Recettes de notre patrimoine gourmand

(cerises, noix, chartreuse)

Nos grand-mères moirannaises savaient nous régaler !

Edité par Moirans de Tout Temps

Le mot du Président de "Moirans de tout temps"

Après avoir évoqué, dans divers ouvrages, des personnages importants de l'histoire de Moirans ou les nombreux monuments historiques de notre belle ville, notre association s'intéresse cette fois-ci à un autre patrimoine, tout aussi important pour notre quotidien… au patrimoine gourmand.

Vous trouverez dans ce premier ouvrage des recettes issues de notre terroir (Moirans et ses environs) à base de cerises, de noix et de Chartreuse.

Certaines nous ont été confiées par des moirannais de «souche» qui ont puisé dans leur héritage familial. D'autres sont plus modernes mais toujours réalisées avec des produits «du coin». Il existe souvent plusieurs variantes d'une même recette car chacun aime mettre sa petite touche: vous pourrez ainsi tester différents vins de noix ou différents clafoutis aux cerises !

Nous avons choisi les recettes faciles et rapides à réaliser…nos grand-mères, tout comme les «ménagères» d'aujourd'hui étaient aussi des femmes très occupées… et il est toujours «urgent» de se régaler !

N'hésitez plus à prendre plaisir à cuisiner et à faire «ripaille»!
Bon appétit !

Le Président, Gérard Liot

Remerciements *: Sans le soutien du Conseil Général (particulièrement le vice président, M. Robert Veyret) et des commerçants moirannais, nous n'aurions pas pu éditer cet ouvrage. Qu'ils soient chaleureusement remerciés.*
Un grand merci également à toutes les personnes qui nous ont aidés à réaliser ce livre de recettes. Le musée de la Noix de Vinay, les Caves de la Grand Chartreuse.
Nous n'oublions pas non plus tous les « anonymes » : Huguette, Nadine, Ghislaine, Josette, Gilberte, Odile, Nicole, Marguerite, Mireille, Jacqueline, Robert, Pierre, et tous les autres qui se reconnaîtront !

Recette du patrimoine gourmand de Moirans et ses environs

Recettes rassemblées
par les membres de l'association
« Moirans de tout temps »
2011

Maître Fourneaux !

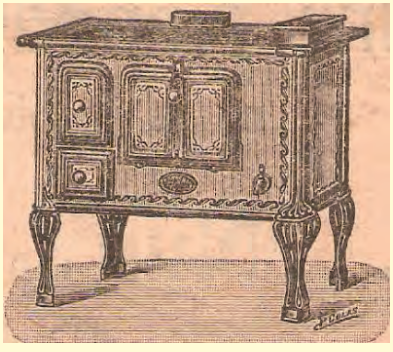
Méfiez- vous de son œil câlin
Ses manières sont assassines
Car d'un seul geste de sa main
Il vous roule dans la farine

La craquante tarte Tatin
La superbe galantine
La girolle au cœur de satin
En pincent pour sa terrine !

Les pâlichons petits boudins
Retrouvent une bonne mine
Dorlotés dans ses ramequins
Voués aux gourmandes babines !

Pour satisfaire ce grand coquin
Venez les rondes ondines
Pour bannir de ses goûteux festins
Echalas et tailles fines !

Maître Fourneau est un malin
Car sans fable ni comptine
Il vous séduit et vous retient
Sans sortir de sa cuisine !!!



Poème gentiment offert
à Moirans de Tout Temps
par Mme RANNINGER

Sommaire

Mot du président et remerciements	page 02
Titre	page 03
Poème	page 04
Sommaire	page 05
Le marché aux cerises	page 06
Chanson « le temps des cerises »	page 07
Viandes avec des cerises – le canard aux cerises (1re recette)	page 08
Le canard aux cerises (2e recette)- les escalopes de foie gras aux cerises	page 09
Cerises au vinaigre	page 10
Topo sur cerises en fête	page 11
Les Clafoutis aux cerises – la recette du clafoutis moirannais.	page 12
Des cerises pour plus tard	page 14
Les confitures	page 15
Recettes rapides à base de cerises	page 16
Cerises aux épices	page 17
Tarte aux cerises	page 18
Boissons à base de cerises	page 20
La noix et ses bienfaits	page 22
Entrées avec des noix	page 23
Volailles aux noix	page 24
Gâteaux secs aux noix	page 25
Gâteaux avec des noix	page 27
Tarte aux noix	page 30
Friandises à base de noix	page 32
Vin de noix et liqueurs	page 33
La Chartreuse explication	page 35
Poissons et volailles à la Chartreuse	page 36
Desserts à la Chartreuse	page 38
Glaces à la Chartreuse	page 39
Crèmes à la Chartreuse	page 40
Mousses à la Chartreuse	page 41
Gâteaux à la Chartreuse	page 42
Les crêpes à la Chartreuse	page 45
Truffes au chocolat et Chartreuse	page 46
Boissons à la Chartreuse	page 47

Le Marché aux cerises de Saint-Jean-de-Moirans

L'âge d'or de la culture des cerises dans notre région remonte aux années 1930 et dura jusqu'au début des années 1980.

Les agriculteurs du Voironnais dont le vin se vendait mal, eurent l'idée de greffer de nouvelles espèces de cerises (Reverchon et Burlat) sur leurs arbres vigoureux. Ces nouvelles espèces étant plus précoces, ils purent prendre de l'avance (des cerisiers avaient été plantés en vallée du Rhône mais il fallait attendre 15 ans avant qu'ils ne soient productifs.)

En 1935, on produisait jusqu'à 30 tonnes de cerises par jour et c'est ainsi que la municipalité décida d'organiser la vente et créa un marché libre. Les grossistes venaient de partout, même de Suisse et d'Allemagne.

Monsieur Antoine Veyron, Maire, au centre avec le chapeau entouré des producteurs

Le Temps des cerises

Quand nous en serons au temps des cerises
Et gai rossignol et merle moqueur
Seront tous en fête
Les belles auront la folie en tête
Et les amoureux du soleil au cœur
Quand nous en serons au temps des cerises
Sifflera bien mieux le merle moqueur

Mais il est bien court le temps des cerises
Où l'on s'en va deux cueillir en rêvant
Des pendants d'oreilles
Cerises d'amour aux robes pareilles (vermeilles)
Tombant sous la feuille en gouttes de sang…
Mais il est bien court le temps des cerises
Pendants de corail qu'on cueille en rêvant !

Quand vous en serez au temps des cerises
Si vous avez peur des chagrins d'amour
Évitez les belles !
Moi qui ne crains pas les peines cruelles
Je ne vivrai pas sans souffrir un jour…
Quand vous en serez au temps des cerises
Vous aurez aussi des peines d'amour !

J'aimerai toujours le temps des cerises
C'est de ce temps-là que je garde au cœur
Une plaie ouverte !
Et Dame Fortune, en m'étant offerte
Ne pourra jamais calmer ma douleur…
J'aimerai toujours le temps des cerises
Et le souvenir que je garde au cœur !

Cette chanson composée en 1866 par Jean-Baptiste Clément a été interprété lors de Cerises en Fête en 2009 par un moirannais, Monsieur Alain Jacquier.

Recettes avec des cerises

Viandes aux cerises

On connaît bien l'utilisation des cerises dans les préparations sucrées (clafoutis etc..) mais elles peuvent aussi s'utiliser en version «salée».
Voici deux recettes un peu originales avec du canard (mais cela «marche» aussi très bien avec de la pintade ou du rôti de porc).

Le canard aux cerises (recette n°1)

préparation : 15 min

cuisson : 1h30 environ

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 1 gros canard (ou des cuisses de canard)
- 10 cl de Cherry-Brandy
- 10 cl de bouillon de veau (ou de volaille)
- 10 cl de vin blanc
- 500 grs de griottes (enlever les noyaux... cela a certes plus de goût avec ...mais attention les dents !)

Après avoir salé et poivré l'intérieur du canard, on le fait rôtir doucement dans une cocotte en le retournant (inutile de mettre du gras).

Quand il est cuit (compter 1h1/2 environ) le retirer de la cocotte, y verser le bouillon de veau et le vin blanc.

Remettre le canard, saler, poivrer et ajouter les cerises (cuire à feu doux environ 15 min); préparer une sauce en versant le Cherry Brandy dans le jus.

Le canard aux cerises (recette n°2)

préparation : 25 min

cuisson : 40 mn

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 2 jeunes canards (mais vous pouvez prendre un gros canard ou des cuisses)
- 2 dl de porto sec dans lequel vous mettez 5 clous de girofle écrasés,
- ½ c à café de cannelle et une cuillère à soupe de zeste d'orange râpée
- 300 g de gelée de groseilles (un pot à confiture)
- 500 g de cerises dénoyautées même en conserve, ou cuites en compote sans sucre.

Saler et poivrer les canards, les barder puis les faire cuire au four mais pas complètement (aux ¾). Les garder un peu saignants.
préparer la sauce : faire réduire d'un tiers le porto (avec toutes ses épices) et lui ajouter ensuite la gelée de groseilles. Passer au chinois et verser les cerises égouttées.
Découper les canards et les mettre dans la sauce avec leur jus pour terminer la cuisson (environ 10 min.) Pour la suite ...on vous fait confiance !

Les escalopes de foie gras aux cerises

Souvent on sert le foie gras poêlé avec des pommes, mais avec des cerises c'est également très bon!

Il suffit de faire revenir les cerises dans du beurre avec du sucre pour les caraméliser un peu. Ensuite, on déglace la poêle (dans laquelle ont cuit les escalopes de foie gras) avec un peu de vinaigre balsamique et on mélange les cerises avec ce jus.
Ne faites pas cuire trop longtemps les escalopes de foie gras, sinon elles « fondent » .

Vous pouvez aussi accompagner des viandes (le porc, le gibier…) avec des cerises au vinaigre. Voici la recette :

Les cerises au vinaigre

Ingrédients (pour 6 personnes) :

1 kg de cerises
1 litre de vinaigre blanc
200 g de sucre en poudre
thym, laurier, sauce.

Mettre les cerises dans un bocal; faire chauffer le vinaigre avec le sucre; ôter du feu et ajouter les épices. Laisser tiédir et verser sur les cerises. Fermer hermétiquement le bocal et patienter au moins un mois avant de consommer.

On ne sait pas si ce sont les Romains (au premier siècle avant notre ère) ou les Grecs bien avant qui ont introduit ce fruit en Europe.

Il existe plus de 600 variétés de cerisiers mais deux sont seulement cultivées industriellement (prunus avium et prunus cerasus) …là aussi, tout tend vers l'uniformisation ! Parmi les noms connus, vous avez sûrement entendu parler de Bigarreaux, Guignes, Burlat, Reverchon, Montmorency…certaines variétés ont des noms très romantiques : Belle des Brunetières (une guigne rouge clair à floraison précoce), Belle de Choisy, Beauté de l'Ohio, Coeur de Marmotte, Souvenir des charmes, Sweetheart.

Et n'oubliez pas que la cerise, en plus d'être bonne pour les papilles est également excellente pour notre santé car elle contient beaucoup de micro-nutriments.

Cerises en fête

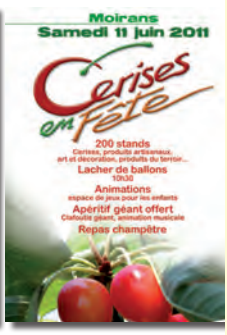
Les communes de Moirans et de saint Jean-de-Moirans fêtent toujours au mois de juin ce délicieux petit fruit avec les différentes affiches et photos.

1991

1993

2006

2011



Quelques petits conseils valables pour toutes les recettes qui vont suivrent :

- ne mélangez pas le sel avec la levure : le gâteau ne montera pas bien ; on peut tamiser la farine pour limiter les grumeaux.

- préchauffez le four (chaleur moyenne, environ 200 °C)

- si vous utilisez des cerises congelées, mettez-les gelées dans le plat et enfournez (ne pas les décongeler avant).

- Ne vous affolez pas ...le clafoutis gonfle toujours à la cuisson et retombe ensuite quand il refroidit.

- les proportions données sont pour un moule tarte d'environ 30 cm de diamètre.

Les clafoutis

A l'origine, le clafoutis aux cerises est une recette du Limousin ;
Il existe d'innombrables recettes de clafoutis : certains sont très «compacts», d'autres plus moelleux, certains servent le clafoutis tiède, d'autres le préfèrent froid, on peut le cuire dans un simple moule à tarte, ou dans un plat en porcelaine à feu …
Vous pourrez faire votre choix parmi toutes nos recettes !

La recette du clafoutis moirannais

Voici la recette utilisée tous les ans pour réaliser le clafoutis géant (1406 parts en 2011) lors de «Cerises en fête».

Ce sont les pensionnaires de la maison de retraite de Moirans qui dénoyautent toutes ces cerises !

Préparation et cuisson : 1 heure

Ingrédients :

- 500 g de cerises dénoyautées
- 3 oeufs
- 250 g de farine
- 100 g de sucre
- 1 sachet de levure
- 3 c à soupe d'eau
- 20 cl de crème fraîche

Préparer les fruits, battre les oeufs avec le sucre ; incorporer la farine, l'eau la levure et la crème. Mélanger la pâte en y ajoutant les fruits.

Beurrer un moule, y verser la préparation et faire cuire 30 minutes à four moyen.

Le clafoutis à "Zette"

Ingrédients :

- 2 oeufs
- 2 tasses de sucre (environ 150 gr selon les goûts !!)
- 1 goutte de lait (la «goutte» correspondant sûrement à un verre !)
- 2 cuillerées à soupe d'huile
- 1 morceau de beurre ramolli (ou pas de beurre si on fait attention à sa ligne !)
- 2 tasses ½ de farine
- un peu de sel
- des cerises (ou autres fruits d'ailleurs) au moins 500 g

Bien battre ensemble les oeufs et le sucre, ajouter les autres ingrédients, verser dans un plat et disposer les fruits sur la pâte.
Saupoudrer de sucre et mettre au four moyen pendant environ 30 min (surveiller, cela dépend de votre four !)

Le clafoutis d'Odile

On mélange les ingrédients suivants et l'on fait cuire à four moyen :

Ingrédients :

- 250 g de farine
- 1 paquet de levure
- 3 oeufs
- 7 cuillerées à soupe de sucre
- 1 briquette de crème liquide (200 ml)
- des fruits

Clafoutis aux cerises et à la rhubarbe

Pour 6 personnes : 600 g de cerises, 600 g de rhubarbe 3 oeufs 100 g de farine 100 g de sucre cristallisé 45 cl de lait 30 g de beurre 1 sachet de sucre vanillé dénoyauter les cerises, éplucher la rhubarbe et répartir ces fruits dans un plat beurré allant au four. Dans un saladier mélanger farine, sucre et une pincée de sel. Remuer et ajouter les oeufs. Délayer en incorporant le lait tiède. Verser la pâte sur les fruits ; Faire cuire 30 minutes.
A la sortie du four, saupoudrer de sucre vanillé.

Des cerises pour plus tard...

Lorsqu'on a beaucoup de cerises et que l'on souhaite les conserver, on peut les congeler bien sûr (à plat sur un plateau puis on les met en sachet) ; Mais lorsque vous les utilisez, surtout ne les faites pas dégeler avant, mettez-les congelées dans la pâte, puis enfournez votre gâteau. On peut aussi les stériliser. C'est très facile.

Les cerises en conserve au naturel

Tassez-les bien dans les bocaux (s'arrêter à au moins 3 cm du bord supérieur du bocal)

- mettre une cuillère à soupe de sucre en poudre ou cristallisé

- fermer avec un caoutchouc (neuf !) et mettre dans un stérilisateur pour que ce soit recouvert d'eau. A défaut, si vous utilisez une marmite à bords hauts vous pouvez faire comme certains : poser une pierre (lavée!) sur les bocaux pour éviter qu'ils ne «flottent».

