

Les Jeunes Chefs Lyonnais



Régalez-vous, mes Dames, v'la l'plaisir,
14 31 C.

à La Cuisine

Édité par La Jeune Chambre Économique de Lyon

SOMMAIRE

PRESENTATION

| | |
|--|-------------------------------|
| La Jeune Chambre Economique au service de l'Art Culinaire ; Pourquoi ? | 3 |
| En guise de Hors-d'Œuvre | Félix BENOIT (Introduction) 6 |
| Un sang neuf | Paul BOCUSE 9 |
| Viens je t'emmène | Alain CHAPEL 10 |

RECETTES

| | |
|--|------------------------|
| Saucissons Lyonnais en Brioche | Jean BELLET 12 |
| Canard à l'orange | 13 |
| Râble de Lapin Valéry | Christian BOURILLOT 14 |
| Gâteau de Homard | 15 |
| Rognons d'Agneau flambés au Noilly | LA MERE BRAZIER 18 |
| Chabraninof | 19 |
| Lavaret à la crème | André CAMERANO 20 |
| Rougets en papillotes | 20 |
| La Matelote d'Anguilles | 21 |
| Petite Nage de Saint-Pierre | Philippe CHAVENT 24 |
| Salade d'Epinards | 25 |
| Le Falbalas | Jean CAUVY 26 |
| Tarte aux Citrons | 27 |
| Poulet à la Crème et aux Morilles | Roger DOUILLÉ 30 |
| Tarte aux Poires et à la Crème | 30 |
| Salade Maître Roger | 31 |
| Soufflé chaud avec sa salade d'Oranges Maltaises | Jean-Paul LACOMBE 32 |
| Huitres Belon chaudes au Champagne | Daniel LERON 36 |
| Filets de Turbotins à la moutarde | 37 |
| Filets de Lotte et Julienne de Légumes | Pierre ORSI 38 |
| Mousseline de Brochet à la sauce aigrette | PAUL et BEAUJEU 42 |
| Mousse au Chocolat | Jean-Paul PIGNOL 44 |
| Brioche | 45 |
| Poularde de Louhans au Safran, Riz Créole | Roger ROUCOU 48 |
| Truffes du Périgord en surprise | 49 |
| Blanc de Poulet au Noilly sur un lit de Poireaux | 50 |
| Escalopes de loup raidies à l'huile d'olive | VETTARD 51 |

La Jeune Chambre Economique au service de l'art culinaire

Pourquoi ?

La Jeune Chambre Economique de Lyon est :

- Une école de formation individuelle,
- Dans l'action concrète,
- Au service des Communautés (Famille, Cité, Région, etc...)

En effet, depuis 25 ans, de jeunes hommes et femmes de moins de quarante ans, venus d'horizons divers, mettent en commun leur bonne volonté et leur désir d'action au bénéfice de notre Cité. En dehors de tout parti pris politique ou confessionnel, ils ont œuvré pour l'amélioration du cadre de vie, l'ouverture internationale, une plus grande justice au service de la liberté. La finalité qui les guide est d'améliorer sans cesse la société dans laquelle nous vivons, pour le mieux être de l'Homme.

La cuisine lyonnaise fait partie de notre patrimoine artistique et culturel. C'est aussi une réalité économique pour notre Ville : les restaurateurs, les commerçants, les producteurs constituent une part non négligeable de l'activité de la Communauté Urbaine. Il était donc naturel que les membres de la Jeune Chambre Economique de Lyon fassent connaissance avec cet Art et en assure la promotion par une large diffusion.

Tout le sérieux que l'on prête aux lyonnais ne les empêche pas de goûter aux divertissements. A vos fourneaux donc, et si vous avez apprécié, n'hésitez pas à entrer dans la cuisine de tous ces artistes que sont nos Chefs lyonnais. Ils seront heureux d'y recevoir vos compliments. Et vous, vous serez encore plus heureux en ressortant, réjouis et comblés par ce que vous aurez vu et mangé.

Georges COUDERT.

En Guise de Hors-d'Œuvre

Quelle intelligente initiative que cette plaquette, destinée à porter les fruits d'un enseignement conçu par l'élite de nos Toques Blanches à l'intention des femmes, ou plus précisément des cordons-bleus que nous chérissons en famille.

Tout repas composé avec amour tend en effet à proposer une somme à travers laquelle le passé et le présent s'interpénètrent. De sorte qu'il importe de consacrer à la cuisine, savoureuse base de la civilisation et mère de maintes félicités, la plus filiale des attentions. Particulièrement à l'heure où les traditions s'effritent, où les religions s'interrogent, où les régimes basculent, et où la gastronomie représente en définitive une certitude heureuse en marge des doutes affreux qui nous cernent... Ne faut-il pas, d'ailleurs, selon Saint-François de Sales : « soigner le corps pour que l'âme s'y plaise » !

Cela dit, l'art culinaire s'insère étroitement dans ce qu'il est convenu d'appeler la culture, au même titre que la musique, l'architecture, les belles lettres, la peinture ou le théâtre ! Avec cette différence toutefois qu'en ce qui concerne la cuisine on ne peut se permettre la moindre entorse aux règles d'or d'un genre où l'harmonie, l'émotion esthétique, la qualité des produits et la science des proportions jouent indiscutablement un rôle essentiel.

Sans jamais perdre de vue cette formule de sagesse de Fernand Point : « Trop de beurre est aussi désastreux que pas assez ».

De sorte que tant qu'il demeurera un Lyonnais vivant, le feu sacré de nos fourneaux répandra sa réconfortante et lumineuse clarté sur le monde.

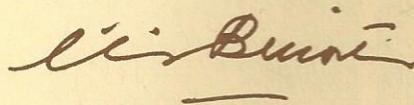
Les femmes de chez nous ont par conséquent tout intérêt à s'initier aux arcanes du plaisir gastronomique, élément indispensable à l'équilibre des couples, sésame d'une ouverture sur l'imaginaire, facteur psychosensoriel de la joie de vivre grâce à la vertueuse pratique de la physiologie du goût.

