

RECETTES DE LA TERRE

MINI TARTES FLAMBEES AU CAVIAR

4 tartes par personnes

Préparation : 30 min.

Cuisson : 20 min.

Débiter une pâte feuilletée en ronds. Tartiner d'un mélange de moitié de crème fraîche, moitié fromage blanc. Saler, poivrer.

Cuire au four à 250 °C.

Avant de servir chaud, garnir d'un oeuf de caille cuit à la poêle, de quelques lardons frits, et d'une petite cuillère de caviar. Accompagner de petits canapés crus garnis pareillement.

ESCARGOTS AU JAMBON

Pour 4 personnes

Préparation et cuisson : 30 min.

Couper en dés 120 g de jambon cru et 2 tranches de pain de campagne rassis.

Faire revenir le jambon dans 25 g de beurre et 25 g de saindoux. Y faire dorer le pain.

Le retirer et le remplacer par 4 douzaines d'escargots dans leur coquille, 1 oignon, 2 échalotes et 2 gousses d'ail hachées. Saler, poivrer.

Laisser cuire 5 minutes. Ajouter 2 dl de vin blanc sec, réduire 2 minutes.

Ajouter jambon, pain et persil haché. Bien remuer.

BOUDIN BLANC ET SEMOULE AUX FRUITS

Pour 6 personnes
Préparation : 20 min.
Cuisson : 10 min.

Mélanger raisins de corinthe, amandes grillées et noisettes entières (80 g de chaque).
Couper 1/2 ananas et 1/2 mangue en dés.
Cuire de la semoule, la beurrer légèrement, y ajouter la préparation de fruits. Mélanger.
Faire rôtir les boudins (1 par personnes).
Cuire quelques baies de cassis dans un peu de porto rouge, ajouter un fond de veau, du beurre et une larme de crème de cassis.
Hacher la ciboulette, l'ajouter à la semoule, mélanger.
Creuser des boulettes de semoule et garnir avec la sauce au cassis.

HOMARD GRILLE SUR LIT DE PATES

Pour 2 personnes
Préparation : 40 min.
Cuisson : 35 min.

Ebouillanter une minute 2 homard de 500 g. Les décortiquer sans les abîmer. Griller la chair sur un gril et la réserver.

Broyer les carcasses, les cuire 30 min. dans 4 dl de vin blanc sec, 1 verre de cognac, 2 gousses d'ail, 1 oignon, coriandre, basilic hachés.

Trancher la chair du homard et dresser les morceaux sur un lit de pâtes au basilic. Napper du jus de homard avant de servir.

SAUMON FUME ET BLINIS A LA MOUSSE DE CITRON VERT

Pour 4 personnes
Préparation : 40 min.
Cuisson : 15 min.

Cuire des zestes de citron vert dans un peu de porto blanc et du bouillon de volaille.
Ajouter 1,5 feuille de gélatine, remuer.
Laisser refroidir et ajouter en remuant 300 g de crème chantilly.
Fourrer des blinis cuits avec la préparation au citron vert.
Servir avec le saumon fumé agrémenté de rondelles d'oignon cru et d'un quartier de citron vert.

TARTE DE SAINT-JACQUES A LA PROVENÇALE.

Pour 4 personnes
Préparation : 15 min.
Cuisson : 15 min.

Cuire au four sur un fond de pâte feuilletée au thym et romarin, une compote de 4 tomates et 1/2 poivron.

Pendant ce temps, rôtir (5 à 6 minutes) 600 g de coquilles Saint-Jacques.

Disposer sur la tarte, napper d'un peu de beurre citronné, aillé aux herbes. Servir très chaud.

On peut aussi préparer et présenter sur 4 tartes individuelles, il faut alors 150 g de coquilles par personnes.

CUISSOT DE CHEVREUIL AUX CEPES

Pour 6 personnes
Préparation : 45 min.
Cuisson : 2 h.

Décongeler le cuissot. Le faire mariner 24 h au frais dans 2 l de bon vin rouge, 1/4 l de vinaigre de vin, 10 cl d'huile ; avec les rondelles de 100 g d'oignon, 50 g d'échalote et 3 gousses d'ail ; céleri, persil, laurier, sauge, thym, romarin ; 10 g de poivre en grains, 20 grains de coriandre, 10 baies de genièvre, 4 clous de girofle.

Mijoter 10 minutes dans 60 g de beurre 500 g de cèpes hachés.

Cuire au four à 170 °C pendant 2 heures le cuissot dans sa marinade avec les cèpes et 25 cl de crème aigre.

Couper en tranches et servir avec le jus de cuisson passé.

CUISSES DE GRENOUILLES A L'AILLOLI

Pour 4 personnes
Préparation : 20 min.
Cuisson : 10 min.

Décongeler un sachet de 500 g de cuisses de grenouilles. Faire revenir 2 min. dans de la matière grasse très chaude.

Retirer, saupoudrer de chapelure dessus, dessous.

Cuire 10 min. dans la même poêle couverte. Ajouter généreusement du persil haché.

Préparé l'ailloli : piler 2 gousses d'ail, y mêler 1 jaune d'oeuf et procéder comme pour une mayonnaise.

Servir les cuisses très chaudes arrosées d'un jus de citron et l'ailloli un peu frais.

ROTI DE BICHE AUX CHAMPIGNONS

Pour 6 personnes
Préparation : 25 min.
Cuisson : 1 h.

Faire mariner le rôti pendant 24 heures dans une marinade identique à celle du cuissot de chevreuil.

Retirer de la marinade, beurrer et enfourner (thermostat 8) 25 minutes par livre. Ajouter un verre de marinade.

En fin de cuisson, saler, poivrer et réserver au chaud.

Mijoter 10 minutes dans 60 g de beurre, 500 g de champignons de Paris.

Réduire la marinade restante à feu vif, la mélanger avec le jus de cuisson dégraissé.

Ajouter 1 cuillère à soupe de crème fraîche mélangée à 1 cuillère à café de farine.

