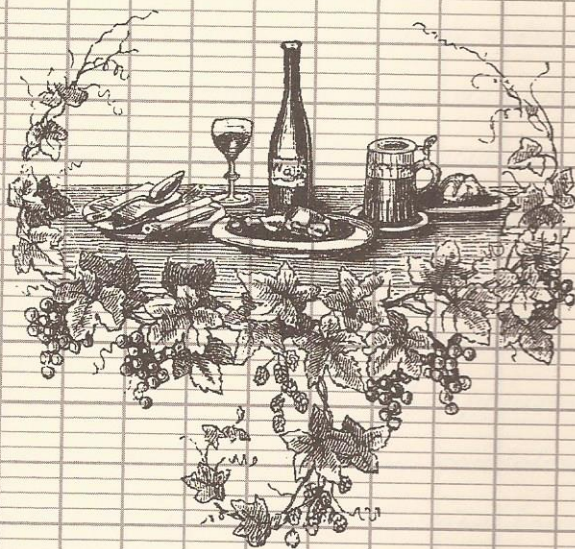


Recettes
de nos
grands-mères

*Recettes
de nos
grands-mères*



*Recueillies par le Conseil des Sages d'Aixenay
Juin 2003*

Avant-propos

À l'époque des surgelés, des plats cuisinés et des micro-ondes, nous aimerions vous parler de ces recettes simples et savoureuses à la fois qui ont fait les délices de nos jeunes années.

À l'évocation de certaines d'entre elles, nos yeux s'éclairent de leurs gourmandises, nos papilles frémissent et le souvenir de ces mets nous remplit de bonheur.

Les moments importants de la vie : baptême, communion, mariage... sont toujours l'occasion de se réunir autour de la table et d'apprécier la gastronomie de notre terroir.

Dans ce cahier, vous allez découvrir quelques recettes anciennes bien de chez nous dont nous voudrions garder la mémoire. Ne soyez pas étonnés si les proportions de certains plats ne sont pas mentionnées : nos grands-mères laissaient libre cours à leur imagination et à leur bon sens.

Parmi ces recettes, nous avons glissé plusieurs menus de repas de noces du siècle dernier. Vous constaterez que nos ancêtres, sans être des "Gargantua", faisaient honneur à cette cuisine traditionnelle.

Nous espérons que les recettes rassemblées dans ces quelques pages évoqueront pour vous le charme authentique des coutumes familiales.

Le Conseil des Sages

MENU

Déjeuner du 1^{er} Août

Hors d'œuvre

Saugonette sauce mayonnaise

Tête de veau mode de Paris

Côtes d'agneau

Langue de bœuf au gratin

Poulet Marengo

Artichauts farcis

Legumes

Mouche au chocolat

DESSERT

Biscuits Lefèvre-Utile

Vin Blanc et Rouge

Bordeaux

Café

ARTISANE
DE BAUD.

COLLECTION LEFEVRE-UTILE

SERIE LA BRETAGNE

Menu de 1905 - Déjeuner

MENU

Dîner du 1^{er} Août

Soufflé Royal
Carottes sauce Hollandaise
Bouchées à la Reine
Canard aux olives
Filet de Bœuf pommarose
Linde grillée
Salade
Célébré Maître d'Hotel
Riz à l'Impératrice
Lettres
Dessert
Biscuits Lefèvre utile
Vins
Rouge et Blanc
Champagne

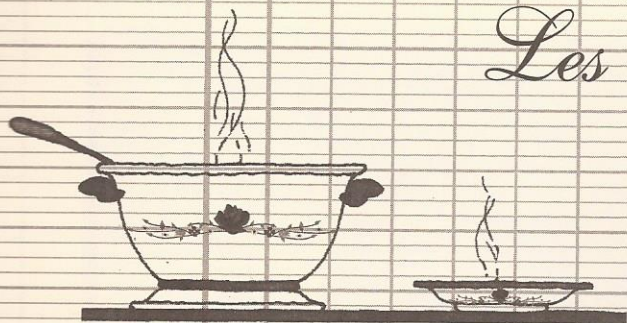


J. GODEFROY, PARIS - LILLE

SEIGNE LA BRETAGNE

Menu de 1905 - Dîner

Les Soupes



Soupe Melotte

Eplucher 2 beaux oignons, les mettre dans un faitout avec 1 litre et demi ou 2 litres d'eau. Y couper des tranches fines de pain rassis. Après ébullition, laisser mijoter tout doucement une bonne heure, saler, poivrer, en cours de cuisson.

Au moment de servir, ajouter un bon morceau de beurre ou de la crème.

Autrefois, cette soupe se faisait dans un pot de terre qui cuisait tout doucement devant le feu de la cheminée.



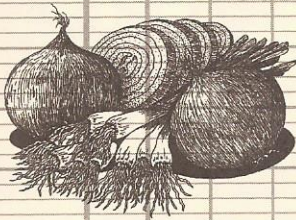
*" La soupe aux choux se fait dans la marmite,
Dans la marmite se fait la soupe aux choux "*

Soupe aux choux verts (fourrager)

Faire cuire les choux dans un faitout à l'eau bouillante salée durant 30 minutes. Pendant ce temps, couper des tranches de pain rassis dans la soupière, y ajouter un bon morceau de beurre. Verser sur cette préparation le bouillon de choux, couvrir pour laisser tremper le pain.

Au moment de servir, certains ajoutent de la crème fraîche.





Soupe à l'oignon

Hacher menu 3 ou 4 gros oignons. Les faire revenir dans une casserole avec un gros morceau de beurre, en remuant jusqu'à ce qu'ils blondissent légèrement.

Saupoudrer d'un peu de farine en remuant le mélange, puis mouiller avec de l'eau froide et un peu de vin blanc (facultatif), saler et poivrer.

Faire bouillir le tout pendant 10 minutes. Pendant ce temps, couper de fines tranches de pain dans la soupière puis y verser le bouillon.

Couvrir et tenir au chaud jusqu'au moment de servir.

" Par les chaudes journées d'été, les soupes étaient remplacées par des préparations rafraîchissantes telles que le Miojet ou la Trempine "



Le Miojet

Faire bouillir le lait, laisser refroidir.

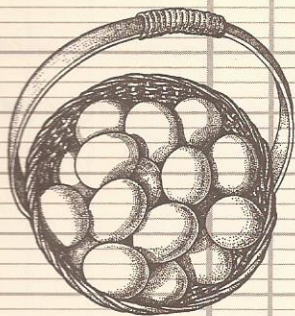
Pendant ce temps, couper de fines tranches de pain rassis dans la soupière, saupoudrer de sucre, y verser le lait bien refroidi, laisser tremper la mie.