- pour stériliser : compter au moins 30 minutes à partir du moment où cela bout.

Les cerises en conserve au sirop

C'est la même démarche que ci-dessus, mais au lieu d'une simple cuillère de sucre, on recouvre les cerises d'un sirop.

sirop : 500 g de sucre pour un litre d'eau que l'on fait bouillir pendant 2 à 3 minutes.

Les cerises à l'alcool

Pour 1 kg de cerises, utiliser 100 g de sucre en poudre ou cristallisé et de l'eau de vie à 40° ou mieux à 45° (8 dl)
Mettre les cerises dans un bocal, laisser 1 cm de queue pour pouvoir les «attraper» et recouvrir d'alcool. Ajouter le sucre et agiter de temps en temps le bocal la première semaine pour faire fondre le sucre. Attendre au moins 4 mois pour se régaler.

Recettes de confitures

La confiture de cerises très simple

Ingrédients: pour 1 kg de fruits, compter 850 g de sucre, 1 verre d'eau

Laver (bien sûr !) équeuter dénoyauter les fruits. Les peser pour connaître le poids de sucre à utiliser. Faire chauffer le sucre et l'eau jusqu'à ce que le sirop obtenu nappe l'écumoire. Y verser les cerises. Faire cuire une vingtaine de minutes sans arrêter de remuer et surveiller. La confiture est prête lorsqu'une goutte de jus tombée sur l'assiette se fige.

La confiture de cerises "améliorée"

Les groseilles, qu'on rajoute à cette confiture, lui donnent un parfum particulier mais surtout lui permettent de mieux gélifier

Ingrédients : pour un kilo de cerises dénoyautées (avec le jus qu'elles auront rendu) prévoir 500 g de groseilles et le même poids de sucre que de fruits. Eau : 500g d'eau par kg de sucre.

Faire éclater les groseilles (lavées) dans une casserole avec un verre d'eau par kg de fruit (feu moyen).

Au bout de 10 minutes environ, passer ces groseilles au tamis et pesez le jus obtenu.

Préparez un sirop au boulé avec le sucre (c'est à dire 38°C : si le sirop est pris entre les doigts, il forme une boule assez dure et grosse comme une noisette). Ajoutez les cerises et le jus de groseilles. Faites reprendre l'ébullition et laissez cuire pendant 20 minutes environ. Surveiller.

Recettes rapides...

Poêlée de cerises

Une recette bien pratique quand on n'a pas de four ou que l'on est très pressé !

Ingrédients pour 6 personnes :
500 g de cerises bien mûres, lavées
4 oeufs, 100 g de farine, 1 verre de lait, 3 cuillères à soupe rases de sucre cristallisé, ½ paquet de levure chimique, 20 g de beurre.

Cassez les oeufs au milieu de la farine, ajoutez le sucre et la levure. Brouillez un peu les oeufs, mélangez-les peu à peu à la farine puis incorporez le lait en filet. Mettez les cerises dans cette pâte et remuez un peu.
Procédez comme pour une omelette (bien faire chauffer le beurre à feu vif avant de verser la préparation). Baissez le feu et laisser cuire (que la pâte soit «prise») et faire glisser ensuite cette sorte de galette dans un plat rond. Remettre un peu de beurre dans la poêle et faire cuire l'autre côté de cette galette (environ 6 à 7 minutes à feu assez doux).
Saupoudrez le plat rond avec la moitié du sucre cristallisé et faire glisser la galette. Servir tiède.

Cerises en omelette

Ingrédients:
500 g de cerises, 100 g de beurre, 8 oeufs, 150 g de sucre, 30 cl d'eau.

Faire cuire les cerises dans le beurre pendant 5 minutes.
Fouetter les jaunes d'oeuf avec le sucre et monter les blancs en neige.
Mélanger les jaunes avec les cerises et ajouter les blancs en neige (On ajoute d'abord un tiers des blancs que l'on bat dans la préparation puis le reste délicatement en soulevant la masse).
Cuire comme une omelette à la poêle.

Cerises aux épices

Préparation et cuisson : 35 minutes

Ingrédients pour 8 personnes :
½ l d'eau,
200 g de sucre en poudre,
1 gousse de vanille,
1 dl de vin de Malaga (à défaut, porto ou banyuls)

Épices : 1 bâton de cannelle,
3 clous de girofle,
8 grains de poivre noir,
1 ruban de zeste d'orange,

1.5 kg de cerises noires,
1 dl de vin de Malaga (à défaut, porto ou banyuls)

Dans une casserole mettre tous ces ingrédients sauf les cerises et porter à ébullition. Après 2 min de gros bouillon, laisser refroidir. Mettre les cerises dénoyautées dans ce sirop froid. Faire bouillir à feu doux. Laisser refroidir et ajouter le vin de Malaga. Mettre au réfrigérateur et servir très frais. (ôter le bâton de cannelle, le zeste d'orange la vanille, le poivre el les clous de girofle).

Tartes aux cerises

Tarte aux cerises

Ingrédients pour le fond de tarte :

- 250g de farine,
- 125 g de beurre à température ambiante,
- une pincée de sel
- un peu de lait. (un demi-verre ou un verre : la quantité dépend de l'humidité, de la farine etc.)

Couper le beurre en petits morceaux et le mélanger à la farine ; il ne doit pas être trop mou sinon la pâte va coller et on ne pourra pas la travailler. Faire une sorte de «sable» et lier le tout avec du lait que vous verserez petit à petit, doucement, jusqu'à obtenir une boule assez ferme.
Garnir un moule à tarte beurré et fariné (ou utilisez une feuille de papier sulfurisé) et faites cuire un peu ce fond de tarte à blanc en le badigeonnant d'un oeuf battu pour éviter que le jus de cerise ne détrempe trop la pâte,(certaines personnes, avant de disposer les cerises, mettent de la poudre d'amandes qui va «boire» un peu le jus.)
Ensuite, disposer les cerises denoyautées en les serrant bien les unes contre les autres. Faire cuire à four chaud. Puis au bout de 10 à 15 minutes, réduire la chaleur et laisser cuire encore 20 minutes (surveiller).
Après la cuisson, saupoudrer de sucre glace ou napper avec de la gelée de groseilles tiède.

Tarte aux griottes

Ingrédients:

- 250 g de pâte brisée,
- 1 kg de griottes lavées et équeutées (dénoyautées ou pas : avec les noyaux la saveur est plus intense mais c'est un peu «'casse-dents»!),
- 12 cl de crème fraîche,
- 2 oeufs,
- 100 g de sucre. (Dans cette version, on ne fait pas cuire la pâte à blanc.)

Répartir les cerises sur le fond de tarte crue et faire cuire le tout 20 minutes environ. Ensuite, mélanger dans un saladier les oeufs, le sucre et la crème ; verser ce flan sur toute la surface des fruits. Remettre au four pour 10 minutes environ.

Tarte briochée aux cerises

Ingrédients:

- 250 g de farine
- 1 sachet de levure chimique
- 2 sachets de sucre vanillé
- 100 g de sucre
- 3 oeufs
- 30 cl de crème fraîche
- 600 g de cerises

Casser les oeufs et les battre en omelette ; Ajouter la crème, la farine, la levure, le sucre et le sucre vanillé. Mélanger pour obtenir une pâte lisse et verser dans un moule à tarte. Répartir les cerises dénoyautées sur le gâteau en les enfonçant un peu. Laisser reposer 15 minutes à température ambiante et faire cuire à four moyen (th 5 ou 180°C) pendant 30 minutes environ.

Boissons à base de cerises

Vin de cerises

Ingrédients :

5 kg de cerises, ½ kg de sucre, ½ écorce de cannelle, 2 g de muscade, 1 litre d'alcool à 45°, 8 g de levure de bière.

Ecraser les cerises dénoyautées pour en extraire le jus et verser celui-ci dans un tonnelet (ou une dame-Jeanne) Ajouter la levure diluée dans un peu d'eau tiède puis les autres ingrédients.
Remuer et laisser reposer un mois ; filtrer. Remettre dans le tonneau bien rincé. mettre en bouteilles 3 mois plus tard.

Vin de griottes façon Bob

Ingrédients:
pour 1 litre de bon vin, 90 feuilles de griottier, 200 g de sucre,
un verre d'eau de vie, 1 bâton de cannelle. Laisser macérer 40 jours et filtrer.

Ratafia de cerises

Ingrédients:
pour un grand bol de cerises noires, compter 300 g de sucre en poudre,
1 litre d'alcool à 30° et un bâton de cannelle;

Enlever la queue et les noyaux des cerises ; écraser la moitié de ceux-ci dans un mortier et mettez-les avec les cerises bien écrasées dans un pot de grès (ou à défaut dans un bocal) Laissez-les ainsi jusqu'au lendemain.
Versez alors le tout sur un tamis posé sur une terrine. Pour un litre de ce jus ajoutez 300 g de sucre, 1 litre d'alcool à 30 degrés et un bâton de cannelle. Laissez infuser 8 jours, puis filtrer et mettre en bouteille.

Ratafia aux trois fruits

préparation : 45 minutes

cuisson : 5 minutes

Ingrédients :

Pour 2.5 litres de liqueur environ
- 500g de griottes,
- 500 g de framboises,
- 250 g de cassis,
- 1 litre d'eau de vie,
- 750 g de sucre en morceaux,
- ¼ de litre d'eau.

Equeuter les cerises, égrener les cassis. après avoir lavé et essuyé les fruits dans du papier absorbant les broyer grossièrement sans écraser les noyaux de cerises ; mettre cette pulpe avec l'alcool dans un grand bocal pendant au moins un mois. Filtrer.

Ajouter un sirop fait avec de l'eau bouillante et le sucre. Mettre en bouteilles et boucher ; ne pas consommer avant 6 mois. Se conserve très bien.

Il existe une cerise ayant pour nom «ratafia» ; il s'agit d'une griotte mentionnée dans la littérature à partir de 1590. Elle est d'origine allemande et d'une couleur bien foncée, approchant le noir.

Recettes avec des noix

Notre région du Bas Grésivaudan a été une région productrice de noix bien avant le Périgord.

On a retrouvé sur les bord du lac de Charavines des coquilles de noix pétrifiées datant du Néolithique final (2500 ans avant J.C.) preuve que nos ancêtres en dégustaient déjà.

Ce sont les Romains qui auraient commencé à cultiver le noyer en Gaule (on a retrouvé des coquilles de noix lors de la construction du parking Lafayette sous l'actuelle maison du tourisme.)

Depuis 1938, seule la région de Grenoble a droit à l'appellation d'origine «Noix de Grenoble». 10132 tonnes de noix ont été produites dans notre région en 2010 !

la noix la plus répandue en Dauphiné est la Franquette.

Les bienfaits des noix

La noix fait partie des oléagineux, plus du tiers de son poids est sous forme d'huile C'est aussi un des fruits les plus riches en minéraux (phosphore, potassium, magnésium, calcium). En plus des oméga 3 et 6, elle contient aussi de nombreux oligo-éléments comme le fer, le zinc, le cuivre, le soufre, des vitamines (E et B).

Entrées avec des noix

Salade dauphinoise

Ingrédients pour 4 personnes :

4 endives
50 g de noix concassées (ou plus si on les aime beaucoup !)
200 g de cubes de fromage (gruyère, beaufort, comté)
une demi pomme coupée en petits cubes
Certains appellent «dauphinoise» une salade réalisée avec une frisée + noix et parfumée à l'huile de noix…
C'est comme pour le gratin dauphinois… allez donc savoir qui détient la «vraie» recette !

Salade de betteraves rouges aux noix

Ingrédients pour 4 personnes:
une grosse betterave rouge cuite à l'eau et coupée en petits cubes, 80 g de cerneaux de noix hachés.
variante : betterave rouge, mâche, pomme de terre cuite en robe des champs et petits cubes de gruyère.

Sauce de salade aux noix

(pour agrémenter les salades de votre choix)

Ingrédients:
1 oeuf dur + 1 cuillère, à soupe d'oignon haché, 7 cuillères à soupe d'huile, 2 cuillères à soupe de jus de citron, une dizaine de noix finement concassées

Et si vous ne savez pas quoi mettre dans vos **crêpes** pour une entrée, essayez de les farcir avec le mélange suivant par crêpe : une noix +20 à 30 g de roquefort + 1 cuillère à soupe de crème fraîche épaisse + 1 cuillère à soupe de noix finement hachées.

Volailles aux noix

Le poulet aux noix

Ingrédients pour 4 personnes :

- 1 poulet fermier de 2 kg environ coupé en morceaux, mettre les abats à part
- 2c. à soupe de jus de citron
- 2c à soupe d'huile d'olive
- 15 cl de vin blanc sec
- 12 gousses d'ail non pelées
- 150 g de cerneaux de noix

Faire revenir les morceaux de poulet dans une sauteuse en remuant bien pendant 5 minutes. Saler et poivrer
Ajouter le jus de citron, un peu de vin blanc (2 cuillères à soupe) et les gousses d'ail. Faire mijoter 15 minutes à feu doux et ajouter ensuite les noix et les abats. Poser un couvercle et laisser cuire encore une dizaine de minutes à feu doux.
Faire cuire ensuite 5 minutes sans le couvercle en remuant de temps en temps pour faire évaporer le jus de cuisson. Oter les noix qui ont tendance à roussir facilement (les remettre au moment de servir).
Mettre le poulet, les noix et l'ail dans un plat de service déglacez la sauteuse avec le reste de vin blanc et faire cuire le jus quelques minutes pour le faire réduire de moitié. Verser sur le poulet et servir aussitôt.

Volaille farcie aux noix

Préparation : 30 minutes

cuisson : 1 heure

Ingrédients :un poulet, 3 tasses de noix hachées, 1 tasse de raisins secs trempés dans le cognac, foies et coeurs de volaille, ½ tasse de chapelure, sel, poivre

Faire revenir doucement les noix dans du beurre ou de l'huile. Ajouter les foies et coeurs hachés puis les raisins. Assaisonner, Ajouter la chapelure et un filet de Cognac. Fourrer la volaille avec cette farce ; coudre et faire rôtir.

Recette également valable pour les perdreaux, faisans… si vous êtes chasseur.

Gâteaux secs aux noix

Sablés aux noix recette n°1

pour une cinquantaine de biscuits :

Ingrédients :

- 100 g de cerneaux de noix
- 100 g de sucre
- 100 g de beurre à température ambiante,
- 200 g de farine,
- 1 oeuf, un peu de sel

Préchauffez le four à 200°. Réduisez les noix en poudre en les mixant avec 1 cuillère à soupe de sucre. Mélangez le beurre, le sel, le reste de sucre et la farine (dans le robot) jusqu'à obtenir une consistance sableuse. Ajouter l'oeuf et travaillez encore le mélange pour que la pâte soit bien homogène (3 min environ). Incorporez les noix et travaillez un peu la pâte et étalez-là au rouleau à pâtisserie. Coupez la en carrés de la taille de votre choix et rangez les sablés sur une plaque (tapissée de papier sulfurisé); enfournez et faites cuire 10 min environ (les biscuits dorent sur les côtés)

Sablés aux noix recette n°2

Ingrédients :1 oeuf,

- 100 g de sucre,
- 100 g de farine très fine
- 1 c à café de rhum, (selon les goûts)
- 1 tasse de noix en poudre

Battre l'oeuf et le sucre (pdt 5 minutes) puis ajouter le rhum et la farine (travailler encore 5 minutes) et incorporez la poudre de noix. Déposer en petits paquets sur une tôle et décorer avec une moitié de cerneau. Faire cuire à four chaud.

Petits fours aux noix de maman Huguette

Ingrédients :

125 g de beurre, 125 g de farine
125 g de sucre , 125 g noix pilées, 1 oeuf

Travailler ensemble tous les ingrédients et à l'aide d'une poche à douille formez des petits tas sur une plaque beurrée (ou recouverte de papier sulfurisé). Mettre au four (200 °) une dizaine de minutes.