Sur ce chapitre, le symbolisme d'une bonne table s'associe en vérité si naturellement à l'idée de fête, que dans le plus quotidien des repas doit toujours figurer un plat porteur d'une pareille suggestion.

Quoi qu'il en soit, en retrait de cette jovialité d'essence divine, la cuisine cèle des trésors d'expérience terrestre qui ne s'acquièrent point sans efforts, et surtout sans passion.

Or, Dieu merci, la cuisine lyonnaise étant d'évidence la meilleure du monde, les servants de son culte n'ont certes pas fini de nous conduire à l'extase.

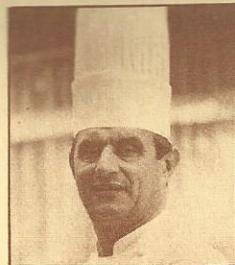
*En revanche, si l'excellence du cuisinier s'impose, la valeur des convives ne saurait être indigne de lui...
Quelle hérésie, par exemple, de fumer avant le café ! Et à quoi servirait le génie d'un chef si celui-ci ne s'adressait qu'à des maniaques de la salière, à des dyspeptiques ou à des inconditionnels de l'heure ?
Que l'on sache encore que c'est par sa cuisine que Carthage ne céda pas au désespoir à l'issue de ses revers militaires, et que Corinthe supporta la spoliation de ses musées...
A ce propos, je rappellerai de surcroît qu'en 1815, quand l'Europe se rua sur nous, l'Aigle ayant baissé la tête, nous avons continué à dîner ! L'ennemi en fit autant, et tout s'arrangea.
Hélas, pendant la dernière guerre, le diable inventa les restrictions, et ce fut un déferlement de haines.
Tout le problème est là.
Pour conclure, en fervent adepte de notre cité où la chère n'est jamais faible, je me référerai à l'austère saint curé d'Ars, natif de Dardilly, auteur de ce mémorable apophtegme : « S'il était question de choisir, je choisirais la gourmandise, le plus aimable des péchés ».
Personnellement, c'est chose faite, j'ai choisi. Et Jean-Baptiste-Marie Vianney m'a souri du haut de son Ciel.
Ainsi soit-il, et bon appétit.*



Félix BENOIT

*Historien de la Cuisine Lyonnaise.
Délégué régional de l'Association
des Chroniqueurs de la Gastronomie.
Prix Dodin-Bouffant 1972.
Médaille d'Or de la Ville de Lyon.*

Paul Bocuse



La cuisine lyonnaise depuis bientôt 10 ans a pris un tout autre visage, grâce à la venue de jeunes cuisiniers qui ont su apporter un sang neuf à notre cuisine régionale.

Citons entre autres :

Jean-Paul LACOMBE, qui a brillamment repris le flambeau de son père en actualisant les plats de « Chez Léon de Lyon » et en ouvrant pour les « couche-tard » une annexe qui allie ambiance et bonne chère. Philippe CHAVENT, jeune chef sympathique qui a su s'imposer dans le prestigieux décor du Vieux LYON en réalisant une cuisine inventive et de bon goût.

Pierre ORSI reconnu également comme l'un de nos meilleurs jeunes chefs, officie dans son restaurant merveilleusement agencé, au confort feutré, servant des mets d'une grande originalité.

Jacky MARGUIN, installé à la lisière de la ville, pratique dans la bonne humeur, une cuisine typiquement régionale.

Daniel LERON avec son restaurant « Daniel et Denise » équipé du dernier confort, au cœur de la presqu'île, s'est fait à juste titre une bonne réputation à cause de ses efforts constants pour réaliser une cuisine variée de tout premier ordre.

GERVAIS excellent jeune chef qui s'est ingénié à créer un restaurant des plus agréables dans une surface réduite en pratiquant une cuisine lyonnaise de caractère.

Nous devons également parler de Roger JALOUX, chef de mes cuisines, qui est un remarquable cuisinier et me seconde parfaitement tout en respectant la cuisine que j'aime.

Profitons de l'occasion pour rendre hommage aussi aux aînés : cuisinières et cuisiniers lyonnais qui ont tracé le chemin aux plus jeunes :

Léa BIDAUT de la Voûte — la mère BRAZIER rue Royale — Christian BOURILLOT — Gérard NANDRON — Marc ALIX du SOFITEL — GERVAIS des Fantasques — VETTARD — BORGEOT où le jeune Jean-Paul assure la succession avec brio — et ROUCOU, qui ont su maintenir une cuisine locale de tradition qui vaut à notre ville une solide réputation, connue parfois jusqu'au bout du monde.

Saluons ici notre père spirituel à tous Joannès NANDRON, le meilleur chef qui fut. Cet homme d'une bonté incomparable nous a beaucoup appris et a donné à notre ville la place qu'elle mérite dans le monde de la gastronomie. Si notre région compte aujourd'hui le plus grand nombre de Meilleurs Ouvriers de France, c'est bien grâce à sa constante assistance.

Paul Bocuse

Viens je t'emmène. . .

Il arrive que dans les marmites du cuisinier, marine un rêve d'absolu. Nous sommes ainsi plusieurs qui recherchons une fuyante perfection. L'art est une conquête du graal, la cuisine aussi ; toute proportion gardée ; un projet qui se déplace sans cesse, des plats qui sont presque ce qu'ils vont devenir. Aujourd'hui, mon ragoût de St-Jacques ou mon feuilleté d'asperges ne sont pas mal, mais bientôt, sans doute, ils seront sublimes. Je ne sais pas ce que deviendra la cuisine, mais dans l'imaginaire du cuisinier, la science en tout cas a un bel avenir.

