



HARICOTS DE MAÏS

C'est un légume étrange dans sa couleur, celle des anges.

C'est une légumineuse qui vit, heureuse, en s'appuyant aux jambes robustes des maïs condescendants et vigoureux.

C'est un légume particulier qui se développe, caché à l'intérieur d'une coque de velours nacrée.

Ce sont des petits grains en forme de petits reins qui demandent une certaine dextérité pour être extraits de leur gousse, de couleur rousse, quand ils sont mûrs.

Arrivés à maturité aux confins de l'été et aux premiers jours d'automne, c'est dans un bouillon de peau de cochon que, languissants et heureux, ils se donnent au doux parfum de l'hysope, insoucians, bienheureux, ils se dopent, pour qu'enfin se développent leurs fins arômes malicieux, qui finiront vents dans les cieux.

Ingrédients pour environ 1 kg de haricots de maïs écosés. Compter cinquante pour cent de poids de gousses, soit 2 kg de haricots entiers. Je conseille vivement de n'utiliser que des haricots frais, car il se peut que les haricots déshydratés aient quelques difficultés à se réhydrater et restent très croquants après cuisson (très désagréable). On peut toutefois avoir recours à la congélation, en poche sous vide, qui donne un résultat très correct.

Deux litres d'eau dans une casserole: une carotte épluchée – 1 oignon piqué d'un clou de girofle – 4 ou 5 gousses d'ail entières – quelques grains de poivre noir – gros sel blanc – 2 brins d'hysope – 2 brins de sarriette – 4 branches de persil – ½ branche de céleri - une crosse de jambon (camageot) – 2 ou 3 couennes de jambon sec – 150 gr de ventrèche sèche – vinaigre – huile

Faire cuire dans l'eau bouillante crosse de jambon, ventrèche, carotte, oignon, ail, poivre. Écumer en permanence, essentiel pour obtenir un bouillon clair. La cuisson doit être menée lentement à couvert et est assez longue. Attention à maintenir le niveau d'eau assez constant. Minimum 1 h 30 à 2 h.

Retirer du bouillon tous les éléments. Goûter. Rectifier l'assaisonnement s'il y a lieu. Plonger les haricots dans ce bouillon, faire bouillir. Faire un bouquet garni avec hysope, sarriette, céleri, persil, bien, le ficeler et le plonger dans le bouillon. Attention, la cuisson des haricots frais est assez rapide, les égoutter avec le bouquet garni.

Tailler couennes cuites, jambon, carotte, ail, en petits morceaux, les mélanger aux haricots.

Quelques gouttes de très bon vinaigre de vin, quelques cuillérées d'huile de noix, ou de colza ou d'olive, ou de truffes, quelques feuilles de persil, d'hysope, de sarriette, et les haricots seront sublimes.

Ils doivent se manger tièdes ou froids, et vous pourrez les accompagner de foie gras poêlé ou en conserve ou y rajouter des coquillages cuits, palourdes, coques... et tant d'autres choses, vous n'aurez que l'embaras du choix.

Le bouillon de cuisson peut servir de base pour un potage ou un velouté.

AUTOUR DU CANARD DE BARBARIE

C'est la noblesse du canard de provisions. La plume luisante, proéminence écarlate au-dessus du bec, il se promène le poitrail droit offert au vent, la démarche souple et l'œil aux aguets.

Parlez-lui gentiment, n'élevez pas la voix, il n'aime pas les braillards.

Pas de gestes brusques, il n'aime pas les brutes. Ayez pour lui des égards, il vous donnera son meilleur lard.

Ne jouez pas les gros bras, il vous donnera son meilleur foie gras.

Et si vous êtes son ami, son magret le sera aussi.

Magret séché : à une portée du pied palmé, voici Salies-de-Béarn. M'a t'on-dit, que Salies fut créé pour fournir un sel unique pour bien saler nos confits landais. Je ne sais. Je sais pourtant que ce trésor de sel, sans nos magrets et nos confits, nos cochons aussi, se morfondraient d'ennui.