Tuiles aux noix

Ingrédients pour 20 tuiles :

125 g de sucre, 3 blancs d'oeuf
1 oeuf entier, 25 g de farine, 150 g de cerneaux de noix émincés

Mélangez tous les ingrédients et disposer des petites boules sur une plaque recouverte d'un papier sulfurisé. Aplatir un peu avec une fourchette et cuire à four doux. Attention, cela va très vite, dès que cela commence à dorer sur les bords, sortir les tuiles et les disposer sur un rouleau à pâtisserie pour leur donner la forme de tuiles.

Gâteaux avec des noix

Gâteau aux noix

Préparation : 30 minutes - **cuisson** : 30 à 40 minutes

Ingrédients pour 6 à 8 personnes (moule de 25 cm de diamètre)
250 g de noix décortiquées et râpées finement
250 g de sucre en poudre , ½ sachet de levure
5 oeufs, 2 cuillères à soupe de café très fort
50 g de farine , 50 g de Maïzena

Tamisez la farine, la mélanger avec la Maïzena, la levure et une pincée de sel. Travaillez les jaunes d'oeufs avec le sucre jusqu'à ce que le mélange «blanchisse» un peu. Ajouter le café. Battre les blancs en neige ferme et les incorporer aux jaunes en soulevant délicatement. Ajoutez le mélange farine / Maïzena et noix râpées en alternant une cuillerée de farine et une cuillerée. de noix.

Versez dans un moule à bord assez haut bien beurré et cuire à four modéré (th 4/5 190° environ). Peut être servi tel quel ou fourré d'une crème.

(Pour ceux qui font attention à leur ligne, vous remarquerez que dans cette recette il n'y a pas de matières grasses ajoutées, c'est l'huile contenue dans les noix qui en tient lieu).

Gâteau Grenoblois n°1

C'est «le» gâteau à faire quand on a envie de passer un peu de temps à faire de la pâtisserie pour régaler sa famille ou ses amis. !
Il s'agit d'un gâteau à base de noix qui est imbibé de rhum puis qui est ensuite coupé en plusieurs étages (avec crème pâtissière à tous les étages !)

Ingrédients pour le gâteau :

- 180 g de sucre ,
- 100 g de beurre,
- 3 jaunes d'oeuf
- 5 blancs d'oeuf (on garde de toute façon les 2 jaunes qui vont rester pour la crème pâtissière)
- 100 g de cerneaux de noix concassés,
- ½ paquet de levure

recette du gâteau : Mélanger le sucre, le beurre ramolli, les jaunes et les noix ; ajouter la farine et la levure. Monter les blancs en neige ferme et les ajouter à cette pâte sans trop les «casser». Mettre à four doux 45 minutes environ (penser à préchauffer le four) puis démouler le gâteau et le laisser refroidir.

Ingrédients pour la crème pâtissière :

- 25 cl de lait,
- 2 jaunes d'oeuf
- 50 g de sucre,
- 25 g de farine,
- 20 cl de crème chantilly

recette de la crème pâtissière : Verser le lait bouillant sur le mélange jaunes d'oeufs, sucre farine, remettre dans la casserole et amener jusqu'à l'ébullition, laisser bouillir quelques secondes sans cesser de remuer . Quand la crème pâtissière est refroidie, ajoutez-lui la crème Chantilly et mélangez délicatement.

Procédez ensuite au fourrage et à la décoration du gâteau.

Gâteau Grenoblois n°2

Ingrédients pour le gâteau :

250 g de noix en poudre, 6 oeufs (séparer les blancs des jaunes)
300 g de beurre (ramolli), 200 g de sucre, 6 biscottes écrasées finement
1 petite cuillère d'extrait de café (ou éventuellement du café soluble)
1 verre à liqueur de rhum

Dans un saladier, battre les jaunes d'oeuf, le sucre, le rhum, l'extrait de café et le beurre ramolli. Ajouter les biscottes, les noix et les blancs battus en neige. Bien mélanger.
Mettre dans un moule beurré (ou tapissé d'une feuille de papier sulfurisé) et mettre à four doux durant 45 minutes.

Gâteau aux noix et au chocolat n°1

Ingrédients :

3 oeufs, 6 cuillères à soupe de sucre, 9 cuillères à soupe de farine
2 cuillères à soupe de chocolat râpé et 1 c. à soupe de cacao
1 paquet de levure, 1 tasse de poudre de noix (ou de noix hachées très fin)
1 poignée de raisins secs trempés

Mélanger les oeufs et le sucre. Ajouter le reste des ingrédients.
Mettre dans un moule à cake et faire cuire à four moyen 45 minutes.
Ce gâteau se conserve bien pendant quelques jours.

Gâteau aux noix et au chocolat n°2

Ingrédients pour 5 à 6 personnes :

250 g de noix hachées fin, 250 g de chocolat
100 g de sucre en poudre, 3 oeufs

Faire fondre le chocolat dans très peu d'eau. Travailler les jaunes d'oeufs et le sucre. Ajouter les noix, le chocolat et les blancs battus en neige.

Verser dans un moule de 20 cm de diamètre et faire cuire ce mélange à four chaud pendant 15 min environ.

.

Tartes aux noix

Les variations viennent de la garniture ; vous pouvez utiliser un fond de tarte avec de la pâte feuilletée, brisée ou sablée.

Tarte aux noix n° 1

Ingrédients :

4 oeufs, 250 g de sucre roux
50 g de beurre fondu, 1 c à café d'extrait de vanille
2 cuillères à soupe de farine, 300 g de cerneaux de noix

On répartit sur le fond de tarte, cuit à blanc, les cerneaux de noix et on verse dessus le mélange oeufs, sucre, beurre, vanille, farine. Cuisson à 200° pendant 10 minutes puis réduire la température à 170° ; continuer la cuisson 15 minutes environ (surveiller).

Tarte aux noix n° 2

Ingrédients :
250 g de crème fraîche, 3 oeufs (2 entiers + un jaune)
100 g de sucre 100 grde noix moulinées

Mélanger 2 oeufs entiers et un jaune, le sucre, la poudre de noix ; ajouter la crème fraîche et étaler sur la pâte. Cuire à four moyen 40 min environ.

Tarte aux noix n° 3

On mélange les ingrédients suivants :
100 g de miel liquide, 100 g de noix décortiquées et passées à la moulinette
200 g de crème fraîche, 1 cuillère à café de cannelle

Tarte aux noix n° 4

Ingrédients :
200 g de sucre, 200 g de noix concassées
100 g de beurre, 20 cl de lait, 5 cl d'eau

Faire cuire le sucre en caramel légèrement blond et verser l'eau. Ajouter ensuite le beurre, bien remuer, puis les noix et le lait. Laisser cuire un peu, que ce soit légèrement « collant» et garnir le fond de tarte. Mettre au four 20 minutes.

Friandises à base de noix

Nougat aux noix

Ingrédients :

100 g de cerneaux de noix, 100 g de sucre, 1 c à café de beurre
1 jus d'orange, 6 blancs d'oeuf en neige, 125 g de miel (que l'on fait tiédir)
250 g de crème fouettée.

Caraméliser dans une casserole la noix, le sucre, le beurre et le jus d'orange. Laisser refroidir et briser les noix caramélisées avec un rouleau à pâtisserie.
Battre 6 blancs en neige et incorporer le miel ; continuer à battre jusqu'au refroidissement de la préparation. Ajouter délicatement 250 g de crème fouettée puis les noix écrasées.
Disposer le tout dans une barquette et le mettre au congélateur jusqu'au lendemain.

Noix au chocolat

Ingrédients :

40 cerneaux de noix entiers, 200 g de chocolat noir + une pincée de vanille en poudre, 50 g de beurre et 4 cuillères à soupe d'eau

Faire fondre le chocolat au bain marie à feu moyen. Quand il commence à fondre, ajouter le beurre puis avec les autres ingrédients pour obtenir une crème homogène et épaisse. Tremper les cerneaux dedans (après les avoir piqués au bout d'une une aiguille).

Vin de noix

Voici une recette «traditionnelle» que connaissent beaucoup de moirannais car elle est facile à retenir ; mais vous découvrirez d'autres versions, tout aussi délicieuses.

Vin de noix n°1

40 noix vertes coupées en morceaux dans 4 litres de bon vin rouge (12°) ajouter 1 litre d'eau de vie (45° minimum) et un kilo de sucre.
Laisser macérer 40 jours (en remuant de temps en temps) ; filtrer et ajouter du sucre si besoin (selon les goûts !).

Ce vin s'améliore avec le temps …ne le consommez pas trop vite! (certains ajoutent une dizaine de feuilles de noyer et une gousse de vanille … à vous de voir !)

Vin de noix n°2

Ingrédients :
32 noix vertes
1 kilo de sucre
1 l d'eau de vie
2 litres de vin blanc
3 litres de vin rouge

Ecraser les noix vertes et les mettre à macérer deux mois dans l'eau de vie. Bien boucher et agiter de temps en temps la bonbonne. Après deux mois, ajouter le vin et le sucre dans le liquide filtré. Mettre en bouteilles et laisser vieillir.

Liqueur de brou de noix

Faire macérer 20 cerneaux de noix vertes coupées en quartiers dans 1 litre d'alcool à 45° pendant 3 mois
Filtrer et mettre dans un bocal. Ajouter alors un sirop de sucre fait avec un peu d'eau et 250 g de sucre. Bien mélanger et laisser reposer une semaine.
Filtrer et mettre en bouteilles

Vin de chatons de noyer de « Bob le chasseur »

(la cueillette des chatons se fait vers fin mai, début juin)
Laisser infuser 40 chatons de noyer dans 1 litre d'eau de vie pendant 40 jours.
Filtrer puis ajouter

- 1 bâton de vanille
- 1 orange et un citron avec la peau (coupés en morceaux)
- 5 litres de vin rosé
- 1kilo 200 g de sucre
- 1 verre de rhum

Laisser tremper 40 jours.

Liqueur de feuilles de noyer

- 60 feuilles de noyer,
- 1 l d'alcool à 45°,
- 600 g de sucre,
- 5 l de bon vin rouge

Faire infuser les feuilles de noyer dans l'alcool dans une grosse bonbonne. Laisser reposer un mois. Filtrer l'alcool.
Faire fondre le sucre dans le vin et mélanger le tout. Laisser vieillir.

Recettes avec de la Chartreuse

C'est grâce à une délicieuse liqueur que le nom» Chartreuse» est passé dans l'histoire....

C'est en 1084 que celui qui allait devenir Saint Bruno est arrivé d'Allemagne dans le Dauphiné. Il cherchait un lieu où pouvoir mener une vie d'ermite avec ses six compagnons et c'est Hugues, alors évêque de Grenoble qui le guida vers le «désert» de Chartreuse. que l'on appelait ainsi car il était couvert d'épaisses forêts et d'un accès très difficile.

(Si vous regardez les armoiries de la Grande Chartreuse vous verrez une croix et 7 petites étoiles, elles symbolisent les 7 premiers ermites venus avec St Bruno).

Mais la liqueur? Ce n'est que beaucoup plus tard, en 1605 que le maréchal d'Estrées, compagnon d'armes du roi Henri IV, remit aux Pères Chartreux de Paris un manuscrit où était consignée la formule d'un «Elixir de longue vie»...on ne sait qui en est l'auteur. En plus des 130 plantes, le manuscrit énumère toute une série d'opérations assez complexes. C'est un moine apothicaire du couvent , Frère Jérôme Maubec qui en 1737 mit au point la première production de «l'élixir de longue vie». Il titrait alors 71 ° (et «plus que» 69 ° de nos jours). A partir de cet élixir la Chartreuse verte (55 °) fut créée en 1764 puis la Chartreuse jaune (en 1838).

Bien d'autres produits ont été développés* par la suite mais nos recettes se limiteront à l'utilisation de ces trois produits en quelque sorte «d'origine».

*(*Attention l'abus d'alcool est dangereux pour la santé... Moirans de tout temps ne pourra pas rembourser les amendes pour ivresse sur la voie publique !)*

Poissons et volailles à la Chartreuse

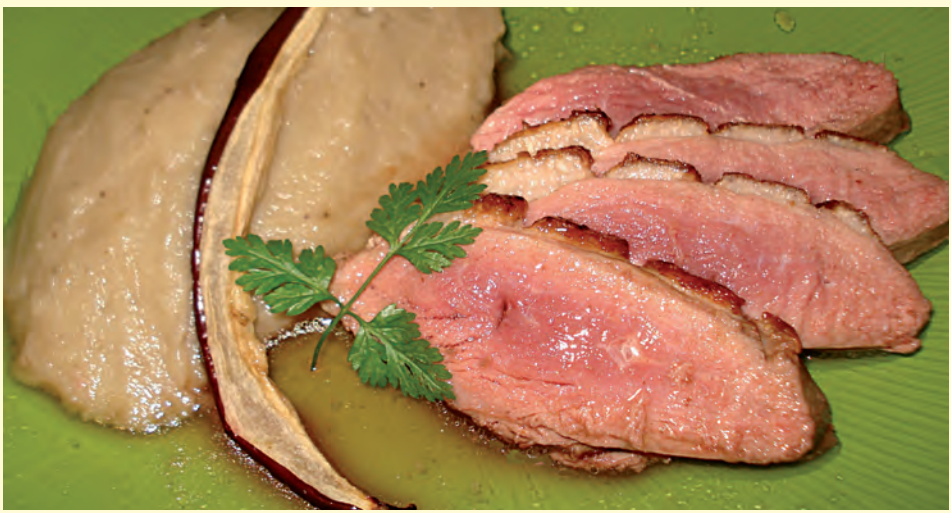
Magret de canard à la Chartreuse et à l'orange

Ingrédients pour 4 personnes :

- 2 magrets de canard
- 3 dl de fond de canard (ou de veau)
- 2 bouchons de Chartreuse verte et 1 dl de jus d'orange
- 50 g de beurre, sel poivre
- 6 oranges

Faire revenir les magrets dans une sauteuse avec du beurre, du sel et du poivre. A mi cuisson (10 à 15 min) déglacer avec la Chartreuse + jus d'orange plus 3 dl de fond de canard ou de veau.

Quand les magrets sont cuits à point (compter 20 à 25 minutes), les retirer et faire réduire la sauce. La lier avec 50 gr de beurre. Vérifier l'assaisonnement, ajouter les quartiers d'orange débarrassés des pépins et porter à ébullition. Dresser les magrets sur un plat, disposer les quartiers d'orange autour et napper avec la sauce.



Truite fourrée

Ingrédients pour 1 personne :

- 1 truite de 200 g environ,
- 1 oeuf dur,
- 1 cuillère à café de mie de pain,
- 1 cuillère à soupe de Chartreuse verte
- persil

Ecraser dans un bol le jaune d'oeuf dur, le persil, la mie de pain trempée dans du lait, la Chartreuse. Salez légèrement et faites une pâte dont vous garnirez l'intérieur du poisson. Rouler légèrement la truite dans la farine et la cuire à four doux..

Roulade de volaille à la Chartreuse

Ingrédients :

- 1 kg de filet de volaille,
- 1 oeuf
- 90 g de pain de mie,
- 100 g de foies de volailles
- 150 g de porc haché,
- 200g de coiffe de porc
- 0,5 dl de Chartreuse verte,
- 0,5 dl d'huile

Couper le filet en escalopes, les aplatir.

Faire la farce : imbiber la mie de pain de Chartreuse, ajouter la viande hachée, l'oeuf et les foies de volailles détaillés en morceaux et bien mélanger.

Etaler cette farce sur les escalopes, les rouler sur elles-mêmes, les envelopper de coiffe de porc, rôtir 25 min à 200° (Vous pouvez aussi les faire cuire à la vapeur ou en papillote).