Il ne faut pas croire pour cela que nous sommes vaniteux. Certes, nous faisons notre ordinaire de mille compliments exagérés. On nous célèbre parfois dans quelques gazettes, mais nous n'avons pas aussi bonne presse avec notre exigence. Nous n'érigions pas un gâteau de foies blonds ou une soupe de truffes en dogme de l'infailibilité culinaire. Au reste, notre métier, nous l'avons appris dans la patience, tant d'épluchures qui menaient peut-être au talent, tant de menues besognes qui firent de nous d'abord des tâcherons, tant d'années d'apprentissage où nous apprîmes non seulement à apprendre mais à attendre. Et cela continue encore aujourd'hui :

La ponctualité de nos travaux nous rend modestes, la faction au marché, les longues préparations en cuisine, les conversations avec les clients ou les amis qui chez nous oublient l'heure dans leur plaisir, tout dans notre profession est fait pour nous enseigner la placidité. Quelques-uns d'entre nous y gagnent en sagesse voluptueuse, une sorte d'art de vivre qui fait de la cuisine une merveilleuse entrée pour tous les plaisirs.

Alain Chapel



Le travail du cuisinier est parfois épuisant mais si nous sentons rarement nos fatigues, c'est que nous trouvons avec lui notre sincérité. On ne peut pas mentir en cuisine, un mauvais produit n'a aucune discrétion, une sauce ratée n'échappe pas à son apparence désolée.

Pour le bonheur de son talent, s'il en a, le cuisinier travaille dans la transparence.

Et puis, il y a dans la cuisine une immense solidarité. Pas seulement parce que le plaisir de nos hôtes dépend de notre savoir-faire ou de notre exigence mais aussi parce que nos gestes sont reliés à ceux des hommes qui travaillent avec nous, à des milliers d'autres gestes aussi accomplis avant nous et restés souvent anonymes.

Notre métier est actualisé sur une tradition bien comprise. Le cuisinier se tient volontiers dans le souvenir de ceux qui l'ont précédé, Fernand Point, Jean Vignard, et, dans ce souvenir, il se sent bien.

Tradition ne signifie ni passéisme ni conservatisme. Une histoire plutôt, celle de la cuisine, que nous continuons en lui donnant parfois une tournure un peu nouvelle. Peu importe dès lors, si à force de patience et de travail, nous y inscrirons notre nom.

Alain Chapel

Saucissons Lyonnais en Brioche

Ingrédients

Recette pour 10 personnes

Pâte à brioche (pour saucisson)

500 grs farine
20 grs levure
10 grs sel
20 grs sucre
200 grs beurre

Les Conseils du Chef

- *Disposer la farine en forme de puits, sur un marbre ou une planche. Faire dissoudre la levure dans de l'eau tiède, avec le sel et le sucre. Verser ce mélange dans le puits de farine, ajouter les œufs, mélanger avec la farine que vous faites absorber entièrement. Incorporer la levure, qui doit être de même consistance que la pâte. Pétrir le tout, en faisant absorber de l'air à la pâte, jusqu'à ce qu'elle se décolle du marbre. Fariner une terrine dans laquelle vous déposez la pâte, et laisser dans un endroit chaud (30°/40°). Au bout de deux heures, renverser la pâte sur le marbre, et la tasser. Il faut renouveler cette opération une deuxième fois deux heures après, et mettre au frais jusqu'à l'utilisation.*
- *Prendre un saucisson à cuire de 8 à 900 grammes, le faire cuire quarante-cinq minutes dans de l'eau pure à 80°, sans bouillir. Lorsque le saucisson est cuit, enlever la peau.*
- *Abaisser la brioche avec un rouleau, mettre le saucisson cuit dans la pâte, en la retournant. Placer le tout dans un moule à cake, préalablement beurré. Laisser lever dans un endroit chaud 15 à 20 minutes. Mettre dans un four chaud, pendant quarante minutes environ.*

Canard à l'Orange

Jean
Bellet



Ingrédients

Recette pour 4 personnes

Canettes de Barbarie
Echalottes
Carottes
Oranges
Verre de vin blanc
Verre de Grand-Marnier

Les Conseils du Chef

- *Prendre de jeunes canettes de Barbarie, les couper en deux, les mettre à rôtir enduites de beurre, avec des échalottes et des carottes.*
- *Pendant ce temps, préparer des zestes d'orange, les faire blanchir à l'eau sucrée. Presser les oranges, réserver des tranches d'oranges que l'on fait saisir au beurre, et les mettre de côté pour finir le décor.*
- *Lorsque les canettes sont dorées, les singer, ajouter la cuisson des zestes et un demi-litre de fond clair. Laisser cuire doucement le tout quarante-cinq minutes environ.*
- *Lorsque les canettes sont cuites, retirer les morceaux, dégraisser entièrement et déglacer avec un verre de vin blanc. Laisser réduire la sauce et passer au chinois, ajouter un verre à liqueur de Grand-Marnier et le jus des oranges.*
- *Disposer les canettes dans un plat, verser la sauce, poser les zestes en julienne sur les morceaux et décorer le tour du plat avec les tranches d'oranges.*

J. Bellet

Râble de Lapin "Valéry"

Ingrédients

Recette pour 4 personnes

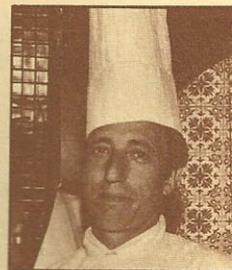
2 lapins
20 cl de crème
4 échalotes
4 gousses d'ail
1/2 litre de jus de veau
300 grs de coiffe de porc
1 verre de madère
200 grs de beurre
200 grs de champignons
Thym - sel et poivre
2 blancs d'œufs

Les conseils du Chef

*Lever les râbles de lapin, les désosser, prendre les cuisses les désosser aussi.
Faire une mousseline de lapin avec les cuisses (200 grs de chair de lapin hachée, monter avec les 2 blancs d'œufs et 200 grs de crème comme pour une mayonnaise) et le thym.
Farcir les râbles avec cette mousseline et les plier dans la coiffe en redonnant la forme du râble.
Faire cuire les râbles dans une cocotte fermée avec l'ail et l'échalote non épluchée environ 45 minutes.
Retirer les râbles sur un plat de service, déglacer le fond de la cocotte avec le madère et le jus de veau, écraser l'ail et l'échalote à l'aide d'une fourchette, laisser réduire de moitié, passer à l'étamine, ajouter les champignons préalablement hachés, rectifier l'assaisonnement et monter légèrement au beurre.*