Tenir au frais jusqu'au moment de servir.



La Trempine au vin

Cette soupe se fait comme le Miojet mais on remplace le lait par du vin rouge plus ou moins coupé d'eau.



Les Oeufs

Omelette aux oignons

Peler et couper finement 2 ou 3 beaux oignons, les faire revenir dans la poêle avec un gros morceau de beurre. Bien remuer pendant la cuisson pour qu'ils soient dorés et fondus à point.

Pendant ce temps, casser les oeufs dans un saladier, saler, poivrer, battre le tout.

On peut y ajouter une cuillerée d'eau ou de lait ou un peu de crème.

Verser la préparation sur les oignons. Remuer le mélange tout le temps de la cuisson, qui doit se faire sur un feu assez vif.

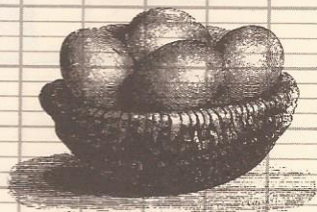
Rouler l'omelette encore baveuse, selon les goûts, avant de la faire glisser sur le plat de service.

Oeufs à la tripe

Faire durcir les œufs. Eplucher 2 ou 3 oignons coupés en fines lamelles. Les faire blondir à feu doux dans du beurre. Quand ils sont cuits, les saupoudrer de farine et remuer avec une cuillère en bois tout en y ajoutant du bouillon et du lait. Laisser frémir une dizaine de minutes.

Pendant ce temps, écaler les œufs durs, les couper en deux dans un plat à gratin.

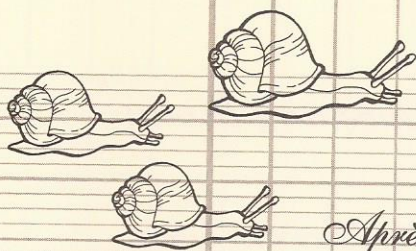
Quand la sauce est à point, assaisonner de sel et de poivre, verser sur les œufs, saupoudrer de persil haché et servir chaud.





Apremont
20 avril 1908

Potage Velours
Boeuf Nature
Noix de Veau Jardinière
Rôtis
Salade de Saison
Dessert
Oeufs Vanillés
Grand Ordinaire
Café
Fine



La sauce aux limas

Après avoir fait jeter les escargots pendant plusieurs jours avec un peu de farine, les faire dégorger avec une poignée de gros sel et vinaigre.

Les brasser pour bien les faire baver, les laver dans plusieurs eaux. Recommencer l'opération si nécessaire.

Première cuisson : dans une marmite, mettre les escargots, l'eau, plus le sel et le vinaigre. Faire bouillir 5 à 10 minutes. Les égoutter, et les rincer à l'eau claire.

Deuxième cuisson : faire un court bouillon, avec un bouquet garni, ail et sel. Y remettre les escargots et laisser cuire 30 minutes à petits bouillons.

Les égoutter, garder le bouillon pour la sauce.

Sauce : Préparer un roux blanc avec le beurre et la farine. Dès qu'il commence à mousser, délayer avec le court-bouillon. Y ajouter 2 gousses d'ail "écrapouties*" et persil haché. Relever l'assaisonnement si nécessaire, y ajouter un peu de crème selon les goûts.

Servir les escargots et la sauce à part.

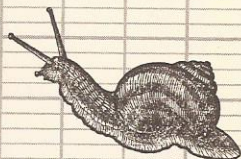
*écrapouties = écrasées



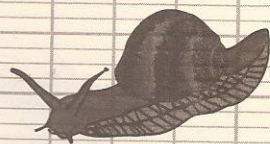
Chanson "La sauce aux lumas"

Refrain : Quand te m'fais d'la sauce aux lumas
Y'entends t'cho là qui j'hargotte
Y't bis'rai su les dus jottes
Y sé benaise dans ma piat.
Bé tranquill' ment, y trempi' dans l'piat
Djà fini, faut qu't en r'dounes
Si t'savais comme t'é meugnoune
Quand te m'fais d'la sauce aux lumas

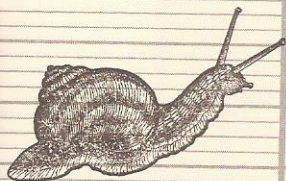
1/ Y'en a qu'aimant la boun' cuisine
De grand's auberges de Paris
Tô t'chu sent bé la margarine
Mais ô pay'cher, ô vous suffit
Mâ, y'aim'bé mu la boun' mangeaille
La boun' mangeaille de chez nous :
La routie, ou bé la godaille
Les moujett's ou bé la soupi' aux choux
Poué besoin d'trent'six piats
Por mon déjunâ
Quand te m'fais d'la sauce aux lumas

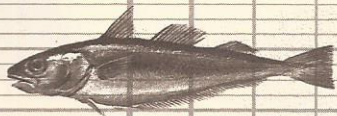
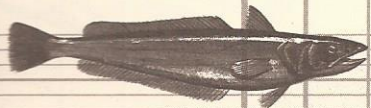


2/ Un bia jour y tombit malade
On fit bé vit v' nix le méd'cin
Tcho gars m' défendit la salade
La soupi' grass' et pi les boudins.
Si y' avé pris tol' sé salop'ries
Y'a t' un moument qui s'rais béxi
Mâ por guérir la maladie
Un bia jour, savez-vous c' qu' y' fit
Au pi' tit déjunnâ
Quatre-vingts lumas
Et quatre ou cinq potées de noha.



3/ Vous savez bé qu' dans les ménages
O va pas torjours bé piang' ment
Même quand les homni's sont bé sages
Leurs bourgeois's a grognant to t' le temps
La meune quand a m' voué faire la goule
Vit a m' appeule son pi' tit cané
Et y sens là, sa main qui s' coule
Tô t' a t' ché pi' tit long d' mon gosier
A l' ô sé, oh ! la la
Non, qui m' fâch' rai pas
Tant qu' a m' f' ra de la sauce aux lumas.





Les Poissons

Merlu au beurre blanc

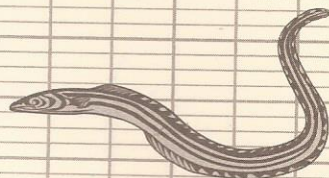
Laver un beau merlu, le mettre dans une poissonnière ou grand faitout. Ajouter un oignon épluché, bouquet garni, vin blanc, sel et poivre ; couvrir d'eau jusqu'à hauteur du poisson.