Donc nos magrets seront posés coté chair sur une légère couche de gros sel de Salies, mélangés à quelques brins de thym frais, quelques brisures de laurier, et quelques gousses d'ail écrasées. Puis ils seront recouverts avec à nouveau, côté peau le gros sel, du thym, du laurier et de l'ail. Le tout est mis au repos dans un endroit bien frais durant 24 heures. Passé ce laps de temps, égoutter les magrets, bien les débarrasser du gros sel et les laver abondamment à l'eau froide. Bien les essuyer et les sécher avec plusieurs linges. Une fois secs, les frotter vigoureusement avec un vinaigre d'alcool blanc. Ne pas les essuyer et les frotter à nouveau avec quelque peu de jeune armagnac. Toujours, sans les essuyer, les rouler dans une belle concassée de poivre noir. Les attacher un par un avec une ficelle à rôtir en lin et les suspendre dans un endroit bien ventilé, bien aéré, pour un séchage idéal. Un mois à un mois et demi sont nécessaires pour un séchage naturel. Mis sous vide, après séchage, le magret se conserve très bien sans perdre aucune de ses valeurs gustatives.

Le foie gras : il doit être traité le plus tôt possible après l'éviscération du canard. Soit en escalope, soit rôti entier, soit en conserve. Les escalopes congelées immédiatement et mises sous vide se conservent très bien et gardent toutes leurs saveurs. Le foie rôti entier dans un récipient à fond épais et à toute petite température est un mets royal se prêtant à toute sorte de garniture, pommes, poires, artichauts... mais requiert un certain savoir-faire et une grande fraîcheur.

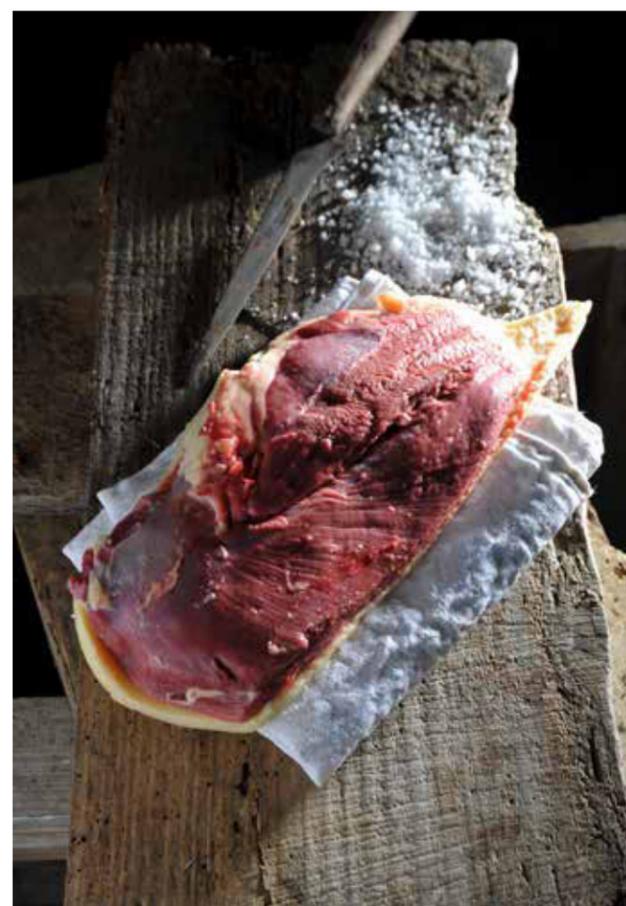
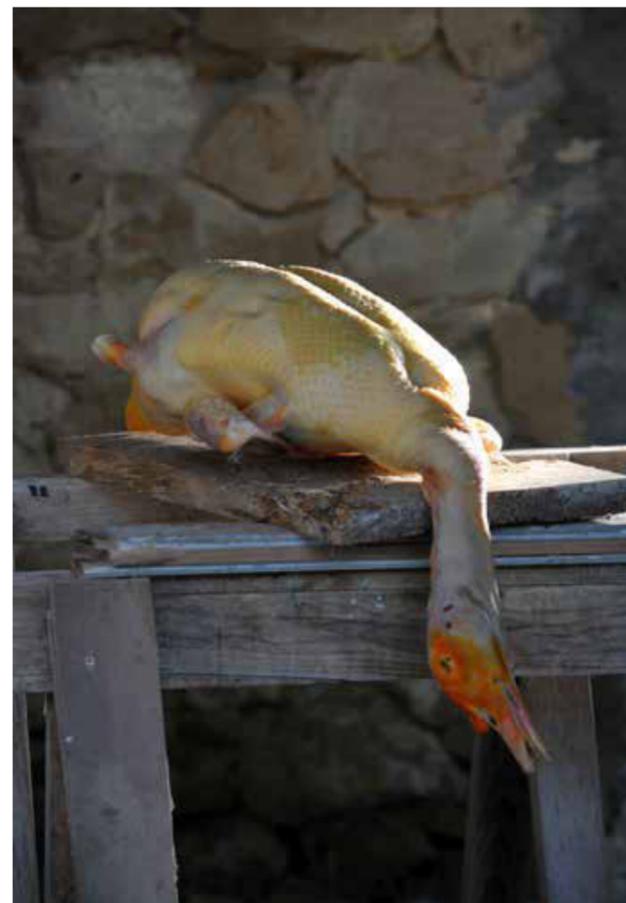
Pour la conserve: dès que le foie est sorti du canard, un bref passage dans un bac d'eau très fraîche contenant une poignée de gros sel permet à celui-ci de se débarrasser des traces sanguinolentes pouvant se trouver sur le pourtour. Il est préférable de dénervé le foie gras, de peser le restant de manière à pouvoir l'assaisonner au plus juste. Pour ma part, je considère que 16 g de sel fin, 10 g de sucre semoule et 3 g d'un excellent poivre font l'affaire. La cuisson en bocal se fera à 70 degrés pendant une heure après ébullition avec sortie des bocal obligatoires pour refroidissement immédiat.