Gâteau de Homard

Christian
Bourillot



Ingrédients

Recette pour 4 personnes

2 kg de homard frais
1 truffe de 50 grs
1/2 litre de crème
100 grs de noix de coquilles St-Jacques
Estragon, thym, laurier, sel et poivre
1 cuillère de tomates concentrées
1/2 verre de vin blanc
1 verre de cognac
20 grs de farine
150 grs de beurre
1 œuf entier

Les Conseils du Chef

*Préparer le homard comme à l'américaine, le décortiquer et finir la sauce normalement.
Avec les St-Jacques : les hacher très fines, les saler et poivrer, ajouter 1 blanc d'œuf, incorporer ensuite, ajouter la crème petit à petit.
Beurrer 4 petits moules à crème caramel, mettre la farce des Coquilles St-Jacques au fond, ajouter le homard coupé en petits morceaux et recouvrir avec le reste de la farce.
Faire pocher au four environ 20 minutes à four de 140°, démouler sur une assiette et napper avec la sauce américaine légèrement crémée.*

Christian Bourillot

Rognons d'Agneau Flambés au Noilly

Ingrédients

Recette pour 4 personnes

*16 rognons de veau
100 g de beurre
Noilly
Moutarde forte
Pâtes fraîches*

Les Conseils du Chef

*Prendre 16 rognons, les dégraisser puis les émincer très finement et les fariner légèrement.
Faire revenir avec 100 grs de beurre les rognons à feu vif pendant 5 minutes ; saler et poivrer.
Déglacer les rognons avec 3 bons verres de Noilly. Flamber.
Laisser réduire puis incorporer une cuillère à soupe de moutarde forte.
Au moment de servir, ajouter hors du feu une noix de beurre.
GARNITURE : Pâtes fraîches.*

Chabraninos

*La Mère
Brazier*



Ingrédients

Recette pour 4 personnes

*4 pommes Golden
Beurre
Sucre semoule
Rhum
Glace à la vanille*

Les Conseils du Chef

Peler et évider 4 pommes Golden. Les couper en huit. Les passer au beurre jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. Les disposer dans un plat allant au four, les saupoudrer de sucre semoule, les mettre dans un four très chaud, laisser caraméliser, sortir du four et flamber au Rhum sur table. Servir avec de la glace à la vanille.

P.S. Faire très attention de ne pas se brûler en flambant.

Lavaret à la Crème

Prendre un lavaret de 700 à 800 g pour 2 personnes. Le découper par le dos pour enlever l'arête principale et le maximum de petites arêtes. Enlever aussi le filament gélatineux. Assaisonner l'intérieur du poisson (sel, poivre).

Faire une chiffonnade d'oseille crue hâchée finement. En farcir le lavaret.

Le tremper dans du lait et le placer dans un plat à poisson avec une noix de beurre noisette.

Braiser au four pendant 15 minutes puis retirer le poisson. Ajouter dans le plat une grosse louche de crème épaisse. Faire réduire sans laisser la crème se décomposer, puis servir.

Rougets en Papillotes

Prendre des tout petits rougets de roche (d'arrivage). Les ébarber, les écailler puis les rissoler par un simple aller et retour dans l'huile d'olive de façon à colorer les deux faces, les retirer sur un plat. Découper du papier sulfurisé en forme d'oreiller. Plier cette feuille en deux. Sur une face mettre une brindille de thym, du sel et mignonnette de poivre ; placer les rougets là-dessus et, sur chacun, un filet d'anchois.

Arroser avec la cuisson de la poêle.

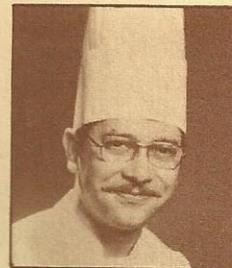
Mouiller au blanc d'auf les bords de la feuille de papier pour bien coller l'oreiller en le fermant.

Mettre dans un plat et arroser d'huile.

Cuire à four chaud 5 à 8 minutes (le papier doit être bien huilé pour ne pas brûler).

La Matelote d'Anguilles

*André
Camérano*



André CAMERANO a conservé les traditions de la grande cuisine lyonnaise de ses maîtres, mais aussi la matelote attachée à la réputation de cette maison. Il la prépare comme les mariniers, c'est-à-dire au vin rouge.

Les Conseils du Chef

Faire revenir dans du beurre des carottes émincées, des oignons, un bouquet garni, des poireaux, de l'ail en chemise et du persil en branches. Faire fondre au maximum et lier à la farine. Cuire encore un moment.

Mouiller aux Côtes du Rhône ou Côtes Rôties pour corser la sauce.

Porter à ébullition, flamber le vin pour ôter son amertume. Cuire doucement.

Ecorcher les anguilles qui auront dégorgé pendant 48 heures. Les couper en morceaux, les passer au lait et les mettre à rissoler dans du beurre bien chaud pendant 15 minutes... l'anguille doit rendre tout son gras. Placer alors les morceaux dans la sauce et terminer la cuisson.

Servir avec des petits champignons et des croûtons frottés d'ail.

A large, stylized handwritten signature in black ink, which appears to read 'André Camérano'. The signature is written in a cursive, flowing style with a long horizontal line extending to the right.