Amener à ébullition, ensuite baisser le feu pour laisser le poisson pocher 10 à 15 minutes selon la grosseur.

Sauce beurre blanc : éplucher et hacher 3 ou 4 échalotes, les mettre dans une casserole avec 1 verre à moutarde de vinaigre ou de vin blanc sec.

Maintenir la cuisson jusqu'à complète évaporation du liquide. Ajouter un peu de crème et laisser épaissir un peu, tout en fouettant la sauce. Incorporer le beurre coupé en dés, saler et poivrer. Servir chaud.

Il est conseillé de faire cette sauce au bain-marie.



Matelote d'anguilles

Après avoir dépouillé les anguilles, les couper en tronçons. Faire fondre du beurre dans une sauteuse, y faire raidir les anguilles à feu assez vif, tout en les remuant. Ajouter de l'ail haché, le bouquet garni (selon les goûts, on peut les flamber à l'eau-de-vie ou à l'Armagnac).

Mouiller avec une demi-bouteille de vin rouge ou blanc sec, laisser cuire 15 minutes à petits frémissements.

Au moment de servir, lier la sauce avec un beurre « manié ».

Le beurre « manié » sert à lier une sauce rapidement. Il faut mélanger un morceau de beurre avec les $\frac{3}{4}$ de son poids en farine, et ne plus faire bouillir.



Déjeuner

DU 18 JANVIER 1927

—*—

Hors-d'Œuvre Variés
Saucisson d'Arles
Coquilles de Beurre
Huitres de Marennes

ENTRÉES

Tête de Veau Sauce Ravigotte
Langue de Bœuf Sauce Mère
Veau à la Soubise
Boulettes de Grains
Salade de Saison
Haricots Verts

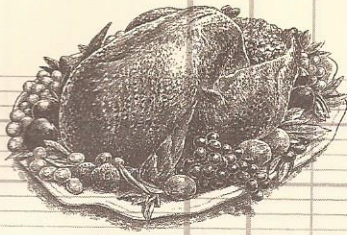
DESSERTS

Crème au Café
Tartes Variées
Corbeilles de Fruits

VINS

Rouge et Blanc
Mareuil -:- Bordeaux
oo
Café -:- Liqueurs

IMP. G. GRILLARD



Les Viandes

Blanquette de poule

Préparer une poule, la mettre dans un faitout rempli d'eau froide. Ajouter 2 blancs de poireaux, 3 ou 4 carottes, oignon piqué d'un clou de girofle, bouquet garni. Laisser cuire à petit feu pendant 2 heures, saler à mi-cuisson.

Après cuisson, retirer la poule, la couper en plusieurs morceaux, les faire rissoler dans une cocotte avec le beurre et 2 gousses d'ail écrasées.

Saupoudrer d'un peu de farine et tout en remuant, mouiller avec le bouillon. Laisser cuire une demi-heure à petit feu. Rectifier l'assaisonnement.

Avant de servir, certaines cuisinières font un mélange d'un peu de crème et d'un jaune d'œuf, qu'elles versent sur la sauce afin de lier le tout.

Langue de bœuf sauce madère

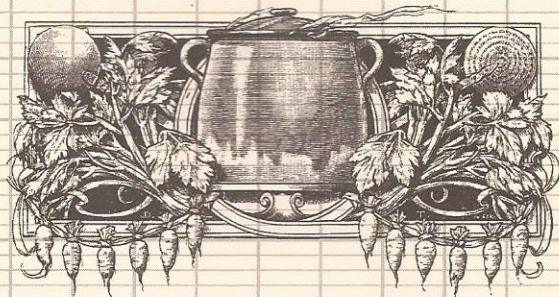
Faire tremper la langue dans l'eau froide une journée, nettoyer avec une brosse.

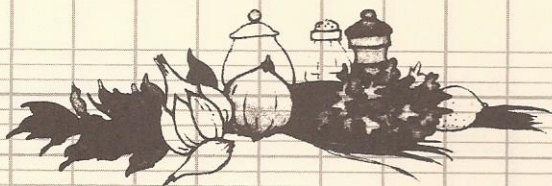
Préparer le court-bouillon : eau, vin blanc, carottes, oignons, bouquet garni, sel et poivre. Mettre la langue dans le liquide froid et laisser cuire 3 heures à petit feu.

Après cuisson, couper la langue en fines tranches.

Sauce Madère :

Faire un roux brun, mouiller avec le bouillon. Faire réduire à feu doux pendant une vingtaine de minutes. Au moment de servir, ajouter 3 cl de Madère, rectifier l'assaisonnement, y mettre les tranches de langue et maintenir au chaud.





Tête de veau à la sauce piquante

Plonger la tête de veau (1 kg environ) dans l'eau froide, avec un bouquet garni, 1 oignon piqué d'un clou de girofle, 1 carotte, 1 branche de céleri coupée en dés, sel, poivre en grains. Porter à ébullition. Ecumer et laisser cuire à petits bouillons pendant 1 heure et demie.

Sauce piquante : faire un roux brun, mouiller avec le bouillon, laisser un peu réduire à feu doux. Pendant ce temps, faire réduire dans 18 cl de vinaigre, 10 à 15 g d'échalotes hachées jusqu'à obtenir 3 cl de liquide ; l'incorporer à la sauce brune et laisser cuire doucement 5 minutes. Ajouter les cornichons coupés en fines rondelles. Egoutter la tête de veau, servir chaud avec la sauce.

Ce plat peut être accompagné de pommes de terre cuites en robe des champs.

Pressure

*Pour une tête de porc avec cervelle (1 verre de sang),
poireaux, oignons, thym, laurier, 4 épices, poivre, cannelle.*

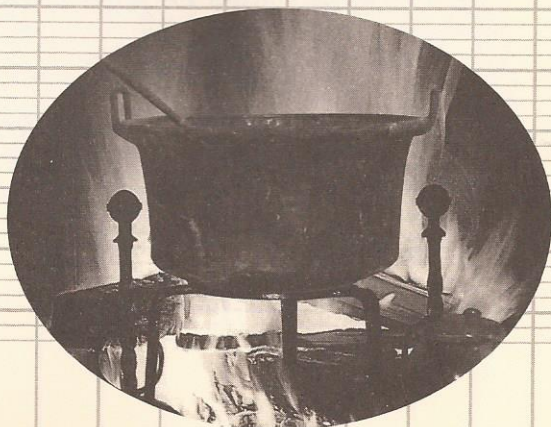
*Faire cuire la tête de porc avec oignons, poireaux, un
peu de laurier et de thym.*

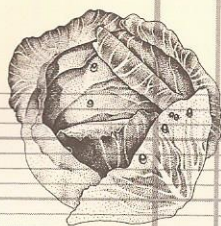
*Cuire le tout 2h30 à 3h à partir de l'ébullition.
Retirer les légumes et la tête de porc du bouillon. Désosser la
viande, la passer au moulin sans grille. Remettre le bouillon
de cuisson à réchauffer. Ajouter la viande, les légumes
hachés. Puis du pain grillé en cubes.*

Faire bouillir le tout 1 heure.

