mettez-les dans une terrine en grès, à l'entrée du four pendant 5 minutes environ.
- Ecrasez la gousse d'ail et mélangez-la avec la moutarde, le vinaigre, le sel et le poivre.
- Coupez le lard en dés et faites-le fondre à la poêle (sans le dessécher).
- Ajoutez les lardons à la salade.
- Incorporez la graisse fondue dans le bol avec les autres ingrédients et versez la sauce sur les pissenlits. Décorez avec les œufs durs coupés en quartiers.

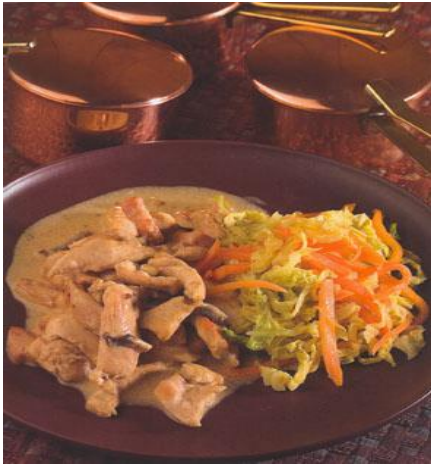


FRICASSEE DE POULET AU JASNIERES

Pour 4 personnes. Préparation **20 mn.** Cuisson **1 heure**
1 beau poulet, 20 échalotes, 150 g de beurre, $\frac{1}{2}$ verre d'eau de vie, 50 cl de vin de Jasnières, 1 verre de crème épaisse,
2 jaunes d'œufs, sel et poivre, persil et estragon.

Pour cette recette de fête, il faut détailler la volaille, un poulet de Loué, d'une façon particulière. On ne garde ni la carcasse ni les bas morceaux qui serviront à faire un excellent bouillon pour bien d'autres recettes.

- Détacher les cuisses et lever les ailes en soulevant les filets de carcasse.
- Couper cuisses et pilons en deux tronçons, et les ailes, avec les filets, en trois morceaux.
- Chauffer le beurre dans une sauteuse.
- Faire revenir à feu doux les morceaux du poulet détaillé, en les retournant souvent.
- Eplucher les échalotes et les couper en grosses rondelles. Les ajouter aux morceaux de poulet.
- Remuer à la spatule et mélanger régulièrement, toujours sur feu modéré.
- Laisser jusqu'à ce que les morceaux soient bien colorés, en les retournant souvent, et toujours sur feu modéré.
- Lorsque tous les morceaux sont bien dorés et les échalotes fondues, monter un peu le feu, verser l'eau de vie, mélanger et flamber. Le feu éteint, verser le vin de Jasnières.
- Mélanger à la spatule en remuant délicatement, jusqu'à ce que l'ébullition reprenne. Saler et poivrer.
- Mélanger et couvrir la sauteuse.
- Laisser et remuer de temps en temps, car le jus ne doit pas réduire trop vite.
- Dans une petite jatte, mélanger au fouet la crème et les jaunes d'œufs.
- Préparer un plat creux de service, préalablement chauffé à l'eau bouillante.
- Retirer de la cocotte un à un les morceaux de poulet, pour les placer sur le plat de service.
- Réserver au chaud.
- A la spatule, remuer la réduction de jus et, hors du feu, verser le mélange de crème et de jaunes d'œufs, tout en mélangeant vivement pour obtenir une sauce bien lisse.
- Remettre sur feu doux en remuant à la spatule, jusqu'à ce que la sauce épaisse.
- Verser alors la sauce onctueuse et dorée sur les morceaux de poulet.
- Terminer la présentation en semant sur le plat, le hachis d'estragon et de persil.
- Servir aussitôt en accompagnant ce plat du même délicieux vin qui a servi à le préparer.



MARMITE SARTHOISE

Ingrédients

300 g de blanc de poulet ; **200 g** de lapin ; **200 g** de poitrine de porc ; **180 g** de champignons de Paris ; **300 g** de chou vert ; **120 g** de carottes ; **120 g** de navets ; **30 cl** de Jasnieres ; **1** cube de bouillon ; **1** cuillerée de farine ; **150 g** de crème fraîche ; **2** cuillerées à soupe d'huile ; sel et poivre

- Coupez la chair de lapin, la poitrine de porc et les blancs de poulet en lanières.
- Retirez les pieds des champignons et passez-les sous un filet d'eau. Emincez-les.
- Plongez les feuilles de chou dans une casserole d'eau bouillante salée. Comptez 5 minutes de cuisson, puis égouttez-les.
- Farinez le lapin et le poulet. Faites-les revenir dans une petite cocotte avec l'huile. Ajoutez
- ensuite la poitrine et les champignons. Faites cuire l'ensemble, à feu vif 10 minutes.
- Retirez les viandes sur une assiette, versez le vin blanc dans la cocotte et laissez réduire de $\frac{3}{4}$.
- Ajoutez la crème et remettez la viande et les légumes. Laissez mijoter 5 minutes. Servez bien chaud.
- Vous pouvez enrichir les légumes d'une poignée de haricots verts ou de petits pois.



LA TARTE AUX RILLES

Préparation : 30 min. Cuisson : 25 min.