Fouetter et cuire pendant 5 minutes. Vérifier l'assaisonnement.

Découper le rôti et servir.

POINTES D'ASPERGES ET LANGOUSTINE

Pour 4 personnes

Préparation : 1h.

Cuisson : 1 h.

Décongeler les pointes d'asperges. Décortiquer à cru 12 grosses langoustines. Avec les têtes et les pinces préparer le fumet de langoustine (voir recette du Homard Grillé).

Ebouillanter 6 minutes les asperges, égoutter, réserver.

Poêler 2 minutes les langoustines, réserver au chaud.

Déglacer la poêle avec 2 dl de vin blanc sec, verser le fumet et réduire 20 minutes.

Monter au fouet avec 100 g de beurre. Ajouter sel, poivre et le jus d'1/2 citron. Passer dans une sauteuse, mettre les asperges quelques minutes...

Disposer sur les assiettes chaudes, napper avec la sauce.

FILET DE CANETTE AU FOIE GRAS

Pour 4 personnes

Préparation : 1 h.

Cuisson : 2h45.

Lever les filets d'une canette et réserver-les.

Concasser la carcasse, la dorer 5 minutes avec 500 g d'abattis de canard, 1 carotte, 1 oignon, 1 branche de céleri, 2 tomates et 2 gousses d'ail concassées, thym, laurier, sel, poivre. Saupoudrer de farine, couvrir d'eau. Mijoter 1h30. Filtrer. Réserver la sauce.

Dans un moule à gâteau, déposer en pyramide les rondelles de 2 kg de pommes de terre, saler. Enfourner 1 h (thermostat 7).

Faire revenir 10 minutes 100 g de girolles, hacher, ajouter à la sauce.

Couper en bâtonnets de 8 cm de long 240 g de foie gras cru de canard, saler, poivrer et durcir 15 minutes au freezer.

Enfoncer un bâtonnet de foie dans chaque filet fendu en long. Cuire 4 minutes sur chaque face. Servir avec les pommes.

LAPIN EN GIBELOTTE

Pour 4 personnes
Préparation : 25 min.
Cuisson : 1h15.

Faire revenir les morceaux d'un lapin avec 1 cuillère à soupe de farine, 2 oignons, 1 carotte coupés... Mouiller avec 1/2 l de vin blanc sec et 1 bol de bouillon, ajouter quatre épices et bouquet garni.

Cuire à petit feu 24 petits oignons dans du beurre, avec un peu de sucre en poudre et 3 cuillères à soupe d'eau, jusqu'à évaporation de l'eau.

Ajouter 1 verre de madère, mélanger le tout avant de servir.

PINTADE VALLEE D'AUGE

Pour 4 personnes
Préparation : 25 min.
Cuisson : 40 min.

Faire revenir à "blanc" les morceaux d'une pintade. Ajouter 2 échalotes hachées, 200 g de champignons en lamelles, thym et laurier. Remuer 2 minutes à feu vif. Flamber avec 5 cl de calvados. Saler, poivrer, incorporer 20 cl de crème fraîche. Mijoter 20 minutes. Faire dorer 10 minutes 2 pommes pelées, épépinées et coupées en lamelles, arroser d'un filet de citron. Présenter le tout dans le plat de service.

DINDONNEAU AU VIN ROUGE

Pour 4 personnes

Préparation : 1 h.

Cuisson : 30 min.

Faire revenir 4 blancs de dindonneau. Flamber au cognac. Retirer et maintenir au chaud.

Dans le fond de cuisson, faire revenir 50 g de lard en dés, 150 g de champignons, 10 petits oignons, 4 petites carottes et les morceaux d'une courgette. Ajouter 1 cuillère à café de farine, 100 ml de bouillon, 100 ml de bourgogne rouge, thym, sel, poivre. Mijoter 10 minutes.

Sur assiettes chaudes, disposer les filets et les légumes, napper avec la sauce.

CHAPON EN DEMI DEUIL

Pour 8 personnes
Préparation : 30 min.
Cuisson : 90 min.

Faire un pot au feu. Réserver les légumes.

Glisser des lamelles de truffes sous la peau ventrale d'un chapon. Le cuire 1 heure 1/2 dans un bouillon de volaille au jus de truffe. Enlever le chapon. Réduire le fond du bouillon presque en un sirop. Battre avec du beurre, ajouter de la truffe.

Faire pocher la moelle d'un os.

Couper le chapon et servir avec les légumes du pot au feu et la moelle.

CAILLES A LA GRAMONT

Pour 4 personnes
Préparation : 25 min.
Cuisson : 30 min.

Etuver à feu doux 250 g de champignons dans du beurre.

Rôtir 10 minutes 4 cailles. Retirer puis envelopper chacune dans une feuille de vigne, l'entourer d'une tranche de poitrine fumée, ficeler. Faire dorer et jeter la graisse de cuisson.

Déglacer la sauteuse avec 10 cl de jus de truffe, 10 cl de porto, 20 cl de fumet de volaille, 1 citron pressé, du jus de cuisson des champignons, assaisonner.

Remettre les cailles, laisser 5 minutes à feu doux.

MAGRET DE CANARD SAUCE A L'ORANGE

Pour 4 personnes
Préparation : 15 min.
Cuisson : 10 min.

Rôtir au four un magret de canard 10 minutes pour le garder rosé.
Peler et couper en rondelles des pommes de terre. Entre deux rondelles, poser une tranche de foie de canard. Rôtir.
Ajouter zestes d'oranges et grains de poivre vert à une sauce légère émulsionnée (oeuf, moutarde, vinaigre, huile d'olive).
Débiter le magret en tranches et dresser sur la sauce avec les millefeuilles de pommes de terre.

COQ AU RIESLING

Pour 4 personnes
Préparation : 30 min.
Cuisson : 35 min.