Les cuisses confites : de la même façon que les magrets, les cuisses seront passées 24 heures au sel de Salies parfumé. Nettoyées, lavées et séchées, elles seront cuites dans une graisse de canard fondue, très lentement. La cuisson est à son terme quand le jus s'écoulant d'une piqûre n'est plus rosé mais blanc. Laisser refroidir. Conserver en pot recouvert de graisse ou en poche sous vide enrobée de graisse.

Cœur de canard : les brochettes de cœur de canard marin sont des gâteries pour adultes avertis, et le goût de la chair des dessous de becs grillés est une finesse réservée aux seuls initiés.

Cou de canard, magret, ailerons : la peau des cous peut se farcir avec une farce à galantine ou autre. Les magrets se mangent très bien grillés. Les ailerons confits feront une magnifique salade landaise avec lardons de ventrèche et escalope de foie grillée.

Au final, si au cochon tout est bon, au canard tout est lard.



Les cuisses confites



Foie gras

Pour la conserve: dès que le foie est sorti du canard, un bref passage dans un bac d'eau très fraîche contenant une poignée de gros sel permet à celui-ci de se débarrasser des traces sanguinolentes pouvant se trouver sur le pourtour. Il est préférable de dénervé le foie gras, de peser le restant de manière à pouvoir l'assaisonner au plus juste. Pour ma part, je considère que 16 g de sel fin, 10 g de sucre semoule et 3 g d'un excellent poivre font l'affaire. La cuisson en bocal se fera à 70 °C pendant une heure après ébullition avec sortie des bocaux obligatoires pour refroidissement immédiat.



ALOSE

Voici la merveilleuse histoire d'un poisson en tout point semblable à ces infatigables remonteurs de courants d'air, déjoueurs de pièges de toutes sortes, migrants dans l'âme par nécessité qui assurent en volant ou en nageant la survie de leur espèce et alimente la fabuleuse histoire des migrations.

Sans ordinateur, sans G.P.S., sans calculs savants ni discussions stériles, voici des animaux qui méritent, à tant le moins, notre respect, notre admiration, notre dévouement total et sans limites, après toutes les avanies que nous leur avons infligées.

Cela n'empêchant pas, et n'étant pas contradictoire, avec le fait d'en prélever une infime partie pour se nourrir et se délecter de leur si fine composition, cela évidemment sans mettre en danger leur pérennité sur cette terre.

L'alose, puisque c'est d'elle qu'il s'agit, je la compare volontiers à une énorme sardine, du fait de sa forme, de ses couleurs, de ses écailles. Là s'arrête la comparaison visuelle.

Sa chair, grasse, d'une grande finesse, est parcourue de dizaines et de dizaines d'arêtes, des simples, des fourchues, des crochetées qu'il est nécessaire d'extraire pour faciliter sa dégustation.

Alose en papilote Comme pour les os du corps humain, c'est toujours le même emplacement que tiennent ces arêtes qui forment des lignes le long des filets du poisson. Il suffit de prélever les filets du poisson, de suivre avec un doigt les rangs d'arêtes puis à l'aide d'une pince plate, de les retirer. On peut également tailler le poisson en belles darnes pour le faire griller, poêler. Plancha ou gril sont très efficaces pour procéder de la sorte. Il est possible également de la griller entière. Il suffit pour cela de pratiquer des incisions sur les filets, d'y insérer feuilles de laurier, brin de thym, rondelles de citron, quelques tranches d'oignons blancs, pourquoi pas de tomate, saler poivrer, bien arroser d'huile d'olive, puis d'envelopper le poisson dans plusieurs couches de papier sulfurisé, puis de papier aluminium, de cuire au four ou au gril ou à la plancha. Le poisson sera cuit quand votre papilote restera gonflée une fois sortie de la source de chaleur. Pour accompagner la dégustation du poisson, une excellente sauce verte sera un très bon condiment : dans un bol, échalote ciselée très fin, sel, poivre, vinaigre de vin, huile de tournesol, persil, ciboulette, cerfeuil, estragon.