- . Pour la pâte : 150 g de farine ; 100 g de beurre ; $\frac{1}{2}$ verre d'eau ; 3 g de sel.*
- . Pour la garniture : 400 g de rillettes ;*

50 cl de lait ; 5 œufs ; 2 cuillerées de crème ; sel et poivre.

- . La veille, préparer une pâte brisée.*
- . Mélanger et pétrir la farine, le beurre, le sel et un peu d'eau, petit à petit.*
- . Réunir la pâte en boule et laisser au frais durant la nuit.*
- . Le lendemain, étendre la pâte et foncer un moule à tarte de 24 cm de diamètre.*
- . Préchauffer le moule à chaleur moyenne (200°th.7).*
- . Passer la pâte au four pendant environ 10 minutes puis la retirer.*
- . Faire fondre les rillettes à feu doux.*
- . Faire bouillir le lait.*
- . Dans une terrine, battre au fouet deux œufs entiers et trois jaunes d'œufs.*
- . Ajouter la crème épaisse, un peu de sel, du poivre et de la noix de muscade râpée.*
- . Lorsque les rillettes sont fondues, les passer à la passoire fine, pour égoutter la graisse.*
- . Verser le lait bouillant dans la terrine, en remuant au fouet. Verser dans la terrine les rillettes égouttées et les incorporer en battant pour bien les mélanger à l'appareil.*
- . Remplir la tarte avec ce mélange et enfourner aussitôt, à four moyen, pendant 25 min.*

- . Servir cette entrée avec un vin blanc frais.*



LA POTEÉ SARTHOISE

1 kg de plates-côtes **1 saucisson pistaché de 500 g** ; **2 saucisses fumées** ; **200 g de jambon salé** ; **1 lapin** ; **1 gros chou vert** ; **6 carottes** ; **6 pommes de terre** ; **3 navets** ; **céleri en branche** ; **oignon piqué** ; **bouquet garni** ; **sel et poivre**.

- Mettre le bœuf à l'eau froide et porter à ébullition. Saler et poivrer, ajouter l'oignon piqué d'un clou de girofle et le bouquet garni. Ecumer et laisser cuire une heure un quart.
- Ajouter alors le porc (saucisson, saucisses et jambon) et laisser cuire 20 minutes.
- Faire blanchir le chou à l'eau bouillante une dizaine de minutes.
- Ajouter au pot ledit chou, les carottes, les navets coupés en deux et les branches de céleri ainsi que le râble et les cuisses de lapin. Laisser cuire 40 minutes.
- Ajouter les pommes de terre. Laisser cuire 20 minutes. Dégraisser s'il y a lieu et servir sur un grand plat chaud.

Vin : Bourgueil ou Chinon

LA BOUINE A LA GOUTTE

Pour 4 personnes ; Préparation 10 minutes.

500g de fromage blanc frais. **$\frac{1}{2}$ verre d'eau-de-vie**, **2 cuillerées de persil haché** ; **1 cuillerée de ciboulette hachée**, **1 oignon blanc haché** ; **1 cuillerée à café de poivre blanc moulu**, **$\frac{1}{2}$ cuillerée à café de sel**.

Préparation rustique, de haut goût, la bouine se sert en fin de repas, mais aussi à l'heure du casse-croûte, sur de grandes tranches de pain.

- Hacher très finement oignon, persil et ciboulette.
- Dans une terrine, écraser le fromage blanc à la fourchette.
- Ajouter l'eau-de-vie, sel, poivre et herbes hachées.
- Mélanger et pétrir longuement, et mettre au frais.



SABLES SABOLIENS

*Préparation 20 minutes. Repos 6 heures. Cuisson 10 minutes.
Pour 2 douzaines de sablés.*

**150 g de farine ; 100 g de beurre ; 2 jaunes d'œufs ; $\frac{1}{2}$ tasse de lait ;
50 g de sucre en poudre ; 1 pincée de sel.**

- Dans une terrine, verser la farine, le sucre, le sel.
- Incorporer les jaunes d'œufs et commencer à pétrir l'ensemble en ajoutant le beurre un peu mou.
- « Sabler » la pâte en la pétrissant, en la divisant et la rassemblant plusieurs fois.
- Verser un peu de lait et pétrir longuement à la main. Réunir la pâte en une boule dans la terrine et la placer au frais.
- Le lendemain, sortir la pâte au moins 1 heure avant de la travailler.
- Retirer la boule de pâte de la terrine. La mettre sur une planche farinée, l'aplatir avec la paume de la main et la rouler avec le rouleau à pâtisserie fariné pour l'étendre en une abaisse de 4mm d'épaisseur.
- Avec une petite roulette dentelée, découper des bandes de 6 cm de large et couper ces bandes en triangles. Placer les triangles sur une plaque légèrement farinée.
- Dans un bol, délayer un jaune d'œuf avec un peu de lait. A l'aide d'un pinceau, enduire chaque triangle. Mettre la plaque au four chaud (240°) pendant 10 à 12 minutes, jusqu'à ce que les sablés soient juste dorés.
- Retirer du four, et à l'aide d'une spatule placer les sablés sur une grille jusqu'à ce qu'ils soient froids.
- Conserver dans une boîte en fer