Cuire 20 minutes les abattis d'un coq de 1,5 kg et 1 échalote dans 25 cl d'eau salée. Couper le reste du coq en huit, saisir. Ajouter 2 gousses d'ail, estragon et persil hachés. Mijoter 25 minutes dans le bouillon des abattis et 50 cl de riesling. Ajouter 200 g de champignons lamellés dorés avec de la farine. Cuire encore 10 minutes. Retirer le coq et incorporer 200 g de crème fraîche, saler, poivrer. Napper les morceaux de coq.

GESIERS ET FOIES DE VOLAILLE EN SALADE

Pour 4 personnes
Préparation : 30 min.
Cuisson : 15 min.

Cuire 100 g de haricots, 12 petits épis de maïs. Mélanger avec une frisée dans une vinaigrette (huile d'olive, moutarde et moutarde verte, vinaigre, sel, poivre).
Faire sauter 125 g de gésiers et 200 g de foies de volaille confits.
Dresser la salade dans les assiettes autour d'un oeuf frit sur une tranche de pain de mie et disposer foies et gésiers.

CUISSOT DE CHEVREUIL AUX MARRONS ET POIRES ROTIES

Pour 6 personnes
Préparation : 20 min.
Cuisson : 35 min.

Cuire au four 35 à 40 minutes un cuissot de chevreuil de 2 kilos.
Peler 6 petites poires en gardant leur queue, les épépiner, les disposer sur le plat de cuisson queue en l'air, arrosées du jus d'un citron et saupoudrées d'une cuillère à soupe de cannelle, cuire 30 minutes.
Frirer 12 marrons entiers, cuire une purée de céleri.
Servir avec le cuissot débité en tranches quelques baies d'airelle.

TARTE AU CHAOURCE

Pour 8 personnes

Préparation : 1 h.

Cuisson : 20 min.

Pétrir 250 g de farine, 125 g de beurre, du sel, un petit verre d'eau.

Former une boule, laisser 1 heure. Avec la pâte étalée, foncer un moule beurré et fariné, couvrir de papier sulfurisé lesté de haricots. Cuire 15 minutes au four (thermostat 6).

A 3 oeufs battus, ajouter 40 cl de lait, ciboulette ciselée et poivre.

Déposer des tranches de chaource sur la pâte. Verser la préparation dessus. Saupoudrer de paprika. Enfourner 20 minutes.

FONDUE AUX FROMAGES

Pour 8 personnes
Préparation : 20 min.

Frotter l'intérieur du caquelon.

Débiter du pain en dés. Hacher fin une gousse d'ail. Verser 1/2 verre de vin blanc sec, sel et l'ail haché dans le caquelon. Porter à ébullition.

Ajouter petit à petit le mélange de fromages râpés. Tourner jusqu'à l'obtention d'un pâte lisse. Ajouter une pincée de noix de muscade et 1 verre de kirsch.

Poser sur le réchaud à fondue.

TOMATES AU CHEVRE CHAUD

1 chèvre par personne
Préparation : 15 min.

Faire dorer les chèvres à la poêle Téflon sans matière grasse, ou au four position gril.
Attention de ne pas brûler.

Trancher une tomate par personne. Déposer les chèvres chauds sur les tomates.
Se dégustent également avec une salade mélangée agrémentée de cerneaux de noix, de petits croûtons frottés d'ail ou de lardons grillés, ou avec des pommes de terre en robe des champs.

FEUILLETE AU ROQUEFORT

Pour 4 personnes
Préparation : 30 min.
Cuisson : 15 min.

Ecraser 200 g de roquefort, 1 cuillère à café de crème fraîche, poivre, 1 oeuf entier, de la ciboulette ciselée.

Partager la pâte feuilletée en 8 morceaux de 20x25 cm. En poser 4 sur la plaque du four préchauffé (thermostat 8) et humide. Etaler le mélange sur chaque morceau en gardant une bordure de 3 cm. Couvrir avec les autres morceaux, coller les bords avec 1 jaune d'oeuf délayé dans de l'eau. Dorer au jaune d'oeuf.

Enfourner 15 minutes.

MARQUISE AU CHOCOLAT

Pour 6 personnes
Préparation : 25 min.
Cuisson : 5 min.

Faire fondre au bain-marie 250 g de chocolat noir, 250 g de sucre poudre, 5 cl d'eau.
Travailler en pommade 200 g de beurre et 6 jaunes d'oeufs. Ajouter 1 verre de Grand Marnier.
Battre en neige les 6 blancs, ajouter au mélange. Ajouter le chocolat en remuant.
Tapisser de papier sulfurisé l'intérieur d'un moule à charlotte. Verser la préparation.
Garder 12 heures au froid.

TIRAMISU

Pour 4 personnes
Préparation : 20 min.

Battre en mousse 3 jaunes d'oeufs et 100 g de sucre, incorporer 250 g de mascarpone, malaxer.

Battre en neige les blancs, incorporer à la préparation.

Sur le plat, déposer une couche de biscuits imbibés de café mélangé à du rhum. Ajouter une couche de préparation.

Renouveler en pyramide, en terminant par la préparation.
Garder 12 heures au froid. Saupoudrer de cacao avant de servir.

CREME AU RHUM

Pour 4 personnes
Préparation : 30 min.

Battre en mousse 4 jaunes d'oeufs, 1 cuillère à soupe de sucre glace et 3 de rhum.
Battre au fouet 25 cl de crème fleurette ; en garder 4 cuillères. Mélanger le reste à la mousse. Partager dans 4 coupes.
A la poche à douille, décorer les coupes avec la crème réservée. Déposer un fruit rouge sur chaque coupe.

AUMONIERE AUX POMMES

12 aumônières

Préparation : 90 min.

Faire la pâte pour 12 crêpes.

Peler, épépiner et débiter en rondelles 500 g de pommes fruits, arroser avec 1/2 citron.

Cuire 5 minutes à couvert dans 1 cuillère à soupe de beurre et 4 de calvados, sucre poudre et cannelle. Délayer 1 cuillère de Maï zena dans de l'eau, ajouter aux pommes ; retirer du feu, parsemer de 50 g de noisettes émincées.