*Puis ajouter le sang par petites quantités. Rajouter les
4 épices, la cannelle, le poivre. Même quantité de poivre que
d'épices. Mettre 2 fois plus de cannelle que d'épices.*

Cuire le tout 4 heures.

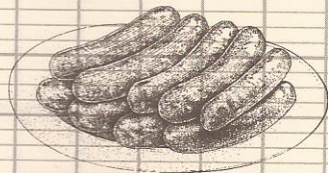




Saucisses aux choux

Faire blanchir le chou-pomme à l'eau bouillante salée 5 à 10 minutes, égoutter.

Dans une cocotte, faire revenir dans un peu de matière grasse, les lardons nature ou fumés. Ajouter les saucisses, deux oignons piqués d'un clou de girofle. Laisser dorer, mettre un peu de bouillon, saler, poivrer. Incorporer le chou dans la préparation, laisser mijoter le tout pendant 1 heure et demie et remuer de temps en temps.



Lard aux choux verts

Plonger le lard dans l'eau froide, laisser cuire trois heures, saler, poivrer.

3/4 d'heure avant la fin de la cuisson, ajouter les choux préalablement bien lavés, ainsi qu'une gousse d'ail. Egoutter le tout, et servir chaud.

On peut également y ajouter des pommes de terre épluchées.

"Les ventres à choux"

On appelle communément les Vendéens : "Ventres à choux", soi-disant parce qu'autrefois l'on consommait beaucoup le chou fourrager ou chou vert.

Il y a plusieurs explications quant à l'origine de cette dénomination. Le Conseil des Sages a retenu celle-ci :

La feuille de chou ayant des vertus cicatrisantes était utilisée autrefois en cataplasmes sur le cordon ombilical du nouveau-né.

Les habitants du Bas-Poitou ironisaient fréquemment sur cette coutume, d'où l'appellation "Ventre à choux".





Les Légumes

Embeurrée de choux verts

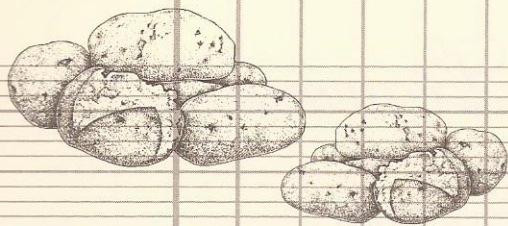
Prendre des choux verts, les mettre à cuire à l'eau salée pendant $3/4$ d'heure.

Bien les égoutter, les mettre dans un plat de service. Servir chaud avec du beurre frais.

Mogettes de Vendée

Laver les haricots secs, les mettre à tremper dans une casserole remplie d'eau froide pendant toute une nuit. Les égoutter, mettre dans une cocotte avec de l'eau, laisser bouillir lentement. En cours de cuisson, ajouter de l'eau chaude si besoin est. Lorsque les mogettes sont à point, saler, poivrer et ajouter un bon morceau de beurre au milieu.

Pour la cuisson, certaines cuisinières mettent oignon, ail, bouquet garni et carottes.



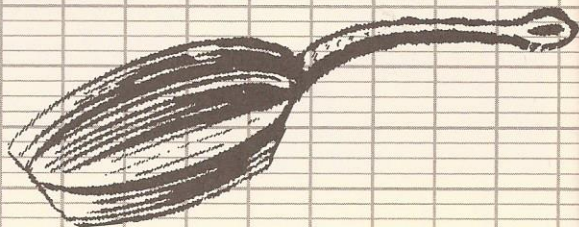
Palets de pomme de terre

Faire cuire des pommes de terre en robe des champs dans de l'eau salée pendant 1/2 d'heure. Eplucher et passer au moulin à purée, y ajouter 1 ou 2 œufs (selon la quantité de purée), beurre et sucre.

Malaxer le tout, en faire des palets avec les mains, tout en tassant. Les passer dans la farine, les faire dorer au beurre dans une poêle. Servir chaud.

L'on peut servir aussi les palets en accompagnement de viande. Dans ce cas, on remplace le sucre par une petite poignée d'"appétit"* finement ciselée.

*"appétit" = ciboulette



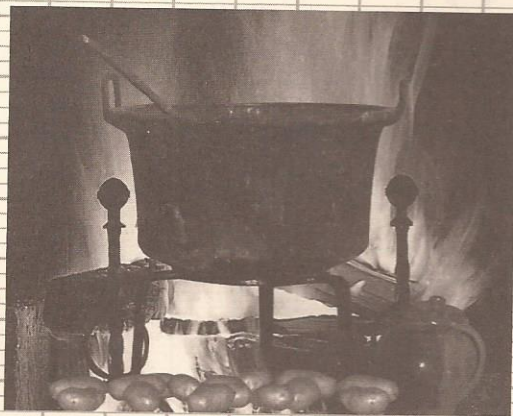
Pommes de terre grâlées *(recette d'hiver)*

Devant le feu de cheminée, faire un tapis de cendre chaude, y déposer les pommes de terre préalablement bien lavées.

Les recouvrir de cendre avec un peu de braise. Maintenir la chaleur le temps de la cuisson, au moins 1 heure.

Pour les déguster : une fois cuites, les couper en deux, faire quelques petites incisions et mettre une bonne noix de beurre à fondre dessus.

Certains mangent même la peau croustillante. Cette cuisson peut se faire aussi dans un four traditionnel.





Pommes de terre au lard

Faire frire des morceaux de lard dans une poêle avec du beurre.

Saupoudrer d'un peu de farine. Tout en remuant, mouiller avec du bouillon, saler, poivrer, ajouter les pommes de terre épluchées et coupées en morceaux, un bouquet garni.

Laisser cuire à feu moyen et servir chaud.