Desserts à la Chartreuse

Pommes Chartreuse au caramel

Ingrédients :
5 pommes, 300 g de sucre
1 tasse de crème fraîche, 2 c à soupe de Chartreuse verte

Couper les pommes pelées en petits morceaux ; faire un caramel blond avec le sucre et 2 cuillères à soupe d'eau. Faire cuire les pommes dans le caramel. Quand elles s'écrasent, les passer au moulin à légumes. Mettre cette préparation dans un plat au frais.
Battre la crème en Chantilly et l'aromatiser avec la Chartreuse ; démouler les pommes et les recouvrir de Chantilly à la Chartreuse

---

Pommes caramélisées à la poire

Ingrédients :
3 pommes, 30 g de beurre, 60 g de sucre en poudre,
2 cuillères à soupe de Chartreuse Jaune

Couper le filet en escalopes, les aplatir.

Mettre le beurre dans une poêle anti-adhésive et y faire sauter les pommes coupées en lamelles pendant 10 min environ. Quand elles sont bien dorées, les saupoudrer de sucre et les arroser de Chartreuse. Faire flamber et servir.

Poires chartreuse à la crème

Ingrédients :
8 poires moyennes fermes, 2 cuillères à soupe de Chartreuse jaune, 6 cuillères à soupe de sucre, 1 tasse de crème fraîche.
Ranger les poires pelées et coupées en tranches dans un plat à four pouvant aller sur la table. (beurrez le moule ou utilisez du papier sulfurisé pour éviter de coller). Arroser de Chartreuse jaune. Mettre une seconde couche de poires, sucrez et arrosez de Chartreuse. Faire cuire 30 min à four chaud.
A la sortie du four, recouvrir de crème et servir immédiatement.

Glaces à la Chartreuse

Glace

Ingrédients :

- 8 jaunes d'oeufs (bien frais),
- 300 g de sucre
- 1 litre de lait entier + 2 cuillères à soupe de crème fraîche
- 3 cuillères à soupe d'élixir de Chartreuse

Faire une crème avec les jaunes d'oeufs, le sucre et le lait. Ajouter la Chartreuse. Mettre à congeler.
(cette glace n'a pas une franche couleur «Chartreuse» ; vous pouvez mettre un peu de colorant vert, il en existe du «bio» !)

Sorbet Chartreuse

Ingrédients :

- 1 boîte de lait concentré non sucré
- 6 cuillères à soupe de sucre
- 2 cuillères à soupe de chartreuse verte ou jaune.

Mélanger tous les ingrédients et les mettre à congeler Quand la glace est ferme, la verser dans un mixer pour la battre énergiquement et éliminer les paillettes. Remettre à glacer.

La Coupe Lesdiguières

Il s'agit simplement d'arroser des boules de glace à la vanille de Chartreuse verte et de napper de sauce chocolat chaude.
(sauce chocolat : du chocolat fondu au bain marie + un peu de crème fraîche)

Crèmes à la Chartreuse

Crème dauphine

Ingrédients pour 4 personnes :
115 g de sucre en poudre, 3 petits suisses, 2 blancs d'oeufs
1 c à soupe de Chartreuse verte (ou d'élixir de Chartreuse …selon 'intensité de l'arôme Chartreuse que vous désirez)

Bien mélanger le sucre et les petits suisses; ajouter la Chartreuse et incorporez les 2 blancs d'oeufs battus en neige très ferme, mettre au réfrigérateur au moins 2 heures avant de servir.

Sabayon à la Chartreuse

Ingrédients :
4 jaunes d'oeufs, 150 g de sucre
2 cuillères à soupe d'eau, 1 verre à liqueur de Chartreuse verte ou jaune

Travailler au bain-marie les jaunes d'oeufs et le sucre pour obtenir le «ruban». Incorporez alors l'eau et la Chartreuse. Remettre au bain-marie et fouetter sur le côté du feu jusqu'à ce que le tout devienne mousseux. Servir chaud dans des coupes avec des biscuits.

Crème à la Chartreuse

Ingrédients :
¼ de litre de lait, , 60 g de sucre, 25 g de chocolat en poudre
10 g de farine, 1 ou 2 jaunes d'oeuf

Porter à ébullition le lait avec le sucre et le chocolat en poudre, incorporez la farine et les jaunes d'oeufs faire cuire quelques minutes à feu doux en tournant sans arrêt.
Ajouter une noix de beurre, laisser refroidir puis rajouter 2 cuillères de Chartreuse verte ou jaune; placer au frais.

Mousses à la Chartreuse

Mousse Chartreuse aux pommes

Ingrédients :

- 1 bol de compote sucrée,
- 3 oeufs
- 1 zeste de citron
- 2 cuillères à soupe de Chartreuse jaune
- 1 cuillère à soupe de fécule de pomme de terre.

Séparer le blanc des jaunes ; battre les jaunes.

Délayer la fécule de pomme de terre avec la Chartreuse jaune. Dans une casserole, porter à ébullition la compote avec le zeste de citron et laissez dessécher 5 minutes en remuant souvent.

Verser le mélange Chartreuse - fécule, laissez cuire encore 1 minute puis ôter du feu. Attendre 2 minutes et ajouter les jaunes en remuant vivement; laisser refroidir. Incorporez délicatement les blancs en neige, verser dans une coupe et mettre au réfrigérateur.

Mousse à la Chartreuse

Ingrédients :

- 1 verre de lait,
- 1 cuillère à soupe de fécule de pommes de terre
- 3 jaunes d'œuf,
- 6 cuillères à soupe de Chartreuse

Porter à ébullition un verre de lait. Verser dedans une cuillerée à soupe de fécule délayée dans un peu d'eau froide. Laisser bouillir une minute.

Mélanger 3 jaunes d'oeufs avec 6 cuillères à soupe de Chartreuse

Verser dessus le lait très chaud et remuer vivement. Laisser refroidir. Incorporez les blancs en neige à ce mélange refroidi.

Gâteaux à la Chartreuse

Cake à la Chartreuse

Ingrédients :

210 g de farine, 150 g de beurre, 3 oeufs
½ sachet de levure, 100 g de raisins de Corinthe ayant bouilli dans un peu d'eau, 100 g de fruits confits coupés en morceaux, 4 cuillères à soupe de Chartreuse jaune ou verte.

Battre le sucre et le beurre pour avoir un mélange homogène

Ajouter 1/3 de la farine, puis un oeuf. Bien mélanger. Ajouter le 2e oeuf et le deuxième tiers de farine; bien mélanger.

Ajouter enfin le jaune du 3e oeuf, le reste de la farine et la levure.
Incorporer les raisins secs et les fruits confits.

Monter en neige le blanc du troisième oeuf et l'incorporer au mélange. Mettre dans un moule à cake et faire cuire à four moyen pendant une bonne heure.

Démouler le gâteau et l'arroser pendant qu'il est encore chaud avec la Chartreuse. Quand il est refroidi, l'envelopper dans du papier d'aluminium et le mettre quelques jours dans une boîte métallique avant de le consommer.

Charlotte à la Chartreuse

Préparation :
30 minutes
Au frais :
6 heures minimum
Ingrédients :
250 gr de biscuits à la cuiller
sirop : ½ tasse d'eau
3 cuillères à soupe de Chartreuse (verte ou jaune)
3 cuillères à soupe de sucre
crème : ½ litre de lait, 4 cuillères à soupe de sucre
4 oeufs, 2 cuillères à soupe de Chartreuse jaune ou verte
1 cuillère à soupe de fécule, 2 cuillères de gélatine.

Mettre la gélatine dans de l'eau froide ; faire le sirop et en asperger les biscuits. Tapisser le moule à charlotte avec les biscuits, en mettre au fond du moule. Préparer la crème en délayant les oeufs et le sucre peu à peu avec le lait. Ajouter la fécule et faire chauffer en remuant bien mais sans aller jusqu'à l'ébullition. Ajouter la Chartreuse et la gélatine. Remuer. Verser au centre du moule. Laisser refroidir et mettre au froid. Démouler au moment de servir.

Tarte à la Chartreuse

Ingrédients :
- 250 g de pâte feuilletée
- 6 cuillères à soupe de sucre en poudre
- 7 cuillères à soupe de farine,
- 3 oeufs
- 5 cuillères à soupe d'amandes en poudre
- 2 cuillères à soupe de Chartreuse jaune,
- 2 verres de lait

Dans une casserole mélanger sucre, farine, amandes et oeufs. Ajouter le lait petit à petit. Porter à ébullition en remuant et laisser cuire 2 min.

Ajouter la Chartreuse et laisser tiédir. Garnissez le moule à tarte avec la pâte feuilletée et remplissez-le avec la crème. Mettre au four 30 minutes.

Gâteau Moirannais individuel de Topo et Mimi

Ingrédients :

- 200 g de beurre ramolli
- 150 g de sucre en poudre
- 2 œufs
- 200 g de farine
- ½ sachet de levure chimique.

Battre le sucre et le beurre jusqu'à obtenir un mélange un peu blanc et mousseux. Ajouter les œufs un à un puis la farine tamisée avec la levure. Ajouter ensuite du chocolat amer en poudre et un petit de la Chartreuse verte (ou éventuellement de la vanille en poudre ou peu de rhum).
Les proportions permettent de remplir 20 barquettes papier n° 6 (6 cm x 2,8 cm). Ne remplir ces barquettes papier qu'à moitié.
Cuire au four (th. 6 soit 180°) pendant 15 à 20 minutes
Puis lorsque les gâteaux sont froids, découper les chapeaux et remplir le trou avec une crème

Crème :

100 g de beurre ramolli que l'on bat avec
175 g de sucre glace
Ajouter un peu de chartreuse ou de rhum

Battre l'ensemble et remplir les gâteaux (refroidis)
Saupoudrer au dessus de sucre glace
Mettre au frigo avant de servir.

Crêpes

Crêpes à la Chartreuse

Ingrédients pour 12 à 15 crêpes :

- 250 gr de farine
- 3 oeufs
- ½ litre de lait
- 1cuill à soupe d'huile
- 1 cuillère à soupe de chartreuse verte ou jaune
- 1 pincée de sel.

Mettre la farine dans une terrine, casser les oeufs par dessus et ajouter l'huile, le sel et un peu de lait. Remuer

Battre ensuite jusqu'à ce que la pâte fasse un ruban. Ajouter le lait petit à petit en continuant à remuer. Ajouter aussi la Chartreuse. Laisser reposer une heure environ.

Faire les crêpes à la poêle.

Vous pouvez faire flamber les crêpes : les rouler et les disposer les unes à côté des autres dans un plat en métal. Les arroser de Chartreuse et les faire flamber.

Crêpes green chaud

Fourrer la crêpe de chocolat fondu parfumé d'une cuillerée à café de Chartreuse verte.

Autres idées :

crêpes green chaud avec des noix et/ou des bananes (que l'on peut de surcroît faire flamber !)

Truffes à la Chartreuse-chocolat

Première version

Pour cette recette nous avons deux versions…à vous de choisir celle qui vous conviendra le mieux !

Ingrédients :

250 g de chocolat noir, 60 g de beurre
2 jaunes d'oeuf (bien frais), 50 g de sucre semoule
3 cuillères à soupe de cacao, 2 cuillères à soupe de Chartreuse verte
des caissettes de papier
Faire fondre au bain marie le chocolat avec la Chartreuse. Remuer et ajouter le beurre et continuer à remuer pour obtenir une pâte bien lisse.

Verser dans une coupe et ajouter les jaunes d'oeufs et le sucre. Remuer. Quand le mélange est froid, façonner les truffes, les rouler dans le cacao et le poser dans les caissettes de papier. Les mettre au froid.

Deuxième version

cette version est plus riche en matières grasses mais contient moins de chocolat.

Ingrédients :

100 g de chocolat, 2 jaunes d'oeufs
100 g de beurre (mou mais non fondu), ½ dl de crème fraîche
100 g de sucre glace, 50 g de cacao non sucré
(+30 g de cacao non sucré pour enrober)
1 cuillère à soupe de Chartreuse verte.

Faire fondre au bain-marie le chocolat avec la Chartreuse.

Ajouter hors du feu les jaunes d'oeufs et le beurre. Remuer vigoureusement et ajouter la crème, le sucre glace et le cacao. Laisser au réfrigérateur quelques heures. Façonner les truffes et les rouler dans le cacao.

Boissons à la Chartreuse

Trou normand à la Chartreuse

Verser une cuillerée à café de Chartreuse verte sur une boule de sorbet au citron.

Episcopal

1/3 de Chartreuse verte et 2/3 de Chartreuse jaune
Servir très frais sur des cubes de glace

Cardinal

2/3 de Chartreuse verte et 1/3 de Chartreuse jaune

Chartreuse créde

1/4 de rhum blanc, 2/4 de Chartreuse verte, 1/4 de jus de citron.
Servir sur des glaçons

Fièvre jaune

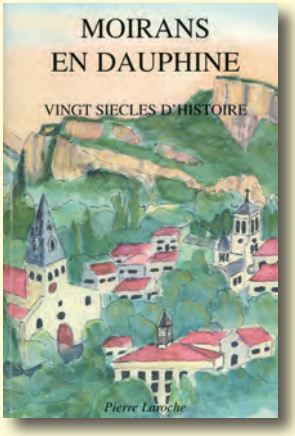
Préparer directement dans les verres sur des cubes de glace :
2/3 de Chartreuse jaune, 1/3 de jus de citron, eau pétillante

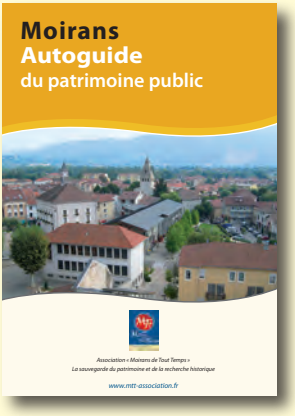
---

Green-chaud

Dans une tasse de chocolat chaud bien crémeux,
verser un trait de Chartreuse verte.

Également disponibles





Ouvrage achevé le 7 décembre 2011
Mise en page : Moirans de Tout Temps
Impression : imprimerie Ruzzin - Moirans

ISBN 978-2-7466-4059-7
EAN 9782746640597
Dépôt légal : le 25 octobre 2011

IMPRIM'VERT®

Recettes de notre patrimoine gourmand

Tome 2

Moirans, saveurs du passé
au fil des saisons.

Edité par Moirans de Tout Temps

Le mot du président de "Moirans de tout temps"

Après le succès de notre premier tome» recettes de notre patrimoine gourmand (cerises, noix, chartreuse)…» nous n'avons pas pu faire autrement que récidiver et nous espérons que ce deuxième tome sera autant apprécié que le premier.
Vous trouverez dans cet ouvrage des recettes classées selon les saisons, certaines peuvent cependant être réalisées toute l'année.
Elles sont essentiellement issues de notre terroir (Moirans et ses environs), de familles moirannaises qui nous les ont gentiment confiées. Nous les avons d'ailleurs recopiées telles quelles, sans chercher à en améliorer le style afin qu'elles gardent leur originalité : autrefois on ne mesurait pas «au gramme près» et la réussite d'un plat tenait plus à la qualité des ingrédients et au «savoir faire » de la cuisinière ou du cuisinier. Lorsqu'on vous dit «gros comme un œuf» …c'est assez parlant !
Les viticulteurs ou les agriculteurs allaient une fois l'an faire distiller les grappes de raisins ou les fruits à l'alambic qui embaumait les quartiers des Iles, de la Côte des Filles, des Eymins et de la Galifette. Cela se pratique d'ailleurs encore aujourd'hui (aux Eymins et au Coteau).
A partir de cette eau de vie on faisait de délicieuses liqueurs dont vous trouverez également quelques «traces» dans ce livre, que ce soit pour déguster telles quelles (toujours avec modération !) ou pour les utiliser dans des plats.

Imaginez-vous nos grand-mères moirannaises au lavoir, se transmettant quelques «tours de main» culinaires …les lavoirs ont malheureusement tous disparu à Moirans, il n'en reste qu'un, dans les Iles de Moirans.
Cet ouvrage nous permet également de rendre hommage à certains Moirannais qui nous ont marqué «gustativement».