ANDRE CAMERANO

LOIRE (Rhône)

Petite Nage de St-Pierre *aux concombres et aux tomates fraîches*

Ingrédients

Recette pour 4 personnes

1 St-Pierre 1 kg 500
2 concombres
6 tomates
20 cl d'huile d'olive vierge
1 citron
court-bouillon

Les Conseils du Chef

- *Emonder vos tomates en les incisant sur le dessus et en ôtant le pédoncule à l'aide d'un couteau. Les plonger 30 secondes dans l'eau bouillante, les rafraîchir, les éplucher, les épépiner et les concasser. Les mettre dans un récipient avec 20 cl d'huile d'olive, une dizaine de feuilles de basilic hachées, assaisonner sel et poivre, un demi jus de citron, laisser macérer 6 heures.*
- *Eplucher vos concombres, les couper en deux dans le sens de la longueur, les épépiner puis les détailler en bâtonnets très fins.*
- *Lever les filets de St Pierre ou le faire faire par votre poissonnier.*
- *Prendre une sauteuse, la beurrer, y coucher vos filets de St-Pierre, les recouvrir de concombres et rajouter à hauteur votre court-bouillon.
Porter à ébullition, laisser frémir 2 minutes.
Servir aussitôt avec la sauce sur les filets de St-Pierre recouverts de concombres.*

Salade d'Épinards

Philippe
Chavent



Ingrédients

Recette pour 4 personnes

1 kg d'épinard
Mayonnaise crémée
Ketchup
Jus de Truffes
Echalotes

Les Conseils du Chef

- *Bien laver les épinards.*
- *Les éplucher.*
- *Les faire blanchir dans l'eau bouillante salée, les plonger dans l'eau glacée.*
- *Bien les égoutter et les presser dans un torchon, puis les hâcher.*
- *Préparer une mayonnaise crémée (sans vinaigre). Ajouter une cuillère de Ketchup, un peu de jus de Truffes et des échalotes hâchées très fin.*
- *Mélanger dans un récipient les épinards et la mayonnaise.*
- *Servir à l'assiette.*

P. Chavent

Le Falbalas

Ingrédients

Recette pour 4 personnes

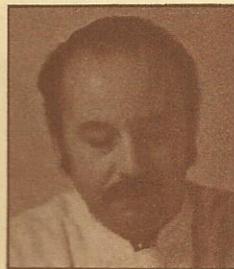
20 g de farine
20 g de sucre glace
5 œufs
190 g de pâte d'amandes crue
Kirsch vieux
100 g de beurre
100 g de pâte d'amande fondante verte
100 g de crème pâtissière

Les Conseils du Chef

- *Faire une pâte bien lisse avec 190 g de pâte d'amandes crue, 20 g de farine, 20 g de sucre glace, 1 blanc d'œuf et autant d'eau ; ajouter alors doucement 4 blancs montés en neige.*
- *Dresser en spirale à l'aide d'une petite douille afin d'obtenir 4 fonds de même diamètre. Cuisson blond à 180°.*
Laisser refroidir et imbiber légèrement au Kirsch Vieux.
- *Entre chaque fond, intercaler la crème à l'aide de la même douille. Dans le mixeur, 100 g de beurre en pommade, 100 g de pâte d'amandes fondante verte, 100 g de crème pâtissière, 50 g de Kirsch Vieux.*
Masquer le tout et enrober dans une pâte d'amande verte, saupoudrer avec du sucre glace.

Carte au Citrons

Jean
Cauvy



Ingrédients

Recette pour 4 personnes

100 g de sucre glace
190 g de beurre
375 g de farine
levure alsacienne
5 œufs
2 citrons
110 g de beurre
225 g de sucre

Les Conseils du Chef

- *A faire de préférence la veille.*
- *Bien malaxer à la main :
100 g de sucre glace, 190 g de beurre, 375 g de farine tamisée avec 5 g de levure Alsacienne puis
ajouter 2 œufs et finir la pâte.
Mettre au réfrigérateur.*
- *Râper 2 citrons et en exprimer le jus, ajouter 4 œufs.*
- *Faire fondre 110 g de beurre et 225 g de sucre.
Mélanger les deux appareils.
Foncer des moules à tartelettes.
Les remplir de crème, pas trop près du bord.
Cuisson 180° jusqu'à légère coloration.
Facultatif : napper à la gelée.*

Poulet à la Crème et aux Morilles

Tarte aux Poires et à la Crème

Ingrédients

1 kg 400 poulet de Bresse
250 g de morilles sèches ou
400 g de morilles fraîches
1 l de crème
1 échalote
2 dl vin blanc
50 g beurre
Sel, poivre
Le jus d'un 1/2 citron

Les Conseils du Chef

Couper en 7 aux jointures le poulet, salé, poivré.
Mettre le beurre dans une sauteuse, faire revenir
les morceaux sans les faire colorer. Mettre
l'échalote hachée mouillée avec le vin blanc.
Laisser réduire 10 mn, mettre la crème et les
morilles, laisser réduire, vérifier
l'assaisonnement, le jus d'un 1/2 citron.

Ingrédients

Pâte
500 g farine
250 g beurre
200 g sucre
3 jaunes d'œuf
2 blancs

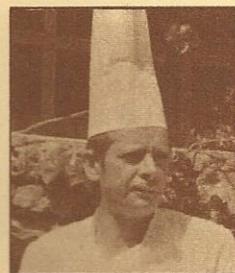
8 poires
4 dl de crème
Un peu d'eau de vie de poire

Les Conseils du Chef

Travailler la farine, le sucre, le beurre. Ajouter
les œufs, laisser reposer 1 heure. Ensuite étaler
la pâte, garnir un moule à tarte, le cuire au 3/4.
Pendant ce temps faire revenir les poires coupées
en lamelles, les sucrer légèrement. Une fois les
poires pratiquement cuites et très légèrement
colorées, déglacer avec un peu d'eau-vie de
poire, mettre la crème, laisser réduire et dresser
dans le fond de tarte et remettre au four 10 mn.