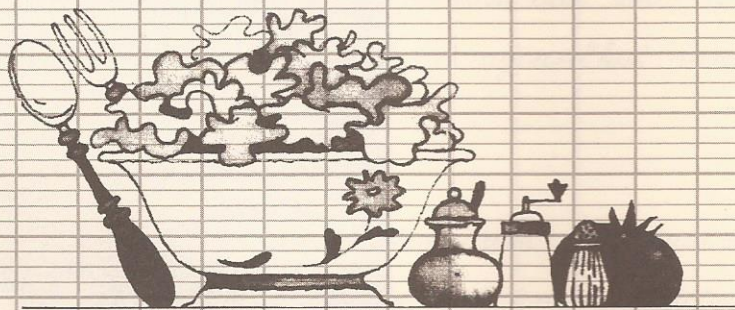
Pour cette recette, on peut utiliser aussi des abats de volailles.

Certaines cuisinières y ajoutent quelques gouttes d'arôme Patrelle pour donner un peu de couleur à la préparation.

La salade

"Ayez la salade en grande estime car il est reconnu qu'elle constitue l'aliment minéralisateur par excellence et qu'elle est très riche en vitamines."

Conseil recueilli dans un vieil ouvrage culinaire.

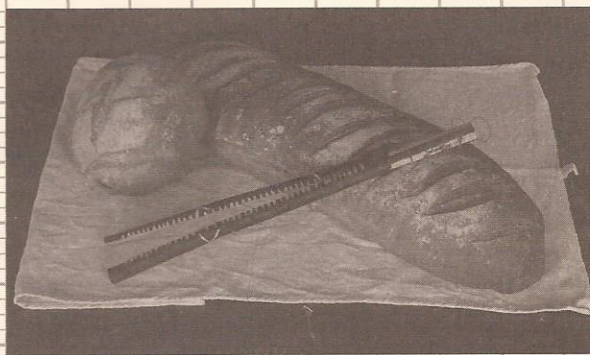


Autrefois, chaque famille possédait son potager dans lequel, au fil des saisons, poussaient : laitues, chicorées, scaroles et même la mâche (ou "bourslette"), consommées en accompagnement des viandes.

Le pain

Aujourd'hui, le pain est considéré comme aliment d'accompagnement, alors qu'au siècle dernier, il constituait encore la nourriture de base de tous les repas.

Le pain était sacré ! Avant de l'entamer, la maîtresse de maison traçait le signe de la croix sur la croûte du dessous. On n'en perdait pas une bouchée. Les restes étaient utilisés pour la soupe.



Sur cette photo, sont représentés: un pain de campagne rond et un pain de 4 livres, sur lequel est posée une "coche".

Cette "coche" faite avec un brin de noisetier ou de châtaignier était fournie par le boulanger qui la fendait en deux, et taillait le bout en biseau pour inscrire le nom de la famille. Client et boulanger conservaient l'un et l'autre une moitié de la "coche" et l'utilisaient à chaque approvisionnement en les

juxtaposant de façon à y faire la même encoche.

A cette époque, n'existaient que les pains de 6 livres, 4 livres et 3 livres. Une coche représentait 20 pains de 6 livres, soit l'équivalent d'un sac de blé. C'était, en quelque sorte, un "troc" ou monnaie d'échange entre le cultivateur et son boulanger.

Cette pratique était également valable pour les citadins qui payaient en espèces lorsque la coche était complète.

A partir de 1960, les ménagères ont préféré le pain de deux livres. On peut sourire en pensant aux "mille et une" variétés de pain que l'on trouve aujourd'hui dans nos boulangeries modernes.

Pour terminer, le dicton populaire : "Il vaut mieux payer le boulanger que le médecin" reste toujours d'actualité !





Déjeuner du 22 Octobre 1940

Crevettes coquilles Beurre

Charcuterie assortie

Mulet de roche à la Mayonnaise

Poulet aux Champignons

Gigot de Pré-Salé

Haricots au beurre

Salade de saison

DESSERTS

Compote de Fruits

Crème au Caramel

Gâteaux Assortis

VINS

Blanc - Rouge

Muscadet - Montbazillac

Café - Fine



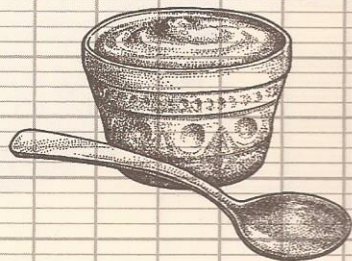
Entremets et desserts

Crème fouettée (dite anglaise)

Faire bouillir 1 litre de lait entier. Casser 8 ou 10 œufs selon la grosseur, en séparant les jaunes des blancs.

Travailler les jaunes avec 150g de sucre en poudre, délayer doucement avec le lait bouillant. Remettre sur le feu, et faire épaissir avec un fouet, sans cesser de remuer. Le fouet doit toujours toucher le fond de la casserole, afin d'éviter l'ébullition.

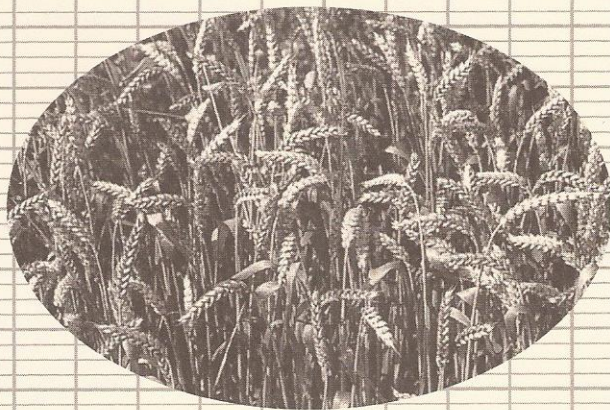
Dès que la crème est prise, retirer du feu, et transvaser dans une jatte, tout en fouettant, ceci afin d'arrêter brutalement la cuisson. Parfumer la crème avec soit : vanille, eau de fleur d'oranger, eau-de-vie ou rhum, selon ses goûts.

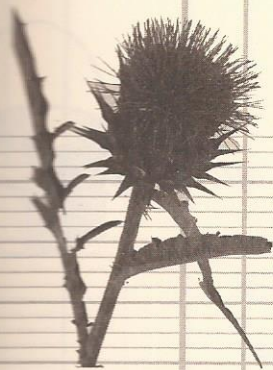


Anecdote

Autrefois, à l'Ascension, on se réunissait en famille ou entre voisins pour déguster les caillebottes.

On attachait même une croyance à cette tradition. Cette pratique empêchait, disait-on, la formation d'épis noirs dans les champs de blé. Protéger les récoltes était en effet un souci permanent et tous les moyens étaient bons.





Caillebottes "coëffées"*

Faire tiédir 1 litre de lait entier (environ 37°)

Envelopper 2 ou 3 bonnes pincées de chardonnette dans un morceau de mousseline (nouet).

Plonger dans le lait tiède et laisser infuser tout en pressant le nouet à plusieurs reprises.