Mais maintenant …à vous! Testez nos bonnes recettes et «ripaillez» bien, seul(e), en famille ou avec vos amis.

Bonne lecture et bon appétit …

Le Président, Gérard Liot

Recettes du patrimoine gourmand de Moirans...

et de ses environs

Tome 2 :

Saveurs du passé

au fil des saisons

2012

Sommaire

Le mot du président page 02
Sommaire page 04
Sommaire suite page 05

LISTE DES RECETTES DU PRINTEMPS

salades dauphinoises page 06
salade de fèves page 07
soupe aux orties de printemps page 07
Pommes de terre au céleri de la mémé Marfeto page 08
Gratin de navets page 08
Côte de bœuf aux trois sauces page 09
chou farci page 10
Flan aux œufs page 11
Liqueur d'angélique page 11
Liqueur du vieux garçon page 12
tomme aux raves page 12
tarte aux fraises page 13

LISTE DE RECETTES D'ÉTÉ

Cocktail du jardin au vin page 14
Délicieuses au fromage page 14
Apéritif de feuilles de pêcher page 15
Cake salé d'Odile page 15
Lapin à la crème page 16
Fromage blanc à la porette page 16
Gâteau de foies de volailles page 16
Blanquette de veau page 17
Aubergines à la persillade page 17
Poulet aux écrevisses page 18
Jambon glacé page 19
Gratin raviolé page 20
Omelette à l'oseille page 20
Quenelles de mémé Renée page 21
Quenelles au fromage blanc page 21
Raisin muscat à l'eau de vie page 22
Charlotte légère à la poire page 22
Tuiles aux amandes page 23
Reines claudes à l'eau de vie page 23
Charlotte aux marrons page 24
Gâteau à l'ananas page 25

Sommaire suite

LISTE DES RECETTES D'AUTOMNE

Le communard page 26
La pétafine page 27
Topinambours en salade page28
Soupe de topinambours page 28
La quiche «vite fait» sans pâte page 29
Soupe de châtaignes page 29
Soupe de châtaignes et courge de Christine page 29
Blanquette d'épaule de veau page 30
La potée moirannaise page 31
Tarte à la courge page 32
La tarte à la noix de coco page 32
Pâte de coings page 32
La grole page 33
Le Moirannais page 34
Le Moirannais suite page 35

LISTE DE RECETTES D'HIVER

Cake au foie gras et magret fumé page 36
La gratinée de mimi page 37
Autre recette de la gratinée page 37
Le pâté de lapin page 38
La tête de veau sauce gribiche page 38
La fondue au fromage page 39
Chapon rôti de Noël page 40
Les cardons à la moelle page 41
Escargots à l'aïoli page 42
Escargots au beurre d'escargots page 43
Diverses versions de gratins dauphinois page 44 et 45
Confiture de potiron page 46
Gâteau de semoule page 46

Remerciements page 47

Recettes de Printemps

« Chaque chose a son temps, en hiver comme au printemps » (dicton français)

La salade dauphinoise (recette n°1)

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 2 verres de jus de pomme
- 3 verres d'eau,
- 150 g de riz
- 30 noix
- une branche de céleri
- une pomme (Granny Smith, ces pommes bien vertes mais mûres !)
- vinaigrette
- un jus de citron
- Sel

Porter à ébullition le jus de pomme, l'eau et une pincée de sel.
Verser 150 g de riz et laisser cuire à feu doux jusqu'à absorption du liquide.
Laisser refroidir.
Incorporez à ce riz la branche de céleri et la pomme coupées en petits morceaux ainsi que les noix, la vinaigrette et le jus de citron.
Décorer avec des tranches de pomme et des cerneaux de noix.

La salade dauphinoise (recette n°2)

Elle est toute simple : il s'agit d'une salade de pissenlits cueillis dans les champs des Iles de Moirans agrémentée de lardons et de croûtons.

Salade de fèves

Voici une recette délicieuse mais qui demande un peu de temps de préparation

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- un kilo de fèves fraîches écossées
- un fromage de chèvre de 100 g
- 2 œufs durs
- un oignon

Faire cuire les fèves 1 à 2 minutes dans deux litres d'eau bouillante (surveiller, cela cuit assez vite, si c'est trop cuit, on obtient vite de la purée !)
Les passer ensuite sous l'eau froide pour arrêter la cuisson et ôter la deuxième peau. (Prendre un petit couteau pointu et fendre la peau, appuyer pour faire sortir la fève).
Ajouter le fromage de chèvre coupé en morceaux ainsi que l'oignon.

On peut aussi ajouter des lardons ou du chorizo pour les amateurs !

La soupe aux orties de printemps

Faire revenir, l'équivalent d'une c à soupe de beurre, un ou deux poireaux, et deux bonnes poignées d'orties jeunes (cueillies au printemps) ; ajouter de l'eau (1 à deux litres) éventuellement une ou deux pommes de terre pour épaissir. Saler, poivrer et cuire une heure environ. Mixer (ou mouliner pour les plus patients !) ajouter 2 cuillères à soupe de crème fraîche.

Les pommes de terre au céleri de mémé Marfeto

Ingrédients (pour 10 personnes) :

- 2 kilos de pomme de terre
- un gros oignon
- un bon morceau de petit salé (de 300 g environ)
- 3 ou 4 branches de céleri
- une cuillère à soupe de farine
- sel, poivre

Faire revenir dans de l'huile un gros oignon coupé en morceaux avec le petit salé et mettre les pommes de terres coupées en «taillons» c'est à dire en gros morceaux. Faire cuire quelques instants et avant que cela ne prenne couleur, saupoudrer d'une cuiller à soupe de farine. Laisser cuire à feu moyen 3 à 5 minutes puis couvrir d'eau au ras des pommes de terre, ajouter du sel et du poivre ainsi que le céleri coupé en petits morceaux.
Laisser cuire à feu doux pendant une bonne demi-heure, en surveillant que cela n'accroche pas.

Gratin de navets

Ingrédients (pour 4 personnes) :

1 kg de navets
1 verre de lait (environ 20 cl)
30 gr de farine
30 gr de beurre

Eplucher les navets, puis les blanchir à l'eau bouillante salée. Les passer ensuite au moulin à légumes, et les mélanger à une béchamel. Mettre à gratiner au four.
Servir chaud en accompagnement d'une viande ou d'un poisson.

Côte de bœuf aux trois sauces

Ingrédients (pour 6 personnes) :
1 côte de bœuf de 1,4 kg, 1 c à soupe d'huile de tournesol,
1 c à soupe d'herbes de Provence, Sel et poivre,

Sauce barbecue :
2 gousses d'ail, 1 petit oignon rouge,
1 c à soupe d'huile, 2 c à soupe de vinaigre
10 cl ketchup, ½ c à soupe de moutarde.

Sauce tartare :
1 cébette,
1 c à soupe de cerfeuil finement ciselé
1 c à soupe d'estragon finement ciselé,
25 cl de mayonnaise, 2 cornichons, 2 c à soupe de câpres,

Sauce au roquefort :
125 g de roquefort,10 cl de crème fraîche,
1 c à café de sauce Worcestershire (rayon condiments chez les commerçants)

Préparation 15 minutes,
Cuisson 30 minutes,
Repos 10 minutes

Sortir la viande du réfrigérateur 1 h avant. Huiler-la au pinceau, puis parsemer-la d'herbes de Provence en appuyant bien pour les faire adhérer.
Faites cuire la côte 10 minutes, la retourner de nouveau, saler, poivrer et la laisser cuire encore 3 à 5 minutes par face selon la cuisson désirée. Pendant ce temps, préparer les sauces.
Sauce barbecue : éplucher et émincer finement l'ail et l'oignon. Dans une poêle, les faire fondre dans l'huile en remuant, sans les laisser colorer. Ajouter le vinaigre, le ketchup, la moutarde, du sel, et du poivre. Remuer jusqu'à frémissement, ôter du feu et laisser refroidir.
Sauce tartare : laver et émincer la cébette. Hacher les cornichons et les câpres les mélanger avec la mayonnaise, le cerfeuil et l'estragon. Réserver au frais.
Sauce au roquefort : dans une jatte, écraser le roquefort à la fourchette. Y Incorporer la crème, la sauce Worcestershire, du poivre et du sel. Réserver au frais.
Après la cuisson, couvrir la viande de deux couches de papier aluminium et la laisser reposer 10 minutes avant de la servir accompagnée des sauces.

Chou farci

Ingrédients :

1 gros chou
½ verre de vin blanc
1 oignon piqué de clous de girofle
1 bouquet garni
50 gr de lard
30 gr de beurre
200 gr de restes de viande

Préparation : Laver le chou après avoir détaché les feuilles. Blanchir celles-ci à l'eau bouillante salée.
Hacher la viande et le lard et faire revenir le tout dans le beurre en ajoutant une cuillère de farine et en mouillant avec le vin blanc.
Dans un plat à four, poser un petit tas de farce au centre et le recouvrir de chou. Recommencer puis mettre au four en arrosant de bouillon de viande.

Flan aux œufs

Recette très facile, faite en «un tour de main» et délicieuse.

Ingrédients :

6 œufs
150 g de sucre (à 200 g)
Un litre de lait (bouillant)
Eventuellement, 1 cuillère à soupe de Maïzena (fleur de maïs)

Battre 6 œufs avec 150 à 200 g de sucre ; y ajouter un litre de lait bouillant. Verser dans des ramequins, faire cuire au bain-marie thermostat 7, environ 40 minutes.

(si on le désire, faire un petit caramel avec 200 g de sucre et très peu d'eau en tapisser le fond du ramequin avant de verser la préparation)

Liqueur d'angélique

Ingrédients :

200 gr de côtes d'angélique épluchées et coupées en morceaux
900 g de sucre
1 verre d'eau
2 litres d'eau de vie ou de cognac.

Faire macérer tous les ingrédients et laisser infuser deux mois. Remuer de temps en temps ; filtrer et mettre en bouteille.

Liqueur du vieux garçon

Préparation : au fil des saisons. Macération : au moins 3 mois
Prévoir du rhum et du sucre de canne liquide (qui se mélange instantanément et évite de remuer les fruits)
Prendre un grand bocal, le remplir de fruits au fur et à mesure de leur apparition en alternant les fruits et le sucre et en recouvrant de rhum.
Même poids de sucre que de fruits.
Boucher en attendant les fruits suivants ;
Les cerises lavées, séchées, équeutées. Les pêches pelées et coupées en 4.
Les abricots lavés, dénoyautés et coupés en deux.
Les groseilles lavées, séchées, égrappées.
Les mirabelles et les reines-claudes lavées, séchées, dénoyautées et équeutées, coupées en 4.
Les poires épluchées, épépinées et coupées en 4.
Les raisins (Moissac ou muscat) lavés, séchés et égrappés.
Conserver au frais, à l'abri de la lumière pendant 3 mois au minimum SANS remuer.
(À consommer avec modération. L'abus d'alcool étant nuisible à la santé)

Tomme aux raves

Voici une spécialité que certains Moirannais faisaient bien autrefois, mais cette tradition se perd. Il est vrai que, même si c'est très bon, il faut avoir le cœur bien accroché !

Ingrédients : Navets violets
Tomme de Saint Marcellin (ni sèche ni trop faite)

Eplucher les navets et les couper en tranches (1/5 cm d'épaisseur environ). Tapisser le fond d'un pot en grès avec ces navets (ne pas laisser d'air) puis intercaler une couche de tomme, une couche de navets, une couche de tomme et ainsi de suite. On laisse au frais pendant 3 semaines ou un mois et quand la première couche de navets part un peu en «compote» c'est prêt ! On enlève les navets et on mange la tomme qui est très douce. Aux Eymins, ils faisaient la «tomme au Gène»: on mettait dans une feuille de vigne de la tomme égouttée ; quand la feuille était marron, on ouvrait et on mangeait la tomme ; certains l'arrosaient de vin ou de «gnôle».

La tarte aux fraises

Recette de la pâte :

250 g de farine
125g de beurre à température ambiante
Un peu de sel et un peu de lait (environ un verre)

On coupe le beurre en petits morceaux dans la farine additionnée d'une pincée de sel. On «frotte» dans les mains jusqu'à obtenir un mélange un peu «sableux», ne pas travailler ce mélange trop longtemps (même si il y a encore quelques morceaux de beurre non mélangés à la pâte, ce n'est pas grave).
Verser environ un demi verre de lait pour lier tout cela : au début on a l'impression de ne pas y arriver, rajouter du lait petit à petit la pâte va se «former». (S'il fait très chaud, la pâte est plus difficile à réussir, elle colle).

Recette de la crème pâtissière

Ingrédients : 150 g de sucre, 2 œufs
75g de farine, ½ litre de lait bouillant

Travailler le sucre, les œufs et la farine verser le lait bouillant dessus.
Faire chauffer ce mélange pour que la crème épaississe en remuant sans arrêt pour éviter qu'elle n'adhère au fond.
Faire cuire à blanc le fond de tarte, le garnir ensuite de crème pâtissière recouvrir celle-ci de fraises (ou de framboises).
Saupoudrer d'un peu de sucre glace.

Recettes d'Été

«Juillet sans orages, famine au village»

Cocktail du jardin au vin

Préparation : 20 mn Réfrigération 2 heures

Ingrédients : 100 g de framboises /10 g de fraises des bois / 100 g de cassis / 30 g des sucre glace / 1 cuillerée à soupe de jus de citron : 10 cl de crème de cassis /1 à 2 bouteilles de vin blanc pétillant dit «birouteuse», (à placer au réfrigérateur).

Trier les fruits, les rouler dans un linge humide, les équeuter.
Les mixer en coulis avec le sucre glace et le jus de citron. Passer au chinois
Verser ce coulis dans un grand pichet. Ajouter la crème de cassis et bien délayer.
Mettre au frais pendant 2 heures.
Pour servir, ajouter dans le pichet 1 bouteille de « biroteuse » bien frappée.
Verser dans les flûtes en allongeant encore selon le goût avec le vin blanc.
(À consommer avec modération. L'abus d'alcool étant nuisible à la santé)

Délicieuses au fromage

Ingrédients : 2 blancs d'œufs, 100 gr de gruyère râpé
30 gr de farine, 1 cuillère de persil haché, Un peu de chapelure

Préparation : Battre les blancs d'œufs en neige ferme et y incorporer le gruyère, la farine et le persil haché.

Former avec cette pâte des boulettes. Rouler très rapidement dans de la chapelure, puis faire frire à la poêle avec un peu de matière grasse.

Servir très chaud avec une décoration de persil.

Apéritif de feuilles de pêcher

120 feuilles de pêcher / 1 bouteille de Rosé de Provence / 25 morceaux de sucre / 1 verre d'eau de vie
Cueillir les feuilles de pêcher entre les deux « bonnes dames » : (15 août assomption, fête de Marie et 8 septembre nativité de la Vierge.), les laver et les sécher dans un linge. Les mettre dans un bocal à fermeture hermétique avec le vin et le sucre pendant 5 jours.
Filtrer le vin, ajouter l'eau de vie et verser dans des bouteilles.
Attendre une semaine avant de consommer cette liqueur.
Elle se conserve facilement.
Variante : 100 feuilles de pêcher / 1 litre de bon vin rouge ou blanc / 33 morceaux de sucre ou 250 g de sucre cristallisé / 1 verre d'eau de vie / 1 paquet de sucre vanillé ou une gousse de vanille
Laisser macérer le tout dans un bocal bien fermé pendant 3 semaines. Filtrer ensuite et mettre en bouteilles.

(À consommer avec modération. L'abus d'alcool étant nuisible à la santé)

Cake salé d'été d'Odile

Préparation : 10 mn

Ingrédients :

(Pour un cake d'une dizaine de tranches)
250 g de farine, 1 paquet de levure chimique
1c à café de sel, 1.5 dl de vin blanc sec
1.5 dl d'huile , 4 œufs
100g de gruyère râpé
150 à 200 g de jambon haché gros
100 g d'olives vertes et noires dénoyautées et coupées en 2.