Cuire 12 crêpes, les garnir de pommes, les replier. Flamber au calvados.

ASPIC DE FRUITS ROUGES

Faire fondre de la gélatine dans du jus d'oranges. Tapisser de fruits rouges le fond et les côtés d'un moule, puis alterner une couche du mélange gélatineux et une couche de fruits.

Garder 24 heures au réfrigérateur.

Démouler et présenter avec fruits et feuilles de menthe disposés tout autour.

CHARLOTTE AUX MARRONS

Bouillir 20 cl d'eau et 300 g de sucre. Ajouter du whisky. Réserver 10 cl. Mélanger le reste à 2 feuilles de gélatine trempées et égouttées, refroidir.

Mélanger à 300 g de crème de marrons et 100 g de miettes de marrons. Incorporer une crème fleurette très ferme.

Imbiber 25 biscuits à la cuillère avec les 10 cl de sirop. En tapisser la paroi et le fond d'un moule à charlotte. Remplir avec la préparation au marrons.

Refroidir 12 heures.

FILET DE MERLU AUX POINTES D'ASPERGE

Pour 4 personnes

Préparation : 30 min.

Cuisson : 30 min.

Ingrédients :

- 800 g de filets de merlu
- 3 carottes
- 2 poireaux
- 1 courgette
- 1 botte d'asperges balai (petites asperges)
- 50 g de beurre
- 15 cl de crème fraîche
- 15 cl de fumet de poisson
- du sel et du poivre

Déposer les filets de merlu dans un plat allant au four, légèrement beurré avec un peu d'eau. Cuire 15 minutes.

Préparer une julienne de légume que vous ferez cuire dans une casserole d'eau bouillante salée pendant 10 minutes.

Eplucher les asperges. Les faire cuire 10 minutes. Les couper en deux. Garder les têtes d'asperges au chaud. Mettre les queues dans une casserole avec la crème fraîche et le fumet de poissons. Mixer l'ensemble et passer au chinois. Dresser les filets dans un plat de service. Décorer avec la julienne et les pointes d'asperges et napper avec la sauce.

MERLU BARDE DE LARD

Pour 6 personnes

Préparation : 15 min.

Cuisson : 25 min.

Ingrédients :

- 1 merlu de 1,6 kg
- 2 échalotes
- 1 bouquet d'herbes fraîches (persil, coriandre et thym)
- 40 g de beurre
- 12 fines tranches de lard légèrement fumé
- du sel et du poivre fraîchement moulu

Faire nettoyer, vider et ébarber le merlu par votre poissonnier.

Saupoudrer le poisson de sel et de poivre, à l'intérieur et à l'extérieur.

Eplucher les échalotes et les émincer. Rincer les herbes et les secouer pour les sécher, les hacher et en mettre une petite quantité à part.

Farcir le poisson avec les herbes, les échalotes émincées et le beurre. Ensuite, entourer uniformément le poisson de tranches de lard. Le saupoudrer avec le reste des herbes hachées, l'envelopper de papier aluminium et bien replier celui-ci afin d'éviter toute perte de liquide.

Mettre au four préchauffé à 200° et laisser cuire pendant 20 à 25 minutes. Grâce au papier d'aluminium et au lard, le merlu qui est un poisson maigre, cuit dans son propre jus et garde tout son moelleux.

MERLU AUX AMANDES

Pour 6 personnes

Préparation : 5 min.

Cuisson : 25 min.

Ingrédients :

- 1,8 kg de merlu
- 1 verre de vin blanc sec
- 2 citrons
- 1 sachet d'amandes émondées
- 40 g de beurre
- du sel et du poivre

Faire nettoyer, vider et ébarber le merlu par votre poissonnier. Le laver et l'essuyer.

Dans un plat à four faire un lit avec les citrons coupés en rondelles. Poser le poisson dessus. Ajouter les amandes et le vin blanc. Saler et poivrer. Parsemer de noisettes de beurre.

Couvrir le plat de papier d'aluminium et faire cuire à four chaud 25 minutes. Servir avec du riz créole auquel vous ajouterez des raisins secs, préalablement trempés dans de l'eau chaude ou du thé et du safran.

MERLU AU FENOUIL

Pour 6 personnes

Préparation : 20 min.

Cuisson : 20 min.

Ingrédients :

- 6 darnes de merlu
- 1 cuillère à soupe de jus de citron
- 2 bulbes de fenouil (250 g)
- 1 gousse d'ail
- 4 tomates moyennes
- 4 cuillères à soupe d'huile
- 1/4 de litre de vin blanc sec
- 40 g de beurre
- 2 cuillères à soupe de fines herbes hachées (persil, romarin et citronnelle)
- du sel et du poivre

Rincer les darnes de poisson à l'eau froide et les éponger avec du papier absorbant.

Les arroser de jus de citron. Les mettre au réfrigérateur, à couvert.

Nettoyer les bulbes de fenouil et les couper en quatre. Faire cuire les morceaux de fenouil pendant 10 minutes dans de l'eau salée. Les égoutter.

Eplucher la gousse d'ail et la hacher finement. Peler les tomates, les épépiner et les couper en quatre. Faire chauffer l'huile dans une grande casserole et faire revenir le fenouil, l'ail et les tomates à feu vif. Saler, poivrer et mouiller avec le vin blanc.

Saupoudrer le poisson de sel. Beurrer le plat. Y disposer le poisson et les légumes et parsemer avec les fines herbes. Répartir le reste du beurre par dessus. Préchauffer le four à 200°, glisser le plat à mi-four et faire cuire pendant 15 à 20 minutes.

THON A LA CATALANE

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min.

Cuisson : 45 min.

Ingrédients :

- 800 g de thon
- 5 tomates
- 1 poivron
- 3 oignons
- 3 gousses d'ail
- du thym et du laurier
- 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- 2 dl de vin blanc
- du sel et du poivre

Lavez et séchez le thon sur du papier absorbant. Après l'avoir salé, le faire revenir dans une cocotte.

