

« Si toutes ces manières ne vous plaisent pas,  
faites-en vous-même à votre mode et à votre appétit. »

L.S.R. (Rolland)

POTAGE DE POULET AUX ASPERGES  
(La Varenne)

Pour 6 personnes

500 g de blancs de poulet - 100 g de lard fumé - 600 g  
d'asperges vertes - 300 g de champignons de Paris -  
1,5 l de bouillon de volaille - 50 g de pistaches émon-  
dées - 1 citron non traité - 25 g de beurre - poivre.

Faites cuire les asperges à l'eau bouillante salée.  
Égouttez-les. Coupez les blancs de poulet en petits  
morceaux. Faites-les cuire 10 mn dans le bouillon  
de volaille. Coupez les asperges et les champignons  
en morceaux. Faites-les revenir dans le beurre 5 mn.  
Versez ce mélange dans le bouillon. Concassez les pis-  
taches et coupez le citron en fines rondelles. Une fois  
le potage servi, chaque convive parsèmera son assiette  
avec les pistaches et ajoutera une tranche de citron.

La gougérine ou mèreville  
ou aïte = courge barbarine  
introduite au 16<sup>es</sup>  
(confiseurs du sud de la France)  
origine d'Afrique australe

qu'est ce la confiture sèche ?  
(la pâte de fruit)

Hodopot ? pot au feu médieval  
Hardouil ? cuire d'abord à l'eau puis frire  
chaudumée ? plat de persim.

les galopins de la cuisine - Bouche ?

Marquise de Maintenon : se lave les mains avec une pate d'amande  
met des sachets de marjolaine entre les différents jupon -  
Lire " L'Allée du Roi de Françoise Chandernagor

Cuisine Médievale

Potage de courges  
frangiées de safran

Cette recette et les suivantes sont tirées du  
Ménagier de Paris qui fut rédigé vers 1393  
par un bourgeois parisien à l'intention de sa  
jeune femme; elles ont été réalisées pour  
Animan par Yves Pinard, au restaurant du  
Grand Louvre, avec la participation de Ni-  
côle Meyer-Rodriguez, archéologue à Saini-  
Denis.

Très simple à réaliser, cette recette a le  
mérite de nous faire redécouvrir toute la sub-  
tilité et la richesse aromatique du gingembre.  
Crème de légumes plus que soupe au sens  
habituel, la saveur du lard soutient l'onc-  
tueuse douceur de la courge que le gingembre  
relève. Les courges sont des gourdes, alias  
*Lagenaria vulgaris*, et non des potirons qui  
arriveront d'Amérique cent ans plus tard.

Préparation: 10 min, cuisson: 30 min.

Ingrédients pour 6 personnes: 2 courges  
(2 kg), 150 g de lardons, 15 g de sel, une pin-  
cée de gingembre, une pointe de safran en fil.

Laver, peler et épépiner les courges; les  
peaux, très goûteuses, sont coupées en  
julienne et ébouillantées, la chair est débitée  
en cubes.

Faire rissoler les lardons dans une poêle à  
sec, ajouter les cubes de courge, mouiller avec  
un peu d'eau, couvrir à feu doux jusqu'à ce  
que la pulpe se défasse en purée.

Ajouter le sel, le gingembre et le safran en  
poudre, mélanger à la cuillère en bois; le tout  
doit avoir une belle consistance de crème de  
légumes. Mêler les peaux dont le vert  
ponctue agréablement l'orange de la crème.  
Au moment de servir, parsemer de filaments  
de safran, ce que les queux disent «frangier».

FÈVES À LA CRÈME  
(Pierre de Lune)

Pour 4 personnes

600 g de fèves – 25 g de beurre – 1 jaune d'œuf  
– 100 g de crème – 1 pincée de muscade – 2 branches  
de sarriette – sel et poivre.

Faites cuire les fèves 5 mn à l'eau bouillante.  
Égouttez-les. Faites fondre le beurre dans une poêle,  
ajoutez les fèves et la sarriette. Dans un bol, mélangez  
la crème et le jaune d'œuf. Versez le mélange sur les  
fèves, laissez cuire à feu doux 2 mn et servez.