Retirer la chardonnette, laisser reposer et ne pas remuer. Lorsque le lait est caillé, couper en 4, puis remettre un peu sur le feu (quelques secondes) et mettre au frais.

Coëffée : Avant de servir, "coëffer" les caillebottes avec une crème épaisse de lait bouilli et refroidi. Certains y mettent un peu de café froid. Sucrez selon les goûts et déguster.

*"coëffées" = patois vendéen de coiffées



Sas de fête de "Pâques sans from"

Crôte de from

Faire une pâte assez ferme avec 400 gr de farine,
1 pincée de sel, un peu d'eau.

Étendre au rouleau et en garnir les moules en l'ar-
rondissant bien afin qu'aucun pli ne se forme à la cuisson.

Prendre un grand faitout, le remplir avec $3/4$ d'eau,
faire bouillir.

Secrocher une ficelle aux oreilles des moules à froms
afin de former une anse permettant de les retirer du faitout
après cuisson, sans se brûler.

Remplir délicatement les moules garnis de pâte avec
de l'eau bouillante et laisser cuire 15 minutes dans le faitout.
Retirer le tout par la ficelle, enlever l'eau tout douce-

ment. Pour éviter que les croûtes ne s'affaissent, remplir
l'intérieur de la pâte d'un torchon "abouchournaï"
(francois vendéen), puis la retirer du moule.

Laisser sécher une journée, afin que la pâte se
raffermissse.





Passer un jaune d'œuf sur le bord dentelé et faire dorer au four. Après refroidissement, remplir avec le "bon" ("flounaie" **).

*"abouchounai" = du français bouchonner

**"flounaie" ou "fiounaie"

"Bon" ou Fiounaie



Le "bon" se prépare en général pour 2 fiouns d'un litre, avec 1 litre et demi de lait cru, 18 œufs.

Faire chauffer 1 demi-litre de lait avec 250 g de sucre, 2 ou 3 bâtons de cannelle, 2 sachets de sucre vanillé, laisser infuser.

Battre les œufs, ajouter 250 g de crème, la fleur d'oranger, 1 pincée de sel puis mélanger le tout avec le lait.

Filtrer le lait infusé et l'ajouter à la préparation. Verser dans les croûtes. Cuire à four moyen pendant au moins 1 heure, laisser refroidir.

Si le "bon" est bien ferme, le "fioun" peut se déguster sans assiette.



Les battages

À l'ère des moissonneuses-batteuses, difficile d'imaginer le travail énorme que représentait les "battages" ou "batteries".

Tous les hommes des villages alentour se rassemblaient et allaient ainsi de ferme en ferme pour battre le blé. Les femmes s'affairaient à la cuisine depuis la veille, et préparaient un vrai repas de fête.

Si le jour des battages tombait un vendredi, jour où l'on devait s'abstenir de manger de la viande (tradition chrétienne), il fallait demander une dispense à monsieur le curé. Dispense toujours accordée, et que l'on affichait au portail de la grange.

Pas question, en effet, de servir seulement des légumes à la quarantaine de personnes qui s'activaient du matin au soir autour de la batteuse, du "pailler", des fourneaux...

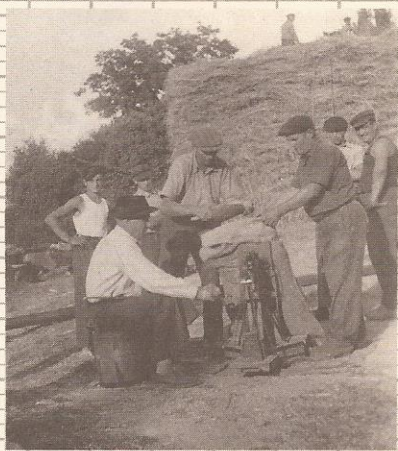
Le repas des battages était, sans conteste, l'un des plus copieux de l'année, et préparé essentiellement avec les produits de la ferme : viandes de porc, bœuf, volailles, légumes et fruits.

Le dessert traditionnel était, bien sûr, le pilai ou laitage de mil.



Le pailler est presque terminé. On se rassemble pour la photo avant d'aller prendre place autour d'une bonne table.

Le pesage des sacs de blé s'effectue sous l'œil vigilant du maître de la ferme.



Ensuite, les hommes chargent les sacs sur leurs épaules pour les monter au grenier.

Le "pilai" ou millet

Autrefois, chaque ferme avait son champ de mil. Il en fallait pour nourrir les poussins, et surtout pour préparer le fameux "pilai".



A Aizenoy, pendant de nombreuses années, une grande "fête du millet" était organisée fin Août début Septembre.



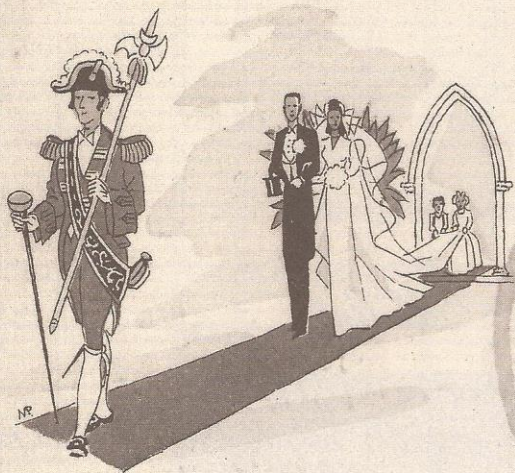
Millet

Porter à ébullition 1 litre de lait cru. Verser en pluie, tout en remuant, 110 g de millet. Continuer la cuisson pendant une bonne demi-heure, sans cesser de remuer, pour que la préparation ne prenne pas au fond de la casserole.

Quand le millet est cuit, sucrer selon son goût, et parfumer avec de la vanille ou de la fleur d'oranger.

Transvaser dans le plat de service et maintenir au frais en attendant la dégustation.

On peut déguster le millet froid en le coupant comme un gâteau, ou chaud en le passant dans la poêle avec du beurre.



MENU

DEJEUNER DU 11 JUILLET 1959

●
Bouquets de Crevettes
Coquilles de Beurre
Cornets de Jambon Truffé
Colin Beurre Blanc
Carré de Veau Marengo
Poulet de Grains
Haricots Verts
Cœur de Laitue

●
DESSERTS
Macédoine d'Amour
Exilés

●
VINS
Blanc et Rouge

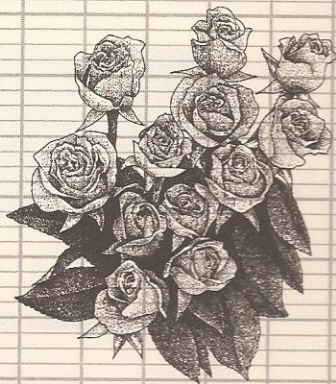
●
Café - Fine
●

Lors des mariages, les familles confectionnaient des gâteaux (fouaces, quatre-quarts, biscuit de Savoie) généreusement distribués aux voisins et amis.