Pendant ce temps, plonger les tomates quelques instants dans de l'eau bouillante et les peler. Emincer le poivron et les oignons, écraser de l'ail et concasser légèrement les tomates.

Lorsque le thon est doré sur ses 2 faces (5 à 6 minutes de chaque côté), ajouter les oignons et le poivron et laisser revenir. Rajouter ensuite la tomate, l'ail, le vin blanc, le thym et le laurier. Saler et poivrer.

Laisser cuire environ une demi-heure à feu doux.

On peut accompagner ce plat d'une ratatouille ou de riz nature. Prendre un Corbières rouge comme boisson.

TOURNEDOS DE THON

Pour 4 personnes

Préparation : 10 min.

Cuisson : 20 min.

Ingrédients :

- 1 tranche épaisse de thon de 700 g
- 1 sachet de tranches très fines de lard fumé
- 1 cuillère à soupe d'huile de tournesol
- du sel et du poivre

Entourer le thon avec les tranches de lard fumé. Le ficeler comme un tournedos...

Badigeonner chaque face avec un peu d'huile. Saler et poivrer.

Mettre la tranche sur un gril bien chaud et faire cuire 10 minutes maximum de chaque côté.

TERRINE FROIDE DE THON SAUCE CREME

Pour 4 personnes

Préparation :

Cuisson : 120 min.

Ingrédients :

- 800 g de thon coupé en fines tranches
- 1 botte de radis rouges
- 300 g de carottes
- 2 cuillerées à café de basilic haché
- 2 oeufs
- du beurre

Pour la sauce :

- 1 jaune d'oeuf cru
- 25 cl d'huile de tournesol
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- 1 cuillerée à café de moutarde
- 1 cuillerée à soupe de graines de moutarde
- du sel et du poivre

Beurrer le fond et les parois d'une terrine allant au four et, après avoir retiré les morceaux de l'arête centrale, tapisser le fond et les parois de fines tranches de thon. Nettoyer les radis, les couper en deux et les faire cuire pendant 8 minutes dans de l'eau salée.

Eplucher les carottes, les couper en tronçons et les faire cuire dans de l'eau salée pendant 12 minutes. Egoutter chaque légume et couper les carottes en bâtonnets.

Mettre les légumes dans une terrine, ajouter les oeufs battus, et les 2 cuillerées de basilic haché. Saler et poivrer. Bien mélanger et verser la moitié de l'appareil dans la terrine, sur le poisson. Rajouter une couche de thon et recouvrir du reste de l'appareil.

Placer la terrine dans un plat contenant de l'eau et allant au four et faire cuire au bain-marie pendant 1h30 à four chaud (thermostat 6-7 ou 200-250°). Retirer du four. Laisser refroidir à température ambiante, puis mettre au réfrigérateur.

Ne servir que le lendemain. La terrine sera présentée coupée en tranches et accompagnée de sauce crème. Cette dernière est une mayonnaise dans laquelle on ajoute la crème fraîche, puis les graines de moutarde.

LAIT DE POULE AU CHOCOLAT

Pour 1 personne

Préparation : 5 min.

Cuisson : 2 min.

Ingrédients :

- 25 g de chocolat pâtissier
- 25 cl de lait
- 1 jaune d'oeuf
- 1 pincée de vanille en poudre

Casser le chocolat en morceaux et le faire fondre à feu doux dans une casserole avec le lait. Dans un petit saladier, battre le jaune d'oeuf avec la vanille. Verser progressivement la lait chocolaté chaud sur cette préparation, tout en continuant à battre pour obtenir une boisson mousseuse. Déguster immédiatement.

TOURTEAUX DANS LEUR COQUILLE

Pour 4 personnes

Préparation : 25 min.

Cuisson : 15 min.

Ingrédients :

- 4 tourteaux
- 3 oeufs
- 1 cuillerée à soupe de crème
- 25 g de fromage râpé
- du sel, du poivre, de la muscade

Faire cuire les tourteaux vivants dans un court-bouillon bien épicé. Les laisser refroidir puis les décortiquer. Conserver également les oeufs et l'intérieur des têtes. Bien vérifier qu'il ne reste aucun cartilage dans la chair. Faire cuire 2 oeufs durs. Les hacher et les pétrir avec les oeufs de tourteau et l'intérieur des têtes, ajouter l'oeuf entier battu et la crème fraîche, le poivre, la noix muscade, le sel au besoin après avoir goûté. Vous pouvez allonger légèrement la sauce avec un peu de vin blanc. Incorporer le fromage râpé. Mélanger la chair et la sauce en gardant un peu de sauce pour bien napper le dessus. Passer au four chaud 15 minutes.

Déguster chaud ou froid selon votre convenance.

TOURTEAUX FARCIS AUX AVOCATS

Pour 4 personnes

Préparation : 25 min.

Cuisson : 6 min.

Ingrédients :

- 4 tourteaux femelles de préférence, crus et vivants
- 2 tomates bien mûres
- 2 avocats
- 1/4 de tasse de mayonnaise
- quelques gouttes de tabasco
- 2 cuillerées à soupe de coulis de tomate
- 1 cuillerée à café de jus de citron vert
- du sel

Faire cuire les tourteaux à l'eau bouillante salée, après avoir mis du poivre et un bouquet garni. Les égoutter et les plonger dans l'eau froide. Décortiquer les tourteaux en réservant les coquilles. Mêler les chairs émiettées avec les tomates épépinées et les avocats pelés, coupés en petits cubes.

Saler la mayonnaise, lui ajouter quelques gouttes de tabasco, le jus de citron et le coulis de tomate. Assaisonner avec cette sauce le mélange tourteau, tomate, avocats et regarnir les carapaces des tourteaux avec cette salade. Décorer de ciboulette hachée.

SALADE DE LANGOUSTINE AU POIVRE

Pour 4 personnes

Préparation : 10 min.

Cuisson : 2 min.