*Salade Maître
Roger*

*Roger
Douillé*



Ingrédients

Recette pour 4 personnes

*300 g d'épinards
4 foies de volaille
le blanc d'un poulet
4 escalopes de foie de canard
4 petites tomates
Vinaigre de Xérès
Du beurre
Vinaigrette à la moutarde
verte aux herbes et huile d'olive*

Les Conseils du Chef

*Cuire au beurre la blanc de poulet coupé en escalopes, faire revenir les foies de volaille coupés en dés et les escalopes de foie de canard. Mettre une pointe d'échalote et déglacer au vinaigre de Xérès.
Assaisonner les épinards avec la vinaigrette et dresser sur assiette avec les tomates coupées en 4.
Dresser la garniture sur les épinards.*

R. Douillé

Soufflé chaud avec sa Salade d'Oranges Maltaises

Ingrédients

Recette pour 4 personnes

APPAREIL A SOUFFLE CHAUD (4 personnes)

20 grs de beurre
20 grs de farine
50 grs de sucre en morceaux et frottés contre l'écorce des oranges
1/4 de litre de lait
3 jaunes d'œufs
2 jus d'oranges
2 dl de Grand-Marnier
8 blancs d'œufs

SALADE D'ORANGES MALTAISES

4 oranges
2 morceaux de sucre

Jean-Paul
Lacombe



Les Conseils du Chef

- *Faire une crème cuite en faisant fondre le beurre, ajouter la farine puis le lait et le sucre. Après 2 mn d'ébullition ajouter 3 jaunes d'œufs hors du feu et refaire prendre l'ébullition, puis débarrasser immédiatement.*
- *A cet appareil encore tiède, vous ajoutez le jus de 2 oranges plus 2 dl de Grand-Marnier.*
- *Monter les blancs en neige, pas trop fermes, mais crémeux.*
- *Incorporer délicatement l'appareil tiédi avec les blancs d'œufs à l'aide d'une spatule.*
- *Cuire dans des ramequins individuels, beurrés puis chemisés au sucre, 12 minutes à 200°.*
- *Servir en sortant du four, accompagné de la salade d'oranges Maltaises qui aura été préparée le matin, de la façon suivante :*
- *Eplucher les oranges à vif, à l'aide d'un petit couteau d'office. Séparer les quartiers d'orange de la membrane blanche qui est entre chaque tranche et récupérer le jus qui coule sur 2 morceaux de sucre qui auront été au préalable frottés contre la peau des oranges. Laisser macérer le tout quelques heures au réfrigérateur, puis servir à l'assiette, les quartiers d'orange disposés en rosace.*

J. Paul Lacombe

Huitres de Belon chaudes au Champagne

Ingrédients

Recette pour 4 personnes

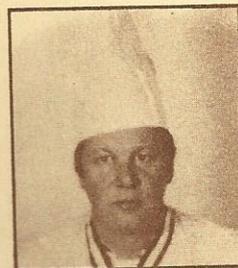
*Huitres
Champagne
Echalote
Crème fleurette
Beurre*

Les Conseils du Chef

- *Retirer les huitres de leur coquille, les mettre à pocher avec la moitié de leur eau, 1/4 champagne, une échalote hachée, un tour de moulin.*
- *Avant ébullition retirer les huitres, et les conserver au chaud dans un linge.*
- *Réduire la cuisson de 3/4, ajouter 1/4 de crème fleurette, laisser réduire de nouveau pour que la sauce soit onctueuse, monter au beurre ; passer au chinois fin. Remettre les huitres dans leur coquille et les napper de sauce champagne très chaude.*

Filets de Turbotins à Moutarde

Daniel
Léron



Ingrédients

Recette pour 4 personnes

Filets de Turbotin
Moutarde
Tomates
Mie de pain fraîche
Vin blanc sec

Les Conseils du Chef

- Lever les filets d'un Turbotin de 1 kg 500. Après assaisonnement, les tartiner de moutarde. Ranger sur chaque filet une tomate mondée, coupée très fine. Recouvrir de mie de pain fraîche.
- Placer les filets dans un plat grassement beurré, les arroser de beurre fondu, mouiller à mi-hauteur de vin blanc sec et de fumet de poisson (que l'on pourra préparer avec la tête et les arêtes de turbotin).
- Cuire à four vif 15 minutes environ.
- Dresser les filets sur un plat de service et verser autour le jus de cuisson monté au beurre.

Filets de Lotte et Julienne de Légumes

Ingrédients et Préparation

Recette pour 4 personnes

400 g filets de lotte
2 blancs de poireau
3 carottes

100 g haricots verts
50 g petits pois
2 échalotes
Thym, laurier

2 verres de lait
2 cuillères de crème
Sel
Poivre du moulin

Préparation des légumes

- Tailler en julienne (bâtonnets de 3 à 4 cm de longueur sur 3 mm d'épaisseur) tous les légumes (excepté haricots verts et petits pois).
- Cuire les légumes séparément
 - haricots verts, petits pois dans eau bouillante très salée, non couvert.
Une fois cuits, craquant sous la dent, les rafraîchir dans une eau glacée puis les égoutter. Avant de servir, réchauffer en y ajoutant une noisette de beurre et une goutte d'eau.
 - carottes, poireaux, étant taillés en julienne, ils doivent être cuits dans peu d'eau, avec une bonne noisette de beurre et quelques minutes seulement.

Fabrication du beurre nantais

Il doit se préparer dans une casserole inox ou cuivre (éviter la casserole en aluminium qui noircit le beurre).

Incorporer :

- 2 cuillères à soupe de bon vin blanc (Pouilly-Fuissé, Sancerre ou Muscadet).
- 2 cuillères à soupe de vinaigre de vin blanc.
- 2 échalotes grises hachées finement.

Laisser réduire aux 2/3 afin d'enlever l'acidité du vin et bien cuire l'échalote.

Ajouter la crème qui servira d'agent de liaison.

Porter à ébullition sur feu doux puis incorporer le beurre en morceaux (dur).

Garder au bain-marie.

Pocher les filets de lotte

- Pocher les filets de lotte dans le lait froid qui doit juste recouvrir les filets de poisson.
- Ajouter thym, laurier, sel, poivre.
- Porter à ébullition et retirer tout de suite, mettre de côté (le poisson continue aussi à cuire, sans source de chaleur).

Pierre Orsi



Dressage

Au moment de servir, dans plat individuel, mettre le poisson bien égoutté et parsemer harmonieusement la julienne de légumes. Commencer par carottes, poireaux, petits pois, haricots verts. Napper du beurre nantais et mettre au four quelques minutes, juste avant de servir. Envoyer immédiatement.