CRÈME DE FONDS D'ARTICHAUTS  
(Hannah Wolley)

Pour 4 personnes

500 g de fonds d'artichauts – 3 jaunes d'œufs – 150 g  
de crème épaisse – 1 pincée de muscade – sel et poivre.

Faites cuire les fonds d'artichauts à l'eau bouillante.  
Passez-les au mixer avec la crème. Ajoutez les jaunes  
d'œufs, la muscade, le sel et le poivre. Faites cuire en  
remuant une dizaine de minutes.

POTAGE DE CULS D'ARTICHAUTS  
(Pierre de Lune)

Pour 6 personnes

500 g de fonds d'artichauts – 250 g de pois cassés –  
250 g de champignons de Paris – 1 bouquet garni –  
1 botte de ciboulette – 1 citron – 3 oignons nouveaux  
– 2 c. à soupe de câpres – 50 g de beurre – 30 cl d'eau –  
sel et poivre.

Faites tremper les pois cassés une heure dans de  
l'eau froide puis faites-les cuire 30 mn avec un bou-  
quet garni. Réduisez-les en purée claire. Dans une  
poêle, faites revenir les champignons avec la moi-  
tié du beurre pendant 10 mn. Passez-les au mixer  
et mélangez-les à la purée de pois cassés. Ajoutez  
l'eau. Faites cuire les fonds d'artichauts 10 mn à  
l'eau bouillante. Égouttez-les, coupez-les en petits  
morceaux et faites-les revenir 5 mn dans une poêle  
avec le reste du beurre. Rajoutez-les au mélange  
pois-champignons. Ajoutez les câpres, la ciboulette  
émincée. Faites réchauffer. Coupez le citron en fines  
rondelles et les oignons en petits cubes. Au moment  
de servir, mettez dans chaque assiette deux rondelles  
de citron et un peu d'oignon.

CONCOMBRES FARCIS  
(La Varenne)

Pour 6 personnes

1 gros concombre – 400 g d'oseille – 25 g de beurre  
– 3 jaunes d'œufs – 3 œufs entiers – 1 c. à soupe de  
câpres – sel et poivre.

Pelez, coupez en deux et videz le concombre. Faites  
revenir l'oseille dans le beurre 5 mn. Hachez-la et  
mélangez-la avec les œufs, salez, poivrez. Mettez les  
concombres dans une cocotte, recouvrez les deux par-  
ties du concombre avec le mélange oseille-œufs. Ajou-  
tez de l'eau à hauteur des concombres. Faites cuire à  
feu doux 20 mn. Rajoutez les câpres. Coupez chaque  
moitié du concombre en trois et servez.

CHOUX-FLEURS AU BEURRE BLANC  
(Pierre de Lune)

Pour 6 personnes

1 gros chou-fleur – 2 échalotes – 20 cl de vin blanc  
– 10 cl de vinaigre – 200 g de beurre – 1 clou de girofle  
– 1 pincée de muscade – 1 citron – sel et poivre.

Après l'avoir lavé et débité en bouquets, mettez  
le chou-fleur à cuire 15 mn dans une grande quantité  
d'eau salée. Ajoutez un clou de girofle. Égouttez soi-  
gneusement le chou-fleur. Mettez-le dans un grand plat  
beurré que vous conserverez au chaud. Hachez finement  
une échalote. Dans une casserole, portez à ébullition le  
vin blanc, le vinaigre et l'autre échalote jusqu'à réduc-  
tion des 3/4 du liquide. Ajoutez un premier morceau  
de beurre, puis les suivants en mélangeant au fouet de  
plus en plus vigoureusement. Salez et poivrez. Versez  
la sauce sur le chou-fleur. Décorez le plat de rondelles  
de citron.

le carnet de recette  
du livre de Nichèle Barrière  
Neufres au potager  
du Roy —