Ingrédients :

- 800 g de langoustines moyennes
- 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillerée à soupe d'huile de noix
- 1 cuillerée à soupe de poivre rose (ou vert à défaut)
- 1 citron vert
- du persil et de la ciboulette

Cuire les langoustines au court bouillon. Fendre les queues en deux et les servir avec une sauce faite avec les huiles, le poivre, un filet de jus de citron vert, du sel, de la ciboulette et le persil haché. Servir tiède.

LANGOUSTINES GRILLEES A L'ESTRAGON

Pour 4 personnes

Préparation : 15 min.

Cuisson : 3 min.

Ingrédients :

- 24 grosses langoustines
- 1 citron
- 150 g de beurre
- 4 cuillerées à soupe d'estragon frais haché
- du sel et du poivre

Presser le jus de citron et lui ajouter sel, poivre et estragon haché. Faire fondre le beurre et ajouter le mélange au jus de citron. Fendre en deux avec un couteau bien aiguisé, les langoustines et les disposer sur une plaque de four. Arroser ces langoustines avec un peu de mélange au beurre. Passer au grill et dès que les langoustines sont cuites, les servir arrosée avec le reste du beurre fondu assaisonné.

CREME AU CHOCOLAT

Pour 8 à 10 personnes

Préparation : 20 min.

Cuisson : 20 min.

Ingrédients :

- 1 litre de lait
- 50 g de sucre
- 200 g de chocolat pâtissier
- 2 cuillères à soupe de maï zena
- 2 jaunes d'oeufs

Faire fondre le chocolat au bain-marie dans un peu de lait chaud. Ajouter le sucre. Bien remuer pour le faire dissoudre.

Mélanger dans un bol les jaunes d'oeufs et la maï zena. Ajouter progressivement une partie du lait chocolaté et chaud. Verser ce mélange dans le reste du lait. Remuer sans arrêt sur feu doux, jusqu'au premier bouillon. Prolonger la cuisson pendant 2 minutes. Verser dans une grande jatte ou des ramequins individuels.

MEDAILLONS DE SOLE SUR FRICASSEE DE CHAMPIGNONS

Pour 4 personnes

Préparation : 15 min.

Cuisson : 15 à 20 min.

Ingrédients :

- 8 filets de sole
- 500 g de champignons de Paris frais
- 2 tomates
- 1 citron
- 1 dl de vin blanc sec
- 70 g de chapelure
- 100 g de beurre
- 2 échalotes hachées
- du sel et du poivre

Nettoyer et rincer les champignons. Les émincer en fines lamelles et les arroser d'un filet de citron. Peler et écraser les tomates. Les faire cuire avec les champignons, les échalotes et le vin blanc. Laisser réduire presque à sec, saler et poivrer. Etaler la moitié des champignons dans un plat à gratin beurré et y ranger les filets de sole que vous aurez préalablement roulés sur eux-mêmes et maintenus avec un pic en bois. Recouvrir le tout avec le reste des champignons et la chapelure. Ajouter quelques noisettes de beurre et mettre au four 5 à 10 minutes.

Servir dans le plat de cuisson accompagné d'un Mâcon blanc.

FILETS DE MERLAN A LA PROVENÇALE

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min.

Cuisson : 15 min.

Ingrédients :

- 4 filets de merlan de 200 g
- 1 citron
- 800 g de pommes de terre
- 800 g de tomates
- 3 oignons
- 4 feuilles de laurier
- 1 brin de romarin
- 2 gousses d'ail
- 2 cuillerées d'huile d'olive
- du sel et du poivre

Eplucher les pommes de terre. Les rincer et les couper en cubes. Les faire précuire 10 minutes à l'eau bouillante salée.

Plonger les tomates dans l'eau bouillante, les peler et les couper en 2. Les épépiner.

Couper les oignons en fines lamelles, hacher l'ail.

Mettre l'huile d'olive dans un plat, déposer les filets au milieu et les entourer des pommes de terre, tomates, oignons, ail et laurier. Émietter le romarin, saler, poivrer, et laisser cuire à four moyen.

Servir accompagné d'un Bandol rosé.

CRABES FARCIS

Pour 4 personnes

Préparation : 15 min.

Cuisson : 10 min.

Ingrédients :

- 4 petits crabes
- 200 g de poitrine demi-sel
- 2 gousses d'ail
- 3 échalotes
- 1 petit verre à liqueur de rhum
- 1/2 piment
- 2 oeufs
- 3 branches de persil
- 50 g de mie de pain
- 1 verre de lait
- 3 cuillerées à soupe d'huile
- du sel

Pour le court-bouillon :

- 2 litres d'eau
- 3 branches de persil
- 1 verre de vin blanc
- 1 branche d'estragon
- 1 carotte
- 1 oignon
- du sel et du poivre de Cayenne

Préparer le court-bouillon et le porter à ébullition 30 minutes. Y plonger les crabes et les laisser cuire 10 minutes à l'eau frémissante. Egoutter, vider les crabes et conserver la chair. Hacher finement le lard, l'ail, l'échalote, le persil et le demi-piment. Saler.

Faire revenir le tout dans une poêle avec l'huile, déglacer avec le rhum et flamber. Ajouter la mie de pain, trempée précédemment dans le lait et essoré, et la chair du crabe. Laisser colorer, ajouter les 2 oeufs battus.

Remplir chaque carcasse de crabe de cette farce. Servir très chaud, accompagné de riz créole. Comme vin prévoir un Côteau du Layon.

BROCHETTES DE POISSON AU BARBECUE

Pour 4 personnes

Préparation : 10 min.

Cuisson : 10 min.

Ingrédients :

- 300 g de filets de poissons (lieu noir, cabillaud, julienne, haddock)
- 8 noix de coquilles Saint-Jacques
- 2 tranches de lard fumé
- 1 poivron vert

Couper les filets en morceaux allongés pour les enfiler sur les brochettes en les pliant en deux. Commencer et finir la brochette par une noix de Saint-Jacques, en alternant poisson, lard et poivron. Saler, poivrer et passer légèrement les brochettes dans la farine. Ce plat s'accompagne très bien d'un taboulé, arrosé d'un Sancerre rosé.