Au moment des herbes fraîches telles que cerfeuil, ciboulette, parsemer au-dessus.

N.B. :

Ce même mode de préparation et de cuisson peut être appliqué à : coquilles Saint-Jacques, filets de Saint-Pierre, rougets, escalopes de saumon, lousps en papillottes, etc...

Les Conseils du Chef

Important !

— *Tout légume vert (haricots verts, petits pois, etc.) doit être cuit dans*

- *beaucoup d'eau*
- *très salée*
- *à forte ébullition*

doit être rafraîchi dans une eau contenant des glaçons afin de

- *saisir la chlorophylle*
- *garder la couleur verte*
- *garder les légumes craquants sous la dent.*

La cuisson des légumes doit être rapide afin qu'ils conservent toute leur saveur et leur goût authentiques.

Tout légume qui n'est pas rafraîchi une fois la cuisson terminée, continue à cuire. Ainsi, l'asperge devient verdâtre.

— *Un filet de poisson placé dans un court-bouillon une fois porté à ébullition, doit être retiré immédiatement. Il ne doit pas bouillir, sinon les chairs se réduisent.*

— *Ne jamais laisser séjourner un poisson dans de l'eau. Il doit être nettoyé et non lavé, puis essuyé.*

— *En cuisine, on utilise toujours du poivre fraîchement moulu et non, déjà moulu, son arôme étant bien supérieur.*

Mousseline de Brochet à la Sauce Aigrette

Ingrédients

Recette pour 4 personnes

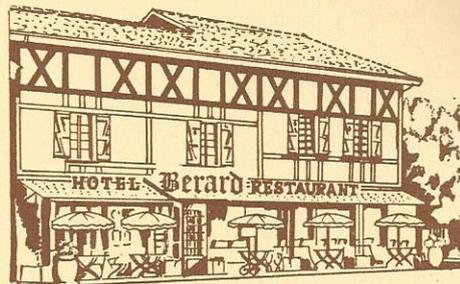
CHAIR :

*300 gr de chair de brochet (brochet d'environ 1 kg)
3 blancs d'œufs
1/2 litre de crème double
Sel, poivre, muscade.*

SAUCE :

*1 échalote hachée finement
2 tomates concassées
1 dl de vin blanc sec
1/2 litre de crème double
Sel, poivre, ciboulette ciselée finement.*

Paul et Beaujeu



Les conseils du Chef

Méthode pour la farce :

Passer au mixer bien finement la chair de brochet dénervée. Mettre cette chair dans un grand saladier, puis le saladier dans de la glace pilée. Mélanger vigoureusement les blancs d'œufs un à un à la chair. Petit à petit ajouter la crème toujours en remuant comme une mayonnaise. Saler et poivrer en mélangeant doucement jusqu'à ce que l'ensemble devienne consistant mais non élastique.

Mettre au réfrigérateur une bonne heure.

Pocher dans de l'eau frémissante et salée des boules moulées à la cuillère à potage. Temps de pochage 10 mn, en ayant soin à mi-cuisson de retourner la mousseline afin qu'elle cuise des deux côtés.

Méthode pour la sauce :

Etuver l'échalote hachée finement dans une noisette de beurre fondu et laisser cuire 2 mn. Ajouter la tomate concassée, laisser réduire, en remuant, toute l'eau de végétation après avoir salé légèrement. Déglacer avec le vin blanc, puis ajouter la crème. Laisser cuire jusqu'à la nappe (ceci consiste à tremper une cuillère et l'en ressortir nappée). Vérifier l'assaisonnement et au dernier moment ajouter la ciboulette.

Dressage du plat :

A l'aide d'une écumoire sortir les mousselines du pochage, les égoutter, les déposer dans le plat de service et les napper de la sauce bien chaude.

Louis PAUL Paul Beaujeu

Mousse au Chocolat

Recette pour 6 personnes

Prendre 4 œufs, 250 Grs de chocolat sucré en tablette, séparer les jaunes des œufs et battre les blancs bien fermes avec 3 cuillerées de sucre.

Faire fondre les 250 grs de chocolat dans 3 cuillerées de lait à feu très doux légèrement refroidi. Ajouter les jaunes d'œufs en remuant rapidement. Laisser refroidir entièrement et mélanger le tout avec les blancs d'œufs battus en neige très ferme, en ayant soin d'incorporer les 3 cuillères à soupe de sucre. Verser le tout dans un récipient (dans lequel la mousse sera servie) et laisser refroidir.

Bugnes

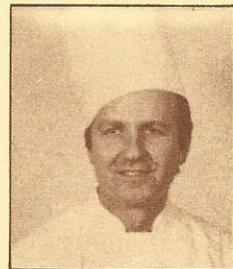
Recette pour 8 personnes

500 Grs de farine — 70 Grs de beurre — 50 Grs de sucre — 10 Grs de sel — 2 œufs entiers — 40 Grs d'huile — 75 Grs d'eau de fleur d'oranger — 1 décilitre de rhum.

Incorporer dans la farine tous les ingrédients liquides (y compris le beurre fondu) et ensuite sel et sucre. Battre le tout activement pour faire une pâte très compacte. Laisser refroidir une nuit au frigo et détailler en abaisses très très fines étendues au rouleau avant de les cuire à la Végétaline (conseillé). Refroidir et poudrer de sucre glace.

Brioche

Jean - Paul
Pignol



Ingrédients

Recette pour 6 personnes

250 grs de farine
125 grs de beurre
15 grs de sucre
5 grs de sel
5 grs de levure
1 décilitre d'eau.
2 œufs

Conseils du Chef et préparation :

*Incorporer dans la farine la levure délayée avec le décilitre d'eau, puis les œufs — Mélanger activement, incorporer sel, sucre et beurre et travailler jusqu'à décollement total de la pâte de votre récipient. La laisser lever 3 heures dans un coin chaud de votre cuisine, la rompre et la mettre au frigo jusqu'au lendemain.
Sortie du frigo la rompre à nouveau et l'employer directement.*

Jean Paul Pignol

Poularde de Louhans au Safran Riz créole

Ingrédients

Recette pour 4 personnes

Une volaille de Bresse de 1,8 kg

Beurre

Sel, poivre blanc

1 litre 1/2 de crème fraîche

Safran en paillettes

Les Conseils du Chef

Choisir une volaille de Bresse de 1,800 kg environ.