Travailler ensemble le vin, l'huile les œufs. Ajouter le gruyère, la farine, la levure, le jambon et les olives.
Faire cuire dans un moule à cake beurré et fariné pendant 45 minutes environ thermostat 5 (190°)
Démouler chaud.

Lapin à la crème

Ingrédients :

1 lapin découpé
Moutarde
Crème fraîche
Sel et poivre du moulin.

Préparation : Moutarder les morceaux de lapin, les faire revenir très doucement dans un peu de beurre. Au besoin, ajouter un peu d'eau et poursuivre la cuisson à feu doux. Il faut que les morceaux soient très tendres.
¼ d'heure avant de servir, ajouter la crème et garder au chaud « sur le coin du fourneau ».

Gâteau de foie de lapin

Ingrédients : Pour la béchamel :
30 gr de beurre, 50 gr de farine
½ l de lait, Sel, 1 gousse d'ail
1 foie de lapin, 2 œufs entiers
Persil, Sel et poivre du moulin

Préparation : Faire une béchamel épaisse.
Y ajouter les 2 jaunes battus en omelette, le foie de lapin, le persil hachés, l'ail et les deux blancs d'œufs montés en neige.
Assaisonner puis faire cuire au bain-marie à four chaud 25 à 30 minutes.
On peut le servir avec un coulis de tomates.

Fromage blanc à la « porette » (ciboulette)

Mélanger une douzaine de tommes fraîches et 4 jaunes d'œufs bien frais.
Ajouter la ciboulette coupée bien fine, du sel, du poivre et un filet d'huile d'olive. Bien remuer. A déguster sur du pain campagnard.

Blanquette de veau

Ingrédients : (Pour 6 personnes)

1,5 kg de veau coupé en morceaux
½ l de vin blanc
½ l d'eau
2 cuillères à soupe de farine
2 oignons
Sel, poivre, beurre et huile

Préparation : Faire revenir les oignons émincés dans le mélange huile-beurre (ne pas les faire brunir), y ajouter la viande salée et poivrée.
Laisser mijoter ¼ h environ en remuant.
Dans un bol diluer la farine avec un peu d'eau, la verser sur la viande
Rajouter le mélange eau et vin blanc, remuer de temps en temps. Laisser cuire à feu doux 1 h à 1h ¼. On peut y ajouter de la crème pour adoucir la sauce.

Aubergines à la persillade

Ingrédients : 4 grosses aubergines coupées en lamelles salées et égoutées sur du papier absorbant

4 cuillères à soupe d'huile, 2 cuillères à soupe de farine
2 gousses d'ail, 2 branches de persil, sel, poivre.

Fariner légèrement une partie des aubergines ; allumer le four.
Faire revenir les aubergines dans la poêle sans qu'elles se chevauchent (2mn de chaque côté). Retirer du feu, saler, poivrer. Eteindre le four et y mettre les aubergines pour les tenir au chaud. Passer à la poêle le persil, l'ail et en recouvrir la préparation.

Poulet aux écrevisses

Voici une recette extraite des archives de monsieur Jean Choudin qui fut directeur du façonnage (fabrication des enveloppes,papiers dessin…) aux papeteries Barjon de Moirans.
Il avait fait cadeau de cette recette à monsieur Marcel Hebert, illustre Moirannais, qui lui-même la donna au chef Bouvarel. Ce dernier servit ce poulet aux écrevisses au stade de glace à l'occasion des premiers six jours de Grenoble et c'est ainsi, grâce à deux Moirannais, que cette recette fut connue en Isère.

Un grand merci à Denise, la fille de M. Hebert, qui nous la remise.

Ingrédients :

1 poulet, 1 verre de vin blanc, 2 blancs de poireaux, 4 carottes,
12 Écrevisses, Cognac, 1 verre de bouillon de poule, concentré de tomates
Sel de Cayenne, crème fraîche, beurre

Préparation : Faire revenir au beurre un poulet en morceaux. Déglacer au vin blanc avant complète cuisson et mettre à feu doux.
Dans une mirepoix (carottes et blanc de poireaux hachés fin) faire sauter au beurre les écrevisses vivantes, lorsqu'elles sont bien rouges les flamber au cognac. Mouiller avec un verre de vin blanc et un verre de bouillon de poule, ajouter une cuillère à soupe de concentré de tomates, sel et Cayenne, laisser mijoter 10 minutes.
Retirer les écrevisses, passer le jus de cuisson à la passoire fine, lier avec 2 ou 3 cuillères de crème fraîche.
Disposer le poulet et les écrevisses dans cette sauce. Laisser mijoter. Vérifier l'assaisonnement. Servir très chaud.

Jambon glacé

L'été est la saison de repas entre amis et des grandes tablées.

Cette recette du «jambon glacé» est idéale lorsqu'on est nombreux et qu'on ne veut pas faire de grillades mais un plat un peu plus «élaboré (cependant facile à réaliser). Le plus difficile étant de trouver une grosse marmite !

Ingrédients : (pour 10 personnes)

Un jambon (d'York si possible) frais, salé par le charcutier
Un bouquet garni
Un oignon piqué de 2 clous de girofle
4 baies de genièvre
Une trentaine de clous de girofle
2 c à soupe de sucre glace
4 à 5 c à soupe de moutarde forte.

Préparation : Faire dessaler le jambon frais en le laissant tremper (une dizaine d'heures) dans un récipient assez grand pour que le jambon soit complètement recouvert par l'eau que l'on renouvelle plusieurs fois.
Poser ensuite le jambon dans une grande marmite, le recouvrir d'eau froide, ajouter le bouquet garni, l'oignon piqué de girofle et les baies de genièvre, Porter à ébullition puis faire chauffer à feu doux pour maintenir le liquide en simple frémissement(80°) jusqu'à la fin (contrairement à ce qu'on pourrait croire, une forte ébullition n'avancerait pas la cuisson : les chairs seraient saisies et l'intérieur ne serait pas cuit). Si au cours de la cuisson de l'eau s'évapore, en remettre mais bouillante. Faire cuire une heure par livre. Laisser ensuite reposer le jambon dans l'eau de cuisson pendant 20 minutes.
Egoutter-le, le disposer le sur la planche de travail, ôter la couenne et l'excès de gras.

Ciseler la surface du jambon en forme de petits losanges à l'aide de la pointe d'un petit couteau piquer un clou de girofle aux angles de chaque losange.
Poser le jambon sur une grande plaque, la partie grasse tournée vers le haut, saupoudrer-le avec le sucre glace battu avec la moutarde, passer le à four très chaud (environ 15 minutes) le temps qu'il se recouvre d'une petite croûte bien dorée. Servir chaud avec une sauce madère si on le désire.

Le Gratin «ravioli»

Ingrédients : (pour 4 personnes)

4 gousses d'ail
500 g de pâtes
Persil
250 g de fromage blanc (lisse) égoutté
1/2 ou 1 fromage de chèvre sec (râpé) selon les goûts
Un gros morceau de gruyère (râpé)
1 œuf, sel, poivre.

Faire cuire les pâtes, les égoutter et les mettre ensuite dans un plat à gratin. frotté à l'ail.
Faire dorer dans une poêle l'ail et le persil haché dans un peu d'huile ou de jus de viande.
Mélanger dans un saladier le fromage blanc, le gruyère, le fromage de chèvre, l'ail, le persil, l'œuf, le sel et poivre.
Verser ce mélange sur les pâtes dans le plat à gratin, bien mélanger. Saupoudrer de gruyère, mettre au four moyen pendant 30 minutes, pour le faire gratiner.

Omelette à l'oseille

Préparation et cuisson :
35 minutes
Pour 4 personnes
8 œufs
250 grammes d'oseille
Sel, poivre, 5 cl de crème fraîche (facultatif)
100 gr de beurre.

Couper finement l'oseille, la faire cuire doucement avec 50 gr de beurre (10 à 15 minutes)
Battre les œufs, assaisonner, ajouter l'oseille cuite et éventuellement la crème fraiche.
Cuire l'omelette à la poêle avec le reste du beurre, la rouler.
Il est parfois préférable de faire plusieurs petites omelettes qu'une grosse.

Les quenelles de mémé Renée

Mémé Renée était un excellent « Cordon bleu » de Saint-Jean-de-Moirans qui cuisinait pour ses vendangeurs de délicieuses recettes.

Ingrédients :

150 gr de farine
3 dl d'eau
30 gr de beurre
1 œuf
Sel et poivre du moulin

Préparation :Faire bouillir l'eau avec le beurre, le sel et le poivre. Jeter la farine dans le liquide bouillant et remuer jusqu'à ce que le mélange se détache des parois de la casserole. Retirer du feu et laisser reposer.

Ajouter ensuite le jaune d'œuf, ainsi que le blanc battu en neige.

Rouler les quenelles dans la farine puis les pocher à l'eau frémissante salée. Les passer à l'eau froide pour arrêter la cuisson.

Mettre les quenelles dans un plat avec l'assaisonnement choisi – béchamel sauce tomate, etc. Les passer au four le temps qu'elles se réchauffent et que le dessus gratine légèrement.

Servir chaud avec une salade verte par exemple.

Quenelles au fromage blanc

Ingrédients :

200 gr de fromage blanc
125 gr de farine
1 œuf, Sel et poivre du moulin

Préparation :Mélanger l'œuf entier, le fromage, la farine, le sel et le poivre. Diviser la pâte ainsi obtenue en plusieurs petits tas, puis façonner chaque petit tas en quenelle.
Mettre les quenelles dans une casserole d'eau bouillante très salée. Les laisser frissonner 10 à 12 minutes avant de les égoutter.
Ranger dans un plat chaud et arroser avec une sauce bien relevée de votre choix. Servir chaud avec une salade verte par exemple.

Raisin muscat à l'eau de vie

Ingrédients :

2 kg de muscat blanc
300 g de sucre cristallisé
eau de vie

Laver et égrener le raisin. Ranger les plus beaux grains dans un bocal. Presser les autres, les mettre cuire à feu doux avec le sucre et l'eau jusqu'à la nappe. Les recouvrir du sirop et d'eau de vie.
Boucher et laisser macérer deux mois.
(À consommer avec modération. L'abus d'alcool étant nuisible à la santé)

Charlotte légère à la poire

Ingrédients :

Pour un moule à charlotte de 20 cm de diamètre
30 boudoirs
300 gr de fromage blanc lisse
3 ou 4 poires au sirop coupées en petits morceaux
50 gr de sucre 'ou 2 cuillerées à soupe de confiture de votre choix.

Tapisser le fond et le pourtour du moule avec les boudoirs que vous rangerez soigneusement après les avoir trempés préalablement dans le sirop des poires …Tapisser soigneseument le fond et le pourtour du moule avec des boudoirs trempés préalablement dans le sirop des poires.
Mélanger les poires, le fromage blanc et le sucre
Verser ce mélange dans le moule à charlotte, bien tasser et recouvrir d'une couche de boudoirs.
(Poser une petite assiette avec un poids dessus).
Metter au frais au moins deux heures.

Les tuiles aux amandes de Nadine

Elles sont parfaites pour accompagner les salades de fruits d'été.

Ingrédients : (pour 6 personnes)
2 blancs d'œuf, 100 g de sucre en poudre, 30 g de farine
25 g de beurre, 30 g d'amandes effilées, 1 pincée de sel

Préparation :Prévoir un ou plusieurs rouleaux à pâtisserie (ou des bouteilles dont l'extérieur est lisse et propre)
Allumer le four thermostat 5
Mélanger avec une cuillère en bois les blancs d'œuf, le sucre, le beurre juste fondu et les amandes effilées en essayant de ne pas les briser. Ne pas remuer trop longtemps, ne pas faire mousser sinon la pâte va monter à la cuisson et vous aurez des biscuits au lieu d'avoir des tuiles.
Beurrer généreusement la plaque à pâtisserie (ou utiliser un papier siliconé).
Disposer en quinconce des demi-cuillerées à café de pâte.
Enfourner ; laisser cuire 8 à 10 minutes suffisamment ou même moins, cela dépend des fours : surveiller !)
Dès qu'elles commencent à dorer tout autour, les décoller rapidement avec une spatule et les déposer encore molles sur un rouleau à pâtisserie (ou/et une bouteille) Elles vont vite durcir.
Les Laisser refroidir sur une grille.

Reines-claudes à l'eau de vie

Ingrédients :
1 kg de prunes, 500 g de sucre cristallisé : 1 l d'eau, 1 l'eau de vie

Laver les reines-claudes et retirer les queues, les piquer en plusieurs endroits.
Les ranger dans un bocal recouvrir d'alcool.
Boucher et laisser macérer un mois.
Au bout de ce temps, faire cuire à feu doux l'eau et le sucre jusqu'à la nappe.
Verser dans le bocal.
Attendre encore un mois en remuant de temps à autre.

Charlotte aux marrons

Ingrédients :

30 biscuits à la cuiller
400 g de crème de marron
125 g de brisure de marrons glacés
6 à 8 beaux marrons glacés
4 dl de crème fluide
100 g de sucre en poudre
1 dl d'eau
3 feuilles de gélatine (6 g)
20 g de beurre
1.5 dl de cognac

Amener à ébullition en remuant souvent le sucre + 1 dl d'eau. Faire bouillir 1min 30, laisser refroidir et mélanger avec la moitié du cognac.
Tapisser soigneusement le moule avec les biscuits trempés rapidement un à un dans le sirop.
Mélanger la crème de marron avec le reste de cognac, faire fondre la gélatine à peine égouttée sur feu très doux puis l'incorporer en remuant ; fouetter la crème chantilly et l'ajouter au mélange. Verser la moitié de cette préparation dans le moule, la recouvrir avec la moitié des brisures de marrons, ajouter le reste du mélange chantilly+crème de marrons.
Recouvrir de biscuits légèrement imbibés et procéder comme pour la charlotte aux poires.

Gâteau à l'ananas

Ingrédients :

1boite de 1kg d'ananas, conserver le jus,*
4 œufs
100 g de sucre en poudre
100 g de beurre fondu
100 g de farine
1 sachet de levure
Caramel liquide

Préparation :Bien mélanger dans un saladier les œufs, le sucre, le beurre, la farine, la levure.
Napper le fond de caramel liquide et les côtés d'un moule à manqué (c'est-à-dire un moule à bord haut).
Disposer les tranches d'ananas égouttées sur le caramel.
Verser la pâte sur les fruits. Faire cuire au four 30 à 40 minutes Thermostat 6/7
Démouler le gâteau tant qu'il est encore chaud. (Après il sera trop tard !!!), puis le retourner, comme la tarte tatin.
L'arroser du sirop de la boîte.
Servir frais.
Délicieux avec des mirabelles (40) ou des pêches au sirop.
* On peut aussi réaliser ce gâteau avec des pêches au sirop ou des mirabelles (une quarantaine)… mais c'est meilleur avec l'ananas.

Recettes d'automne

«Octobre le vaillant fatigue le paysan»

Le communard

Crème de cassis, de mûre ou de framboise, une bouteille de vin rouge de pays assez léger. Servir comme un kir.

Dans les années cinquante, ceux qui travaillaient à la commue de Moirans étaient surnommés les «communards» ; il y a encore une «rue des communards» à Moirans. Il existe aussi la «commune des Iles».

Cette boisson se faisait avec un vin léger, un vin «rafraîchi» comme disaient les anciens, c'est à dire un vin qui n'était pas resté dans les tonneaux trop longtemps ; (le vin rouge après les vendanges !).

On ne rinçait pas le verre (...et on ne le lavait jamais non plus !) ; il restait au pied du robinet et gardait bien le goût du vin! Ceux qui n'osaient plus boire dedans cassaient le verre ! Ils étaient bien résistants aux microbes, nos anciens !