SALADE DE SEICHE AUX POINTES D'ASPERGES

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min.

Cuisson : 20 min.

Ingrédients :

- 600 g de blancs de seiche
- 100 g de mâche
- 1/2 litre de coques
- 1 botte d'asperges vertes
- 6 pommes de terre à chair ferme
- 1 orange
- du sel et du poivre

Pour la sauce :

- 1 orange malsaise
- 1 cuillerée à soupe de moutarde à l'ancienne
- 1 cuillerée à soupe de vinaigre de cidre
- 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- du cibot (oignons chinois)

Laver les blancs de seiche, les faire cuire au court bouillon 20 minutes, à feu doux. Faire cuire les pommes de terre épluchées dans l'eau salée. Laver les coques. Les faire ouvrir dans une casserole sur feu vif à couvert, puis les décortiquer. Eplucher les asperges en ne gardant que les pointes, les faire cuire 10 minutes dans l'eau salée. Lorsque les blancs de seiche sont cuits, les rincer sous l'eau froide et les couper en lanières.

Pour la sauce :

Presser l'orange. Mélanger la moutarde et le jus d'orange, ajouter vinaigre, huile, sel et poivre. Eplucher et ciseler quelques pousses de cibot, les mélanger à la sauce.

Dans un saladier, disposer tous les éléments de la recette, arroser de sauce et décorer avec quelques quartiers d'orange pelée.

FILETS DE MERLAN AUX POIREAUX

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min.

Cuisson : 20 min.

Ingrédients :

- 4 beaux filets de merlan
- 4 poireaux
- 3 cuillères à soupe de crème fraîche
- 50 g de beurre
- 1 pointe de curry
- du sel et du poivre

Essuyer les filets de merlan, les couper en lamelles épaisses. Eplucher les poireaux, ne garder que les parties blanches, les tronçonner en morceaux de 1/2 cm de largeur.

Dans une poêle, faire fondre le beurre, y jeter les poireaux émincés, tourner et laisser réduire 10 minutes. Après ce temps, ajouter la crème fraîche, saler, poivrer et parsemer de curry. Poser les lamelles de merlan sur les poireaux et continuer la cuisson 10 minutes. Vérifier l'assaisonnement et servir bien chaud.

FRICASSEE DE SEICHE AUX PIGNONS

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min.

Cuisson : 15 min.

Ingrédients :

- 800 g de blancs de seiche
- 3 cuillères à soupe de persil haché
- 100 g de grosses olives violettes
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- 50 g de pignons
- 2 tomates
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- du sel, du poivre et du paprika

Plonger les tomates dans de l'eau bouillante, elle s'éplucheront alors facilement. Les couper en deux, les vider, puis les couper en petits cubes. Eplucher ail et oignons, les couper en fines lamelles. Laver les blancs de seiche, les couper en lanières. Concasser grossièrement les olives.

Dans une poêle à revêtement anti-adhésif jeter les blancs de seiche, lorsqu'ils ont fini de rendre leur eau, ajouter le hachis d'oignons, d'ail et de persil, ainsi que les pignons. Verser l'huile d'olive. Ajouter les morceaux d'olive et les dés de tomate. Laisser cuire sur feu vif, en tournant avec une cuillère en bois, pendant 5 minutes. Saler, poivrer et saupoudrer de paprika. Accompagner de riz complet.

MOUSSE AU CHOCOLAT

Pour 8 personnes

Préparation : 20 min.

Cuisson : 4 h... au réfrigérateur

Ingrédients :

- 200 g de chocolat pâtissier
- 50 g de beurre
- 4 oeufs entiers
- 1 blanc d'oeuf
- 2 cuillères à soupe de rhum
ou 4 petites cuillères de café très fort
- 1 pincée de sel

Casser le chocolat en morceaux. Le faire fondre au bain-marie à feu doux. Lorsque le chocolat est complètement ramolli, ajouter 4 jaunes d'oeufs et le beurre hors du feu en tournant vivement, puis ajouter le rhum ou le café. Battre les 5 blancs en neige avec une pincée de sel. Les incorporer, cuillère par cuillère à la préparation en soulevant délicatement la pâte. Eviter surtout de tourner vigoureusement ou de fouetter. Verser la mousse dans une coupe et la mettre au réfrigérateur pendant au moins 4 heures.

SAUMONETTE SAUCE TARTARE

Pour 4 personnes

Préparation : 10 min.

Cuisson : 15 min.

Ingrédients :

- 800 g de saumonette
- 1 sachet de court-bouillon

Pour la sauce :

- 200 g de mayonnaise
- 1 cuillerée à soupe de cornichons hachés
- 1 cuillerée à café de câpres hachées
- 1 cuillerée à soupe de fines herbes hachées (ciboulette, estragon et cerfeuil)

Mettre le poisson dans une casserole. Le recouvrir du court-bouillon et porter à ébullition. Laisser cuire 15 minutes.

Pendant ce temps, préparer la sauce en mélangeant tous les éléments hachés dans un bol, ajouter la mayonnaise épaisse par cuillerées en tournant.

Déposer la saumonette sur un plat de service chaud et servir avec des pommes de terre vapeur.

Avec ce plat, on boit volontiers un Bourgogne Aligoté

CABILLAUD EN PAPILLOTES

Pour 4 personnes

Préparation : 5 min.

Cuisson : 10 min.

Ingrédients :

- 4 tranches de cabillaud
- 1 citron vert
- 2 carottes
- 2 navets
- 2 blanc de poireaux
- 2 échalotes
- 1 gousse d'ail
- 2 brins de persil
- 1 verre de vin blanc
- 2 cuillérées à café de moutarde à l'ancienne
- 40 g de beurre
- du sel et du poivre blanc

Couper les légumes en fine julienne et la répartir sur 4 feuilles d'aluminium beurrées. Y déposer les tranches de poisson et les parsemer d'ail, d'échalotes et de persil hachés. Saler, poivrer, et ajouter sur chaque tranche 1/2 cuillérée à café de moutarde, une noisette de beurre. Arroser de vin blanc avant de refermer la feuille d'aluminium.