Alose marinée L'alose peut se consommer également marinée. Après avoir été désarêtée, la recouvrir des deux côtés de gros sel de Salies-de-Béarn, mélangé avec des brisures de laurier, des brins de thym et des gousses d'ail écrasées. Dans un endroit frais, la laisser mariner vingt-quatre heures. Ôter tout le sel aromatisé, bien rincer le poisson et le laisser tremper dans de l'eau fraîche un quart d'heure à une demi-heure. Bien le sécher. Délayer deux cuillères à soupe de pesto avec l'huile d'olive et à l'aide d'un pin-

ceau, badigeonner le côté chair du filet du poisson. Saupoudrer de piment d'Espelette, ajouter quelques herbes fraîches, persil, ciboulette, estragon, cerfeuil, cèleri perpétuel. Ensermer le filet dans une feuille de film alimentaire, puis dans une feuille de papier aluminium. Maintenir au frais deux jours. Tailler en tranches très fines posées sur des croûtons auquel on aura montré une gousse d'ail, c'est un régal assuré. On peut également en recouvrir une assiette badigeonnée d'huile d'olive, ajouter par-dessus jus de citron et quelques gouttes de jus d'orange. Enfin une excellente crème fraîche fouettée en mousse ou dure, assaisonnée et accompagne très bien ce mets. L'ami Pierre, quant à lui, a mis au point une méthode de fumage des filets d'aloses en tout point remarquable, pleine de finesse.

Alose en conserve Nous avons aussi une excellente recette d'alose en conserve. Après l'avoir désarêtée et récupéré les laitances, assaisonner bien les filets, puis au pinceau les badigeonner de moutarde forte. Ensuite, disposer les filets l'un sur l'autre, chair contre chair. Choisir un bocal de conserve, tailler les deux filets ensemble de manière qu'il rentre facilement dans le contenant. Quelques tranches de carottes, une tranche de citron bio, un brin de thym, une demi-feuille de laurier, une belle lichette de vin de Loire, muscadet ou autre, fermeture et cuisson. Quatre heures sont nécessaires pour que s'opère le miracle. Laisser refroidir. Stocker. Cette conserve gagne à vieillir dans un endroit frais et noir et peut parfaitement se millésimer.

Si l'alose est pleine de laitances, vous pouvez parfaitement les couper en tronçons et les ajouter entre les deux filets dans le bocal.





GARBURE BÉARNAISE DES LANDAIS

Loin des fourre-tout je m'en foutiste qui m'attristent, je vais avec vous partager l'histoire d'un goût unique, une expérience magnifique, donnée et acquise auprès d'un Béarnais, magique, passionné et altruiste dont je suis fier et honoré d'être l'ami.

Roborative et parfumée de manière unique, nous la dégustions au retour des parties de chasse à la bécasse dans les montagnes de la Soule, dans une bergerie au sol en terre battue, puissant feu de cheminée, et Basques endurcis et nobles d'amitiés. S'ensuivait d'immémorables parties de cartes à jouer où le moins tricheur aurait été radié des casinos pour le restant de sa vie.

La garbure, c'est l'histoire de deux animaux que l'on trouve dans toutes les cours de ferme du Sud-Ouest. Deux os garnis de viande à la saveur unique et particulière, plus quelques peaux séchées du nom de couenne et quelques légumes du jardin.

Le camagnon du cochon (camageot ou camot) et le confit de canard.

La seule préparation où le goût léger du rance servirait de fil conducteur, car très difficile à quantifier, à doser, à deviner: trop de rance et votre garbure est immangeable, pas assez de rance et votre garbure n'est plus qu'une soupe au chou.

Là est tout le secret, toute la magnificence, toute la particularité de cette soupe hors du temps et des modes. Quelques charcutiers des Landes, du Béarn, ou du Pays Basque ont en leur possession ces précieux sésames que sont camageot et couennes sèches.

Ingrédients

1 camageot de jambon très légèrement rance, plusieurs couennes de jambon sec, quelques gousses d'ail pelées, dégermées, deux ou trois oignons émincés, demi-piment d'Espelette, un gésier, un cou, des ailerons de canard gras, 80 g de haricots blancs tarbais, 80 g de navets ronds blancs, 80 g de céleri-boule, 150 g de pommes de terre fondantes, 80 g de blancs de poireaux, 100 g de chou vert émincé et blanchi, sel, poivre.