La pétafine

Témoignage : *Quand j'étais petit et que c'était le jour de la «pétafine»…je râpais tout l'après-midi de vieux morceaux de fromage(juste après la guerre, on ne jetait rien !); ensuite, on pétrissait tout ça à la main, avec du fromage blanc, du sel et du poivre et «vogue la galère»…on mettait le tout dans des moules et on conservait au frais.*
Autrefois, les conditions de vie étant très rudes, nos «anciens» avaient trouvé cette astuce pour recycler les vieux morceaux de fromage, même très vieux et très secs!
La recette de la pétafine (p'tafine ou «potafine» ou encore «patafine» selon les endroits) n'est pas bien compliquée à réaliser, chacun y ajoutait d'ailleurs sa petite touche personnelle, comme vous allez le voir dans la recette qui suit.

La recette : Mélanger des fromages de chèvre, de vache et tous vos vieux fromages forts en les râpant ou en les ramollissant dans du lait chaud ou du vin. On ajoute à cela une ou plusieurs tommes fraîches.
Ajouter quelques cuillerées d'huile d'olive, un trait d'eau de vie (ou même de pastis !), du sel et du poivre à votre convenance. Consommer tout de suite ou laisser vieillir quelques jours. Etaler sur des tartines grillées en fin de repas ou à l'apéritif

La pétafine peut être réalisée plus ou moins liquide, là aussi, c'est une affaire de goût.
Pour ceux qui aiment néanmoins avoir des proportions, voici une recette plus précise et version «luxe» !

- 300 gr de fromage sec râpé (mais à vous de voir !)
- 300g de fromage de vache
- 200 g de fromage de chèvre
- 100 g de crème fraîche
- 1 petit verre d'eau de vie
- sel, poivre

Garder 3 jours au frais avant de consommer. (Voilà de quoi faire des canapés originaux pour l'apéritif !)

Topinambours en salade

Certains de nos anciens ne veulent plus entendre parler de ce légume au goût d'artichaut car il leur rappelle trop « la guerre » pourtant les topinambours ont actuellement bonne presse.
Eplucher les topinambours et les faire cuire dans de l'eau bouillante salée.
Les couper en lamelles, les servir avec une vinaigrette bien relevée (ail, persil).

Soupe de topinambours

Ingrédients : (pour 4 personnes)
800 g de topinambours, 400 g de châtaignes fraîches
4 gousses d'ail, 10 cl de bouillon de volaille
50 cl de lait entier (ou une demi briquette de crème fraîche)
4 c à soupe d'huile d'olive, 3 jaunes d'œufs, Sel, poivre

Préparation : Passer les châtaignes au four (th 7) pendant 10 minutes pour pouvoir leur ôter l'écorce et la peau.
Peler et couper les topinambours ainsi que l'ail en lamelles. Faire revenir le tout 20 minutes dans 2 c à soupe d'huile d'olive. Ajouter les châtaignes, le bouillon et le lait. Saler poivrer et laisser cuire 20 à 25 minutes.
Garder 4 belles châtaignes pour la décoration et 2 c à soupe de bouillon.
Passer la soupe au moulin à légumes (…ou au mixer pour les plus pressé(e)s)
Battre les jaunes d'œufs avec le bouillon réservé et verser dans la soupe. Remuer pour faire épaissir sans laisser bouillir
Servir avec les châtaignes réservées en décoration ; saler, poivrer et arroser de 2 c à soupe d'huile d'olive.

La quiche «vite fait» sans pâte

Mélanger
½ litre de lait , 3 œufs
100 g de farine, 100 g de lardons, 100g de fromage râpé.
Verser le mélange dans un plat beurré (ou garni d'une feuille de papier cuisson)
Faire cuire au four thermostat 6 pendant une demi heure.

Soupe de châtaignes

Il y avait de nombreux châtaigniers autrefois à Moirans, et même une «rue des châtaigniers à l'Erigny

Ingrédients :

500 g de châtaignes1 branche de céleri
2 clous de girofle, Noix de muscade
Un «œuf» de beurre, 5 tranches de pain rassis
2 litres de bouillon, Sel poivre
Inciser la peau des châtaignes avec un couteau pointu les faire bouillir 5 minutes dans une casserole contenant de l'eau salée. Les égoutter, les peler, les déposer dans une grande casserole.
Emincer le céleri, émietter 3 tranches de pain, les verser dans la casserole des châtaignes ainsi que les clous de girofle préalablement écrasés. Assaisonner (sel, poivre, noix de muscade). Verser le bouillon et porter à ébullition. Laisser mijoter une trentaine de minutes. Passer le contenu de la casserole au moulin à légumes, verser le tout à nouveau dans la casserole. Ajouter la moitié du beurre et laisser mijoter une dizaine de minutes. Parsemer de croûtons avant de servir

---

Soupe de châtaignes et courge de Christine

Faire revenir 2 tranches de courge dans 20 g de beurre environ ; ajouter 400 g de châtaignes cuites au feu de bois ou à la poêle trouée (on en trouve de toutes prêtes dans le commerce;) rajouter de l'eau, ne pas couvrir complètement faire cuire 15 minutes à la cocotte, mixer, saler poivrer et terminer avec une cuillère de crème fraîche épaisse

Blanquette d'épaule de veau

Ingrédients : (pour 4 personnes)
1 kg d'épaule de veau coupée en cubes
Un oignon, 2 carottes, Persil,
2 clous de girofle, 1 jaune d'œuf pour la liaison
40 g de beurre, Un bouquet garni, 20 cl de crème liquide

Préparation : Faire revenir légèrement la viande dans une cocotte avec 40g de beurre, l'oignon et les carottes. Saupoudrer avec 2 c. à soupe de farine. Laisser roussir un peu. Ajouter deux bols d'eau froide, un bouquet garni, sel poivre. Laisser cuire à feu doux une heure ¼ (25 mn à l'autocuiseur).
Quand la viande est cuite, la retirer avec une écumoire, la tenir au chaud dans le plat de service. Laisser la cocotte à découvert et faire réduire la sauce ; retirer le bouquet garni.
La liaison : dans une terrine, délayer un jaune d'œuf avec de la crème puis, hors du feu, incorporer la sauce; faire épaissir à feu doux en remuant avec une cuillère en bois; verser sur la viande dans le plat de service, saupoudrer de persil haché.
Rajouter des champignons de Paris préalablement revenus à la casserole, à feu vif avec un peu de beurre et une pincée de sel.de citron 10 minutes avant la fin de la cuisson

La potée moirannaise

Ingrédients : (pour 6 personnes)
1 kg de poitrine de porc de préférence maigre,
1 jarret de porc, 6 saucisses fumées ou non fumées,
1 chou vert, 300 gr de lard fumé,
400 gr de pommes de terre, 400 gr de carottes,
200 gr de navets, 2 oignons, 2 poireaux, 2 clous de girofle,
1 bouquet garni (persil, thym, une branche du cœur de céleri, laurier et ail)
Sel et poivre.

Préparation : Faire blanchir le chou dans de l'eau bouillante salée 5 minutes. Eplucher les légumes, piquer les saucisses.
Mettre la poitrine de porc, le jarret, le lard et le chou dans une cocotte.
Ajouter le bouquet garni, les oignons piqués de clous de girofles.
Couvrir d'eau et laisser cuire à feu doux 1 h.
Ajouter les pommes de terre, navets, carottes faire encore cuire à feu doux 1 heure 30 minutes, avant la fin de cuisson ajouter les saucisses.
Disposer la potée sur un plat de service, arroser d'un peu de bouillon.
Servir chaud. Accompagner d'un bon vin rouge (Saint Joseph)

Tarte à la courge

Préparation et cuisson : 1 heure 30 Pâte brisée : 200 g de farine /100 g de beurre /1 petit verre d'eau /sel. (vous pouvez aussi utiliser le fond de tarte de la page 13 tarte aux fraises)
25 cl de crème épaisse / 1 kg de courge / 1 verre d'eau / 2 œufs / sel : 80 g de sucre / 1 pincée de cannelle.

Faire la pâte et la laisser au moins 1 heure au frais.
Eplucher la courge, retirer les graines et les filaments et couper la chair en gros quartiers. Faire cuire avec un verre d'eau. Ecraser en purée épaisse (si elle est trop claire, faire épaissir à feu doux) ;
Etendre la pâte en garnir une tourtière.
Mélanger la courge, les œufs, la crème, le sel, le sucre et la cannelle ;
Verser la préparation sur la pâte faire cuire 45 mn à four chaud. Le dessus doit être bien doré.
On peut remplacer la cannelle par de la vanille.

Tarte à la noix de coco

Ingrédients : 1 pâte brisée, 4 œufs, 175 g de sucre en poudre
1sachet de noix de coco râpée (125 gr), 100 g de beurre fondu

Préparation : Mélanger tous les ingrédients. Verser sur la pâte brisée, faire cuire à feu moyen 30 minutes environ. A la sortie du four saupoudrer de sucre glace.

Pâte de coings

Ingrédients : 2.5 kg de coings, 2 kilos de sucre, 1 bâton de vanille
Faire bouillir 2 litres d'eau ; y jeter les coings coupés en quartiers au fur et à mesure (la cuisson rapide permet qu'ils restent blancs).Faire cuire une demi heure. Ne garder que 4 verres de l'eau où ils ont cuit. Passer les coings au moulin à légumes ; Remettre dans le faitout la purée de coings, le sucre et les 4 verres de bouillon ; ajouter la vanille.
Quand cela bout très fort, retirer du feu (la cuisson doit être courte pour que la pâte de fruits soit transparente.) Humecter d'eau froide des plats creux, recouvrir chaque plat d'une couche de pâte de 2 cm d'épaisseur, laisser sécher plusieurs jours, emballer dans du papier sulfurisé.

La Grole

Rien à voir avec le mot qui désigne familièrement les chaussures .La «grole» est ce récipient, toujours en bois, taillé à la main (voir photo ci dessous) dans lequel on fait chauffer un mélange de café et d'alcool que l'on flambe et que l'on déguste entre amis l'un après l'autre, en se passant la «grole», pour boire à la régalade. Cela se faisait beaucoup autrefois dans le Vercors et en Chartreuse sûrement pour se réchauffer l'hiver en buvant le verre de l'amitié (ou pour se donner du courage lors des vendanges à Moirans et à St Jean de Moirans.

Ingrédients :

8 tasses de café,, 8 petits verres d'eau de vie,
16 cuillères à café de sucre en poudre,1 citron, 1 orange (en zestes).

Verser dans la coupe le café très chaud, l'eau de vie, le sucre, les zestes d'orange et de citron.
Parsemer de sucre le bord de la coupe, arroser d'eau de vie et l'enflammer.
C'est la coupe de l'amitié....attention, c'est fort !
(À consommer avec modération. L'abus d'alcool étant nuisible à la santé)

Le Moirannais

Moirans peut s'enorgueillir d'être la ville d'origine des Frères Pâris, grands financiers du roi Louis XV * (voir notre plaquette intitulée) mais notre ville peut également être très fière d'avoir eu un pâtissier d'exception ...: «Pierre Bono».

Tous les Moirannais d'une cinquantaine d'années se souviennent des bonnes glaces qu'on mangeait chez lui !

Les parents de M. Pierre Bono avaient repris en 1928 un magasin «les babioles dauphinoises» où se trouve actuellement la pâtisserie «Delfino». Déjà tout petit, à 7 ans, M. Pierre Bono qui avait perdu son papa, dut mettre la main à la pâte et aider sa maman. Adulte, il reprit la pâtisserie familiale.

A l'occasion des Jeux Olympiques, il créa «le Moirannais» gâteau qui fut commercialisé dans le monde entier (en Afrique, en Amérique, en Indochine, à Madagascar) contribuant ainsi au «rayonnement» de notre bonne ville !

Ce gâteau, qu'il mit au point après de nombreux tâtonnements, se conservait exceptionnellement bien, dans du papier.

Un grand merci à sa fille Colette Paym et à monsieur Richard Delfino de nous avoir confié cette recette qui fait vraiment partie de notre patrimoine moirannais.

Le Moirannais

Ingrédients : (pour 6 personnes dans un moule à cake assez long)
6 œufs entiers
200 gr de sucre
400 gr de farine
350 gr de raisins secs
250 gr de fruits confits
30 gr de levure chimique
250 gr de beurre
½ litre de rhum

Préparation : 40 mn
Œufs et sucre : les battre ensemble, jusqu' a ce qu'ils blanchissent. On doit obtenir un mélange mousseux.
Couper les fruits confits en cubes,
Ajouter 250 gr de beurre fondu froid au mélange, farine, raisins secs, fruits confits, levure, mélange mousseux.
Préchauffer le four à 180 °
Dresser la pâte dans des moules à génoise, bien beurrés.
Faire cuire une demi-heure à 180 °, tester la cuisson avec une lame de couteau. On obtient un gâteau assez plat (4 à 5 cm de hauteur)
Faire un sirop (faire bouillir ½ litre d'eau avec 400 g de sucre), arrêter l'ébullition. Lorsque le sirop est à peine tiède, y ajouter ½ l de rhum.
Tremper le gâteau refroidi rapidement dans le sirop tiède,
Laisser légèrement égoutter.
Ce gâteau peut se garder plusieurs jours, même plusieurs semaines, enveloppé dans un papier aluminium.
Sa fabrication a été abandonnée en 1975.

Recettes d'hiver

« Froid et neige de décembre, du blé à revendre »

Le cake au foie gras et au magret fumé.

Cette recette était réalisée par une St Jeannaise qui restaurait ses vendangeurs. Le magret et le foie gras ne sont certes pas «typiques» de notre région mais ….tout cela est tellement bon qu'il fallait que nous vous fassions partager cette recette !

Ingrédients : 3 œufs
150g de farine, 1 sachet de levure chimique
5cl d'huile de tournesol
12,5cl de lait, 100g de gruyère râpé
100g de foie gras de canard, 150g de magret de canard fumé
Sel et poivre

Préparation : Préchauffer le four à 180°C
Travailler dans un saladier, les œufs, la farine et la levure.
Incorporer petit à petit l'huile, le lait chauffé, le sel et le poivre.
Ajouter le gruyère râpé. Découper le foie gras en dés, le magret en lamelles et bien les incorporer à la préparation.
Verser le mélange dans un moule NON graissé
Faire cuire 45 minutes
Déguster tiède, accompagné d'un vin de Sauternes (avec modération)

La gratinée de Mimi

Ingrédients : pour 8 personnes
500 gr de pain en tranches,
4 oignons, 2 cuillères à soupe de farine,
200 gr de beurre, 300 gr de gruyère râpé
6 litres de bouillon, 2 poireaux, 3 jaunes d'œufs, Sel et poivre, Kirsch.

Préparation : Eplucher et hacher finement les oignons et les poireaux.
Les faire cuire à feu doux dans le beurre.
Quand ils sont à peine colorés, saupoudrer avec la farine qu'il faut laisser blondir 3 minutes puis ajouter 1 litre d'eau, saler, poivrer, ajouter un verre de Kirsch, laisser cuire 30 minutes à feu moyen, couvrir ou non.
Faire griller au four des tranches de pain, les couper en morceaux, les disposer au fond du plat, les recouvrir d'une couche de gruyère râpé.
Battre au fouet 3 jaunes d'œufs dans un saladier, les ajouter au bouillon hors du feu, mélanger énergiquement, verser le tout sur le pain grillé. Saupoudrer de gruyère.
Mettre gratiner à feu vif.
Servir très chaud.
Cette gratinée était servie aux sapeurs-pompiers le soir de la Sainte-Barbe dans les restaurants moirannais de 1960 à 1985, les anciens s'en souviennent.