Sur le parcours emprunté par le cortège nuptial, des chaises recouvertes d'un napperon blanc brodé étaient disposées ici et là : à l'entrée des chemins menant à un village, aux abords de la mairie et de l'église.

Des fleurs y étaient disposées. Les invités de la noce prenaient ces bouquets. En échange, ils y plaçaient quelques pièces de monnaie.

Quant aux parents des mariés, ils y ajoutaient des parts de gâteau.



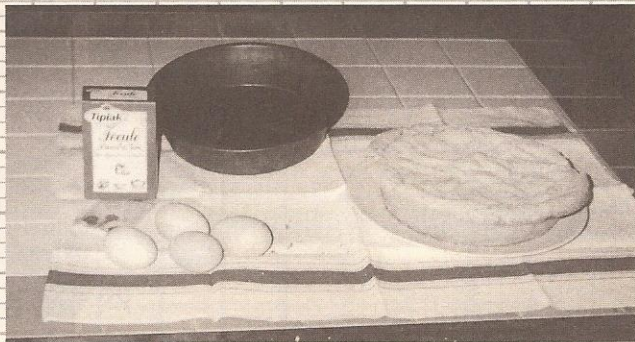
Gâteaux

Biscuit de Savoie

Prendre 6 œufs, les peser et préparer un poids égal de sucre. Dans une terrine, travailler les jaunes d'œufs avec le sucre, jusqu'à ce que le tout blanchisse. Ajouter un paquet de féculé (250 g), bien mélanger pendant au moins 5 minutes.

Battre les blancs en neige avec 1 pincée de sel, les incorporer délicatement à la pâte.

Verser dans un moule beurré, mettre au four thermostat 5 ou 6, environ 1 heure.





Quatre-quarts

Prendre 4 œufs ; les peser et prendre le même poids de farine, de sucre et de beurre. Casser les œufs en séparant les blancs des jaunes ; mettre ces derniers dans une terrine avec le sucre en poudre. Travailler au fouet, pour obtenir une crème lisse et blanche. Ajouter le parfum (vanille, fleur d'oranger, eau-de-vie ou rhum) ainsi que le beurre fondu et refroidi.

Incorporer alors la farine en remuant vigoureusement. Battre les œufs en neige ferme avec une pincée de sel et les ajouter délicatement à la préparation.

Verser dans un moule beurré, glisser dans un four chaud thermostat 5 ou 6 pendant 3/4 d'heure.

Fouace

Couper 300 g de beurre dans une casserole, ajouter un demi-pot de crème et 450 g de sucre, puis 12,5 cl de lait. Chauffer le tout en remuant sans faire bouillir. Hors du feu, y mettre 10 cl d'eau-de-vie, 10 cl de fleur d'oranger, laisser refroidir. Battre les 5 œufs en omelette bien mousseuse. Faire une fontaine avec 1 kg de farine, incorporer la matière grasse puis les œufs. Bien amalgamer le tout à la cuillère en bois (ou avec les mains) en ayant soin de bien soulever la pâte. Dissoudre à l'avance 35 g de levure dans un peu d'eau tiède, puis la joindre à la pâte presque à la fin du pétrissage.

Mettre la pâte dans un torchon fariné, et placer le tout dans une "guenotte" bien enveloppée dans une couverture chauffante, laisser monter la pâte environ 4 heures. Beurrer des moules et répartir la pâte dedans. Piquer le dessus à la fourchette, et dorer avec un jaune d'œuf battu avec un peu de lait.

Enfourner à four froid, mettre thermostat 3 pendant 1 heure et quart, puis sur 4 pendant 1/4 d'heure, surveiller car il ne faut pas trop cuire, sortir du four et badigeonner le dessus avec un mélange de blanc d'œuf et sucre battus.



À Mardi-Gras et à la Mi-Carême :

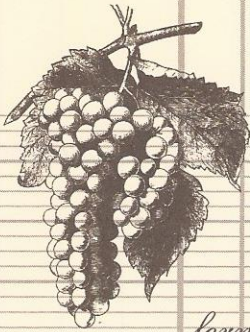
Les Bottereaux

Pour 1 kg de farine environ :

Faire fondre 200 g de sucre dans un peu d'eau, y mettre 200 g de beurre, 100 g de crème ; laisser refroidir. Battre 6 œufs en omelette. Incorporer 2 paquets de levure à la farine.

Faire une fontaine : y verser progressivement la préparation sucrée, ainsi que les œufs. Ajouter 2 paquets de sucre vanillé, une pincée de sel, ainsi que le parfum (eau-de-vie, fleur d'oranger, vanille ou rhum) selon ses goûts.

Travailler la pâte, et si besoin rajouter de la farine. En faire une boule et laisser reposer 1 heure au frais. Étaler la pâte et la découper en losanges, plonger ces morceaux de pâte dans la friture à 180° environ, les retourner pour qu'ils soient dorés de chaque côté. Les égoutter sur papier absorbant et les servir saupoudrés de sucre glace.



Raisiné

Mettre à réduire 3 litres de jus de raisin frais non fermenté à feu très doux. Au bout de 2 heures, ajouter 1 kg 200 de pommes et 600 g de poires, le tout émincé. Remuer souvent pour éviter que la préparation ne prenne au fond du récipient. Il faut que le jus de raisin soit complètement réduit. Terminer en ajoutant 900 g de sucre, sans cesser de remuer. Laisser cuire 15 minutes environ.

Mettre en pots et couvrir.

Délicieux en tartines ou sur des galettes de blé noir.

Galette de blé noir

Pour 24 galettes environ, prendre 500g de farine de blé noir.

Faire une fontaine au milieu, y mettre 2 œufs, 1 pincée de sel. Délayer avec 1 litre d'eau, et demi-litre de lait. Laisser reposer 1 heure au frais. Si la pâte est trop épaisse, ajouter un peu d'eau.