Bouquet garni pour l'infusion finale : thym, laurier, persil, hysope

Faire blanchir les viandes en les portant à ébullition dans une belle quantité d'eau. Le rafraichir et bien les nettoyer des impuretés qui pourraient se coller dessus.

Emplir à moitié d'eau froide votre récipient à soupe, plonger le camageot et les couennes, quelques gousses d'ail pelées, deux ou trois oignons émincés, demi-piment d'Espelette sec, et mettre à bouillir à couvert à bouillon léger. On peut ajouter également un cou de canard gras, petits ailerons de canard gras ainsi que le gésier. Selon le degré de séchage, la cuisson peut être très longue. Piquer avec une fourchette dans la viande, quand elle traverse les chairs, la cuisson est prête. Durant tout ce temps, l'odeur si particulière du rance doit chatouiller les narines, embaumer la cuisine et même la maison. Elle doit être fine, légère, subtile et délicate. Les enlever du bouillon ainsi obtenu et alors seulement commencer la cuisson des légumes. En premier les haricots tarbais. Je préconise de les réserver après cuisson pour les remettre à la fin. Ensuite viennent le navet, le céleri-boule coupé en gros cubes,

toujours à léger bouillonnement. Viennent ensuite les pommes de terre coupées en petits cubes et à cuisson violente. Le but étant qu'elles se délitent entièrement pour obtenir la liaison de la soupe. Viennent en dernier, les poireaux émincés, puis le chou vert que vous aurez blanchi. Retrouver un bouillonnement léger. Rajouter les haricots et la viande du camageot et les couennes coupées en morceaux.

Dans une poêle, chauffer et dégraisser manchons ou cuisses de canard confites et les rajouter dans la soupe. Mijoter l'ensemble au sourire.

Avant de servir, dans la graisse des confits, mixer quelques gousses d'ail dégermées et rajouter deux ou trois cuillères à soupe dans votre garbure. C'est la touche finale avec l'infusion du bouquet garni. Quelques tranches de pain de campagne grillées et aillées accompagneront ce merveilleux plat, symbole de la culture gasconne, dans sa grande diversité.

Une soupe d'odeurs, de saveurs, de chaleurs.

CARAMEL DE LAIT A L'ARMAGNAC

Souvenir:

Aux frimas de l'automne, décadent, quand la lumière fléchit, quand les couleurs jaunissent et s'empourprent, quand la sève se retire et que les feuilles ornent la terre d'une jonchée mortuaire porteuse de promesse, la cheminée de la vieille mesure servait de lieu de réchauffement, de réflexion et d'unité familiale.

À la lueur des flammes aguichantes et souveraines, au bruit des étincelles pétillantes et éphémères, une paire de pincettes dans le foyer présidait au plaisir immense et intense qu'allait nous préparer notre mère.

Une casserole remplie de lait fraîchement tiré, posée sur un tripot de campagne avec quelques braises rougissantes au-dessous nous faisait vivre des moments rares et heureux pour ce qui allait suivre.

Les bols étaient déposés sur la plaque de la cheminée pour se préchauffer.

Au moment fatidique, notre mère sortait les pincettes rougeoyantes de la cheminée puis avec d'infimes précautions, tenant dans sa main gauche cinq ou six morceaux de sucre, elle les plaçait sur les bras des pincettes au-dessus de la casserole de lait. Immédiatement s'écoulait un caramel qui en tombant dans le lait agissait comme des geysers, produisant fumée et grands bruits.

Toujours avec les pincettes, elle remuait le lait avec le caramel, le lait prenant une couleur marron clair du plus bel effet. Elle rajoutait quelques gouttes d'eau-de-vie de la maison puis répartissait dans les bols le breuvage bouillant.

Nos yeux brillaient, notre cœur battait et c'était un plaisir infini de boire cette liqueur de lait que nous aimions tant.

Ingrédients

1 litre de lait entier très frais - 150 g de sucre cristallisé - un peu d'eau - parfum selon le souhait: armagnac, rhum, autre...

Mettre à bouillir le lait entier.

Préparer le caramel en délayant légèrement le sucre avec un peu d'eau, et faire cuire jusqu'à coloration marron clair.

Verser le lait sur le caramel petit à petit pour éviter tout débordement. Fouetter en même temps. Laisser mijoter quelques minutes, parfumer et boire très chaud.