Autre recette de la gratinée

Ingrédients : pour 8 personnes
4 gros oignons, 80 g de beurre
1 c à soupe de farine., 1l d'eau au minimum
Préparation : Faire un roux avec la farine et le beurre Mouiller avec de l'eau, ajouter du sel et du poivre ; ajouter les oignons coupés en tranches minces et laisser bouillir ¼ d'heure.
Déposer cette soupe sur des tranches de pain grillé, saupoudrer de gruyère râpé et faire gratiner 15 minutes environ.
On peut battre deux œufs entiers avec un verre de porto verser ce mélange sur la gratinée sortant du four.

Le pâté de lapin

Ingrédients : Pour cette préparation utiliser un moule à terrine avec couvercle.
1 kg 500 de lapin
1 kg 500 de poitrine de porc
200 gr de pain rassis broyé
20 gr de sel kg, 2 gr de poivre/kg
1 gr de 4 épices/kg, Un demi-verre à liqueur de madère

Tapisser le moule de bandes de gorge de porc et d'un bouquet garni (laurier, thym, gousse d'ail, romarin ….)

Préparation : Après avoir bien mélangé le tout, laisser cuire 2 h thermostat 9, ramené à 3, enlever le couvercle pour faire brunir le dessus recouvert de crépine au préalable. Couvrir d'un papier alu pour garder la chaleur.

La tête de veau sauce gribiche

Ingrédients : 1/2tête de veau, 2 œufs,
Cornichons, Câpres, Carotte, 6 échalotes,
1 oignon, Ail 6 gousses, Huile – 50 cl, Vinaigre 25 cl,
Moutarde - 2 cuillères à soupe, Bouquet garni (persil hacher-thym-laurier-)
Gros sel + sel fin et poivre à convenance, vinaigre

Sauce Gribiche:
Mettre dans un bol la moutarde et les œufs mollets écrasés. Incorporer l'huile, le vinaigre, les échalotes, le persil, les câpres, les cornichons coupés finement en rondelles.

Préparation:
Mettre la tête de veau dans une cocotte la couvrir d'eau vinaigrée faire prendre le bout pour la dégraisser et jeter l'eau. La remettre dans de l'eau froide avec carottes, oignon, échalotes, gros sel, et poivre ainsi que le bouquet garni.
Faire cuire à feu doux pendant 2 heures.
Egoutter la tête de veau, la découper en tranches, la napper de sauce gribiche, et la dresser sur un plat chaud.

La fondue aux fromages

Pour 4 personnes : Il faut trois sortes de fromage en quantités égales, beaufort, comté, gruyère. (Environ 1 kilo en tout)
Râper tous ces fromages à la moulinette. (Certains préfèrent les tailler en fines lamelles. c'est plus long et le résultat est équivalent).
Passer le poêlon à l'ail, y déposer les fromages râpés et mouiller avec le vin blanc, environ un verre (d'Apremont si possible). Faire fondre à feu doux et remuer sans cesse avec une cuillère en bois, si besoin, ajouter encore du vin blanc. Lorsque vous obtenez une légère ébullition, laisser cuire 2 à 3 minutes pour bien lier la fondue.
Disposer la au milieu de la table (sur un réchaud allumé), y verser un petit verre de kirsch et mélanger (prendre du bon kirsch titrant au moins 43°, sinon cela dénature le goût de la fondue), poivrer et ajouter de la noix de muscade.
Piquer des cubes de pain rassis au bout des fourchettes et tremper dans la fondue, saler si nécessaire.
Un gage pour chaque morceau de pain tombé dans le poêlon !
Pour la suite… on vous fait confiance !
Certains cassent un œuf dans le caquelon presque vide pour ne rien laisser perdre !

Le chapon rôti de Noël

Ingrédients : pour 8 personnes
1 Chapon fermier de 3 à 4 kg vidé,
150g de beurre, 6 cl d'huile
1 trait de vinaigre de vin, Sel et poivre
Préparer une garniture aromatique :
1 gros oignon pelé et coupé, 2 gousses d'ail écrasées,
1 feuille de laurier, 1 bouquet de persil, 3 carottes coupée en rondelles.

Préparation : Saler et poivrer l'intérieur du chapon. Placer la moitié de la garniture aromatique à l'intérieur et l'autre moitié dans la marmite ou plaque de cuisson.
Ficeler le chapon avec la ficelle de cuisine.
Le badigeonner d'huile, ajouter quelques noix de beurre sur le dessus, saler et poivrer.
On peut déposer les abats (cou, ailerons et pattes) à côté de la bête

1er temps de cuisson :
Enfourner à four froid et faire chauffer à 220° c (th 7-8)
Dés que le chapon commence à être ambré, commencer à l'arroser régulièrement pour qu'il ne sèche pas, le retourner, toutes les 10 à 15 minutes.
Après 1 h ½ environ, retirer le chapon du four. Séparer les cuisses du corps à l'aide d'un couteau, puis les hauts de cuisse des pilons.
Lever les filets en pratiquant une incision profonde le long du bréchet jusqu'à la naissance des ailerons pour les dégager : ils sont cuits à point à souhait. Garder sous aluminium à température ambiante.

2e temps de cuisson :
Remetter le coffre du chapon avec les pilons et hauts de cuisses, pour terminer leur cuisson pendant environ ½ heure.
Ajouter éventuellement le reste des abats (foie, cœur et gésier).
Réaliser le jus : ôter tous les morceaux en les égouttant bien.
Débarrasser l'excès de graisse de la marmite (la conserver pour bonifier une vinaigrette ou cuire des pommes sautées).
Verser un verre d'eau froide dans la marmite et placer celle-ci sur le feu.
Amorcer une réduction pour dissoudre les sucs de cuisson. Passer le jus obtenu au chinois.
Ajouter 1 noix de beurre et un trait de vinaigre de Xérès pour apporter une note d'acidité.
Découper le reste du chapon et donner à chaque convive un morceau de cuisse et une escalope de blanc taillée en biseau.

Les cardons à la moelle

Préparation : Faire cuire le cardon (jardin ou maraîcher) pendant environ 1 heure.
Sinon utiliser des cardons en bocaux de bonne qualité, garder le jus.
Faire un roux brun mouillé avec le jus. Ajouter un jus de viande et du bouillon de bœuf puis réduire.
Disposer les cardons dans votre plat à gratin puis parsemer à l'aide d'un couteau la moelle ou pocher les os pour que la moelle se détache bien.
Verser par-dessus le roux réduit.
Mettre au four pour faire gratiner. (facultatif) fromage râpé et chapelure, améliorent cette recette.

Les cardons à la moelle (autre recette)

Ingrédients : 2 pieds de cardons
200 g de moelle de bœuf
½ l de sauce Mornay (= sauce Béchamel + gruyère râpé + poivre de Cayenne)
25 g de parmesan râpé, 25 g de gruyère
2 cuillères à soupe de farine, 1 citron, Sel poivre

Préparation:
Nettoyer les cardons, enlever les fils, les laver et les couper en dés. Les déposer dans de l'eau citronnée.
Délayer la farine dans 3 litres d'eau froide et faire bouillir (remuer). Quand l'eau bout y jeter les cardons. Couvrir et cuire à) feu modéré (ils doivent être encore croquants). Egoutter et mélanger à la sauce Mornay.

Couper la moelle en rondelles et pocher ces dernières dans un peu d'eau salée, poivrée et frémissante jusqu'à ce qu'elles soient transparentes. Répandre ce mélange sur les cardons.
Saupoudrer de gruyère et de parmesan et gratiner à four chaud.

Recette des escargots à l'aïoli

Ingrédients : 4 douzaines d'escargots,
Fenouil (feuilles ou graines),, Laurier et thym,
Sauce Aïoli (pour servir), Sel et poivre

Sauce Aïoli : 6 gousses d'ail,
3 jaunes d'œufs, huile d'olive,
Ensuite peler l'ail, en éliminant les germes puis hacher-le très fin.
Dans un bol, le mélanger avec les jaunes d'œufs à température ambiante avec une cuillère ou une spatule en bois.
Laisser reposer 5 minutes,
Incorporer un verre et demi d'huile, poivrez selon votre goût en tournant toujours dans le même sens.
Jusqu'à ce que votre aïoli devienne bien ferme. Cette sauce est excellente avec le poisson, la viande, les salades et les escargots.

Préparation : Si vous avez ramassé vous-mêmes les escargots, faites-les dégorger sous un récipient renversé. Donner leur du son et de la salade à manger. Au bout de 3 à 4 jours, lavez-les bien et mettez-les dans une marmite d'eau froide.
Cuisez à couvert et à petit bouillon pendant une ½ heure en écumant souvent. Faites-les refroidir et décoquillez-les. Enfin, lavez-les à plusieurs eaux et rincez-les au vinaigre.
Si vous les avez achetés en boite, faites-les tremper dans l'eau froide une heure à l'avance, selon les indications données sur l'étiquette.
Une fois que vos escargots sont prêts, mettez-les bien égouttés dans une marmite contenant 2 litres d'eau, puis portez doucement à ébullition.
Au bout d'une ¼ heure, ajoutez une pincée de sel, un brin de fenouil sauvage en feuilles ou une cuillère à café de graines, du thym frais effeuillé, une feuille de laurier et une cuillère à café de poivre noir en grains.
Couvrez, faites cuire 3 heures à petit feu.
Laissez les escargots refroidir dans leur bouillon puis servez-les dans leur coquille, avec quelques brins de fenouil et de l'aïoli.

Escargots (au beurre d'escargots)

Ingrédients :

Pour 4 douzaines d'escargots
400 g de beurre
3 échalotes coupées en très petits morceaux
5 gousses d'ail (passées au presse - ail)
Un bouquet de persil finement haché
Sel (environ 2 c à café) poivre

Préparation : Faire ramollir le beurre, ajouter tous les ingrédients, bien malaxer.
Mettre un peu de ce mélange dans la coquille, y introduire l'escargot, reboucher, bien tasser. On peut, si on le désire, saupoudrer très légèrement d'un peu de chapelure très fine et arroser d'un peu de vin blanc avant d'enfourner
Passer à four chaud 8 à 10 minutes, servir rapidement

Le gratin dauphinois

Nous avons «récolté» plusieurs recettes du gratin dauphinois…les «puristes» disent que le vrai gratin dauphinois ne comporte pas de fromage ni d'œufs. : Le fromage fait perdre le bon goût de la crème, quant aux œufs, ils font des petits « caillots » : ce n'est pas très joli ni très bon d'ailleurs …».tout cela est finalement une affaire de goût !
Ce gratin dauphinois a connu son âge d'or au début du XXème siècle.
Voici donc des recettes de «vrai et de «faux» « gratin dauphinois.

Le vrai « gratin dauphinois »

Ingrédients : pour 6 personnes

1 kilo de pommes de terre «Bintje»(ou Belles de Fontenay) mais jamais de pommes de terres nouvelles, elles ne sont pas assez farineuses
80 g de beurre
20 cl de lait entier mélangé à 20 cl de crème fraîche épaisse
De la noix de muscade.
Une gousse d'ail

Préparation : Frotter le plat à gratin avec l'ail, le beurrer.
Découper les pommes de terre en rondelles (1mm d'épaisseur environ), et les disposer par couches dans le plat (en salant et poivrant à chaque fois); verser le mélange crème + lait par dessus. Les pommes de terres doivent «baigner» presque complètement). Ajoutez quelques noisettes de beurre sur le dessus.
Mettre au four à 180° pendant une heure et demie environ. Servir dans le plat de cuisson

Le "faux" gratin dauphinois :

Ingrédients : pour 4 à 6 personnes

2 kg de pommes de terre à chair ferme,
Un demi-litre de lait,
250g de crème fraîche, beurre,
150 g de gruyère râpé,
Sel, poivre,
Noix de muscade. En poudre

Préparation:

E plucher et couper en fines rondelles les pommes de terre.
Beurrer un plat à gratin et disposer en alternance
Une couche de pommes de terre, une couche de gruyère râpé, la crème fraîche, le sel, le poivre et la noix de muscade.
Ajouter quelques noisettes de beurre sur le dessus, verser du lait chaud et laisser cuire un quart d'heure à four doux, puis 40 à 50 minutes à four plus chaud

---

Remarques importantes :

Surveiller la cuisson : si les pommes de terre ont bien absorbé la crème et le lait, ne pas hésiter à en rajouter. Le four ne doit pas être trop chaud afin de ne pas calciner le dessus (on peut poser un papier aluminium ; en fin de cuisson, le gratin doit être d'une belle couleur dorée…gratiné !)

On peut faire précuire les pommes de terre la veille dans un litre de lait (dans lequel on aura mis une gousse d'ail ou 2, et de la noix de muscade). Attention, elles doivent être encore un peu fermes lorsqu'on les met au four, sinon on obtient de la purée.

Bien évidemment, les proportions de crème peuvent être revues à la hausse ! (certains ne font le gratin dauphinois qu'avec de la crème fleurette, sans utiliser de lait.)

Confiture de potiron

Ingrédients : Un gros potiron (d'environ 3 kilos), 8 oranges et 3 citrons non traités, 3.5 kg de sucre

Préparation:
Peler et épépiner le potiron, le couper en carrés ; les faire revenir 10 mn dans un verre d'eau. (Si vous voyez que le potiron a rendu beaucoup d'eau, il faut égoutter pour ne garder que la pulpe).
Ajouter les oranges et les citrons en morceaux avec leur peau puis le sucre.
Cuire jusqu'à ce que les peaux de citrons et d'oranges soient confites.
(On peut aussi ajouter un peu de cannelle en poudre pour parfumer).

Le gâteau de semoule

Ingrédients : ½ litre de lait
1 œuf, 100 g de semoule, 60 g de sucre vanillé, Gelée de groseille.

Préparation:
Faire bouillir le lait et y faire cuire 100 g de semoule en remuant. Quand elle est cuite, battre un œuf entier avec le sucre vanillé.
Mettre dans un plat allant au four et faire cuire 20 à 30 minutes. Servir froid arrosé de gelée de groseille.

On peut ajouter des raisins secs ou des fruits confits macérés dans le rhum.

Remerciements :

Sans le soutien du Conseil Général (particulièrement le vice président, M.Robert Veyret) et la ville de Moirans (son maire Gérard Simonet) ainsi que des commerçants et artisans moirannais, nous n'aurions pas pu éditer cet ouvrage. Qu'ils soient chaleureusement remerciés.

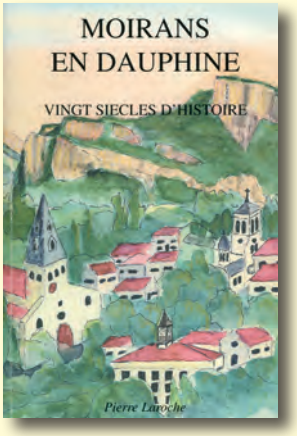
Un grand merci également à toutes les personnes qui nous ont aidés à réaliser ce livre « Moirans, saveurs du passé » en nous fournissant les recettes.

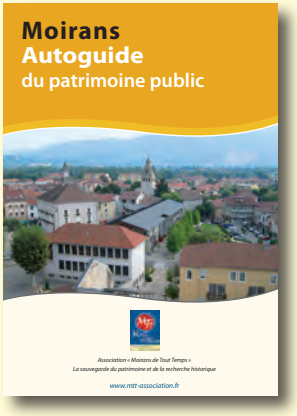
Nous n'oublions pas non plus tous les « anonymes » : Bénédicte, Colette, Christelle, Christine, Christophe, Franck, Gérard, Gilberte, Ghislaine, Jacqueline, Jacques, Jean, Josette, Marguerite, Michelle, Michel, Mireille, Monique, Nadine, Nicole, Odile, Olivier, Renée, Richard, Robert, Pierre, et tous les autres qui se reconnaîtront !

isère
CONSEIL GÉNÉRAL

Moirans
Isère

Également disponibles





Ouvrage achevé en décembre 2012
Mise en page : Moirans de Tout Temps
Impression : imprimerie Ruzzin - Moirans

ISBN 978-2-9541-6210-2
EAN 9782954162102
Dépôt légal : Dernier trimestre 2012

IMPRIM'VERT®