Nos grands-mères se servaient d'une "galettière" en fonte pour cuire les galettes au feu de cheminée

Apéritifs et liqueurs*

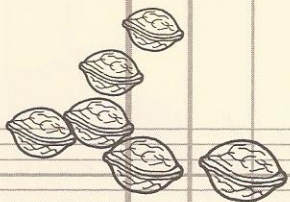
Troussepinette

Couper 1 kg de jeunes bourgeons d'épines noires à 25 cm. Mettre à macérer pendant 1 semaine dans 4 litres de bon vin rouge, 1 litre d'alcool (eau-de-vie 45°), plus 1 kg de sucre ainsi que 4 paquets de sucre vanillé et 4 oranges coupées en 4. Brasser tous les jours. Après macération, filtrer et mettre en bouteilles.

Récolter les bourgeons au printemps (mars - avril).

* A consommer avec modération

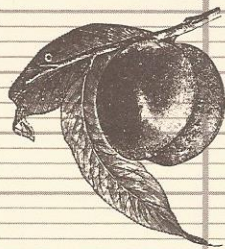




Vin de noix

Prendre 24 noix vertes et les couper en 4 avec leur brou. Faire macérer dans 5 litres de vin rouge (13°), 1 litre d'eau-de-vie et 1 kg de sucre, cela pendant 24 jours. Remuer un peu tous les jours. Après l'avoir filtré, mettre en bouteilles pour la conservation.

Récolter les noix vertes aux environs du 14 juillet.



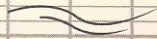
Vin de Pêcher

Faire macérer pendant 24 heures: 525 feuilles de pêcher dans 7 litres de vin rosé. Après ce temps de pause, filtrer le vin, ajouter 1 kg 400 de sucre et 1 litre d'alcool (eau-de-vie 45° ou Armagnac). Remuer pour faire dissoudre le sucre. Mettre en bouteilles, attendre 2 ou 3 mois avant de consommer.

Les feuilles de pêcher se cueillent après le 15 août.

Liqueur jaune

Faire macérer pendant 10 jours : 1 demi litre de lait, 1 demi litre d'eau-de-vie (45°), 500 gr de sucre, 1 citron coupé en tranches fines, une gousse de vanille coupée en 2 dans le sens de la longueur. Remuer tous les jours, filtrer et mettre en bouteilles pour la conservation.



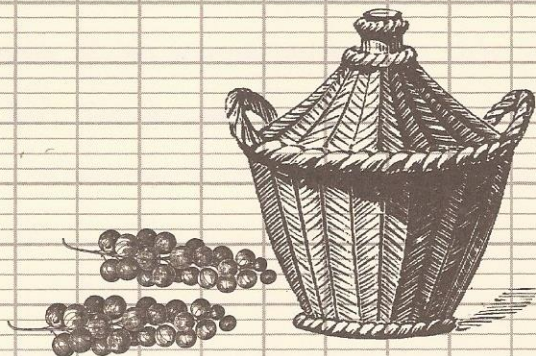
Liqueur 44

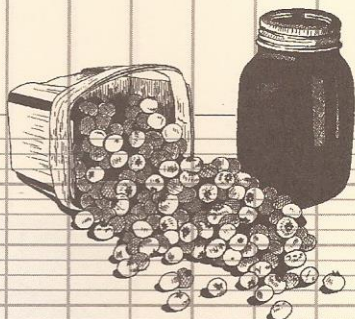
Faire macérer pendant 44 jours : 44 grains de café, une orange percée de 44 trous, 44 pierres de sucre n° 3, ajouter 1 litre d'eau-de-vie (45°). Filtrer et mettre en bouteilles pour la conservation.

Liqueur de cassis

Egrener 2 kg de cassis dans un grand bocal, ajouter 2 litres d'alcool à 45°. Fermer le bocal, mettre dans un endroit pas trop frais pendant 4 à 6 mois. Au bout de ce temps, tirer la liqueur, bien écraser les grains de cassis dans un linge pour en extraire le jus. Faire fondre 500 g de sucre dans un peu d'eau, ajouter à la préparation. Filtrer le tout et mettre en bouteilles.

Laisser vieillir au moins pendant 3 ou 4 mois avant de consommer.





Confiture de vieux garçon

Cette confiture se réalise avec les fruits de saison. Ils doivent être sains et lavés. Pour les fruits à noyaux, couper en 2 et dénoyauter.

Prendre un bocal assez grand. Commencer à y déposer les fraises et ajouter leur poids en sucre. Recouvrir d'eau-de-vie (45°) puis, suivant la récolte : cerises, framboises, prunes, pêches et poires. Chaque fois que l'on rajoute des fruits, procéder comme pour les fraises : sucre, eau-de-vie. Respecter un intervalle de 10 jours entre chaque étape. Lorsque les derniers fruits sont mis dans le bocal, le fermer. Mettre au frais à l'abri de la lumière pendant 2 mois minimum. Vérifier le niveau d'eau-de-vie, en remettre si nécessaire. Pour que le sucre soit entièrement dissous, on peut faire un sirop et le rajouter lorsqu'il est froid. Éviter de remuer.

Souvenirs...



Cette grand-mère s'affaire devant son feu de bois. Elle confectionne des galettes de blé noir, dessert ou menu des jours d'hiver, très apprécié de tous.

Pour cuire ces galettes, on utilisait le beurre fabriqué à la ferme. L'hiver, on se servait de beurre salé, conservé dans des pots de grès.

Cette fermière termine la fabrication de son beurre qu'elle mettra dans un moule de bois : moule dentelé dont le dessin variait d'une ferme à l'autre (fruits, fleurs, animaux...). Chaque semaine, ce beurre moulé était livré chez des particuliers, ou vendu au marché.



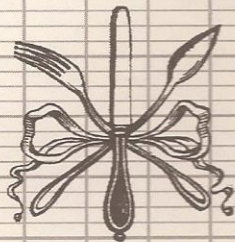
Pour conclure notre recueil, nous proposons à votre réflexion un des préceptes d'hygiène alimentaire retrouvé dans un ouvrage culinaire du siècle passé :

"Prenez vos repas dans le calme le plus absolu. Evitez à table toute discussion, toute agitation, en un mot toute cause d'énervement.

*Une émotion, une contrariété suffit pour arrêter la digestion.
Une préoccupation, un excès de fatigue produisent les mêmes effets.*

Que la joie et la bonne entente règnent toujours à votre repas familial.

*Secouez vos tracassés avant de vous mettre à table.
Oubliez vos soucis en prenant votre serviette."*



Index

<i>Avant-propos</i>	3
<i>Les soupes et potages</i>	6
<i>Les œufs</i>	10
<i>Les poissons</i>	16
<i>Les viandes</i>	19
<i>Les légumes</i>	25
<i>Les entremets et desserts</i>	33
<i>Les gâteaux</i>	44
<i>Les apéritifs et les liqueurs</i>	49