Lever les quatre membres que vous faites blondir au beurre dans une sauteuse, assaisonner les morceaux en cours de cuisson, sel, poivre blanc.

Une fois les morceaux bien colorés les égoutter, la graisse rejetée par la poularde ainsi que le beurre. Mouiller les morceaux d'un litre et demi de crème fraîche, ajouter alors deux grammes de safran en paillettes et laisser cuire pendant trente à trente-cinq minutes.

Couvrir la casserole pendant tout le temps de cuisson.

Décantez les morceaux et pendant que votre sauce continuera à cuire, et arrivera à sa liaison normale par réduction, vous dresserez vos morceaux de poularde sur le plat de service.

Votre sauce doit être d'une belle couleur, rectifier son assaisonnement.

Verser la sauce sur votre volaille sans la tamiser.

Ce plat doit être accompagné d'un riz créole.

Conseils : ce plat doit être servi très chaud.

Truffe du Périgord en Surprise

Roger
Roucou



Ingrédients

Recette pour 6 personnes

*Un foie gras d'Oie ou de Canard
100 gr de pelure de Truffes*

Les Conseils du Chef

Avec un foie gras d'oie, ou foie gras de canard, vous pouvez réaliser ce mets très facilement, et vous obtiendrez un entrée originale.

Hachez finement au couteau 100 grammes de pelures de truffes, que vous étendrez sur un grand plat en porcelaine, afin d'obtenir un séchage homogène, pendant 4 à 5 heures.

Ensuite à l'aide d'une cuillère à soupe, préparez 6 boules de foie gras de 40 à 50 grs.

Vous roulez ensuite ces boules dans la poussière de truffes, afin de les enrober totalement.

Vous obtiendrez alors de véritables truffes, que vous servirez sur assiette froide, accompagnées de quelques toasts chauds.

ROGER ROUCOU (LA MERE GUY)

35, quai Jean-Jacques-Rousseau - LYON-La Mulatière - Tél. : (78) 51-65-37

Blanc de Poulet au Noilly *sur un Lit de Poireaux*

Ingrédients

Pour deux personnes :
2 ou 4 blancs de poulet (350 à 400 g net)
500 g de blancs de poireaux (laisser un peu de vert)
3 échalotes hâchées finement
1/4 de Noilly Prat sec
1/4 de crème fleurette

Les Conseils du Chef

Couper les poireaux en tronçons de 3 à 4 cm et les refendre sur la longueur. Les cuire à l'eau salée, en les conservant croquants. Les égoutter. Les mettre de côté. Dans une petite casserole, verser les échalotes finement hâchées et le Noilly. Faire réduire « à glace », c'est-à-dire que la réduction soit caramélisée pour blondir les échalotes. Ajouter la crème fleurette et faire réduire de moitié jusqu'à obtention d'une sauce onctueuse. Saler, poivrer les blancs de volaille et les faire revenir à la poêle, à feu moyen, dans du beurre. Faire cuire, selon le goût, rosé ou bien cuit. Les blancs de poulet doivent être légèrement colorés (Ne pas les faire cuire à feu vif pour ne pas les dessécher). Passer les poireaux au beurre pour les réchauffer. Sur une assiette chaude, disposer les blancs de poulet, les blancs de poireaux et napper de la sauce.

Escalopes de Loup ravidie à l'Huile d'Olive

Vettard



Ingédients

Recettes pour 4 Personnes

- 4 Escalopes tranchées très fines - il faut 150 g de loup par personne
- 2 endives
- 100 g de haricots verts
- 2 fonds d'artichauts
- 2 belles échalotes
- 4 cuillerées d'huile d'olive
- 2 cuillerées d'huile de noix
- 2 cuillères de vinaigre de xérès
- Sel et poivre
- 2 grosses cuillères de persil hâché

Les Conseils du Chef

Faire trancher les escalopes de loup très finement par votre poissonnier pour 4 personnes. Il faut un loup de 1 kg environ.

Cuire très rapidement 100 g de haricots verts afin de les tenir croquants.

Cuire les deux fonds d'artichauts dans de l'eau citronnée additionnée d'un peu de farine afin d'obtenir des artichauts bien blancs — ajouter du sel à la cuisson.

Couper dans le sens de la longueur vos endives et répartissez-les sur 4 larges assiettes. Ajouter les haricots verts et les fonds d'artichauts coupés finement.

Sur une plaque de votre four que vous beurrez largement, saler et poivrer par-dessus le beurre — Etaler les escalopes de Loup sur la plaque ainsi préparée — Cuire à la salamandre ou sur grilloir du four 3 à 4 minutes, suivant la puissance.

Hacher les deux échalotes et faire la vinaigrette avec le vinaigre de Xérès, l'huile d'olive et l'huile de noix — saler et poivrer à votre convenance — Ajouter le persil — Poser les escalopes de loup raidies sur la salade et répartissez la vinaigrette.

Bon appétit...

*Comment trouver meilleur moyen
pour procurer confort et gaieté
à nos amis fidèles et dévoués
que de proposer une récréation
dans les cuisines accueillantes
des brillants Chefs de notre Région.
En pénétrant dans les coulisses
de la gastronomie, quelques femmes
bien intentionnées et maris gourmands
invités par la commission citée
se sont initiés à ce merveilleux art culinaire,
complices d'un même petit péché.
Ils sont devenus les meilleurs amis.
Remercions nos grands maîtres,
riches héritiers du passé
de nous dévoiler volontiers
les secrets qui feront le plaisir de vos hôtes.
Etant sûrs que ce recueil fera votre joie.
J.P. Signolet P. Vibaux
vous laissent apprécier*

La Jeune Chambre Economique de Lyon.