Laisser cuire 10 minutes au thermostat 8.

Servir en laissant chaque convive le soin d'ouvrir sa papillote et d'y ajouter quelques gouttes de jus de citron vert. Accompagner de pommes vapeurs ou d'un émincé de poireaux, avec un Sancerre ou un Bourgogne Aligoté.

Il est possible de remplacer le cabillaud par du lieu jaune ou du lieu noir.

CRABES FARCIS

Pour 4 personnes

Préparation : 15 min.

Cuisson : 10 min.

Ingrédients :

- 4 petits crabes
- 200 g de poitrine demi-sel
- 2 gousses d'ail
- 3 échalotes
- 1 petit verre à liqueur de rhum
- 1/2 piment
- 2 oeufs
- 3 branches de persil
- 50 g de mie de pain
- 1 verre de lait
- 3 cuillerées à soupe d'huile
- du sel

Pour le court-bouillon :

- 2 litres d'eau
- 3 branches de persil
- 1 verre de vin blanc
- 1 branche d'estragon
- 1 carotte
- 1 oignon
- du poivre de Cayenne et du sel

Préparer le court-bouillon et le porter à ébullition 30 minutes. Y plonger les crabes et les laisser cuire 10 minutes à l'eau frémissante. Egoutter, vider les crabes et conserver la chair.

Hacher finement le lard, l'ail, l'échalote, le persil et le demi-piment. Saler.

Faire revenir le tout dans une poêle avec l'huile, déglacer avec le rhum et flamber. Ajouter la mie de pain, trempée précédemment dans le lait et essorée, et la chair du crabe. Laisser colorer. Ajouter les 2 oeufs battus. Remplir chaque carcasse de crabe de cette farce. Accompagner ce plat de riz créole.

Servir très chaud, et ouvrir une bouteille de Côtéaux du Layon.

SALADE DE COQUILLE SAINT-JACQUES

Pour 4 personnes

Préparation : 15 min.

Cuisson : 5 min.

Ingrédients :

- 12 noix de Saint-Jacques
- 200 g de mâche
- 1 tomate
- 1 betterave rouge
- 1 dl d'huile d'olive
- 1 citron vert
- du sel et du poivre

Emincer les noix en 3 ou 4 lamelles suivant la grosseur. Les raidir dans un poêlon avec de l'huile d'olive très chaude, quelques secondes sur chaque face. Les réserver au chaud. Mettre la salade de mâche au fond de l'assiette, l'assaisonner avec une sauce vierge "huile d'olive, citron vert, sel et poivre". Déposer les Saint-Jacques dessus, puis ajouter la tomate coupée en dés, et la betterave rouge coupée en julienne, et servir.

COQUILLE ST-JACQUES AVEC SA BRUNOISE DE QUEUES DE LANGOUSTINES

Pour 4 personnes

Préparation : 10 min.

Cuisson : 45 min.

Ingrédients :

- 16 noix de Saint-Jacques
- 1 oignon
- 2 carottes
- 3 dl d'eau
- 1 dl de vin blanc
- 2 cl de vinaigre de vin
- 1 citron
- 1 brin de persil
- 1 poireau
- 200 g de langoustines vivantes
- du sel et du poivre

Mettre dans un poêlon l'eau avec les carottes cannellées et coupées en rondelles. Cuire 15 minutes. Ajouter l'oignon coupé en lamelles très fines et cuire 10 minutes, puis ajouter le vin blanc que l'on aura pris soin de faire bouillir à part, puis le vinaigre. Cuire le tout 5 minutes.

Plonger les langoustines vivantes dans la nage. Laisser cuire 10 minutes. Les retirer et les couper en dés (brunoise).

Plonger les noix de Saint-Jacques dans la nage. Laisser cuire 5 à 7 minutes.

Ensuite, ajouter la brunoise de langoustines, les rondelles de citron cannellées, les petites têtes de persil et la julienne de poireaux.

Saler, poivrer et servir.

COQUILLES SAINT-JACQUES AUX LANGOUSTINES

Pour 4 personnes

Préparation : 10 min.

Cuisson : 10 min.

Ingrédients :

- 12 noix de coquilles Saint-Jacques
- 20 petites langoustines
- 2 échalotes
- 2 brins d'estragon
- 75 g de beurre
- 1/2 cuillerée à soupe de concentré de tomates
- 150 g de crème fraîche
- 1 jus de citron
- 1 verre à liqueur de Noilly
- du sel et du poivre

Faire fondre le beurre dans une sauteuse à feu moyen. Ajouter les échalotes émincées et l'estragon haché. Laisser blondir 2 minutes. Ajouter le verre de Noilly et les langoustines. Faire sauter le tout durant 6 minutes. Rajouter la crème fraîche, le concentré de tomates, le sel et le poivre. Bien mélanger.

Laver les noix de Saint-Jacques. Les couper en 2 et les faire cuire quelques secondes dans la sauteuse. Verser dans un plat de service chaud.

Au moment de servir, ajouter un filet de jus de citron et un peu d'estragon. Accompagner d'épinards frais.

Se déguste avec un Montrachet, un Puligny Montrachet ou un Graves Blanc.

BLANQUETTE DE SAINT-JACQUES

Pour 4 personnes

Préparation : 15 min.

Cuisson : 40 min.

Ingrédients :

- 16 noix de Saint-Jacques
- 100 g de petits oignons
- 100 g de champignons de Paris
- 1 oignon
- 1 brin de thym
- 1 feuille de laurier
- 50 g de beurre
- 30 g de farine
- 1 dl de crème fraîche épaisse
- 1 citron
- 10 g de sucre
- 100 g de gros sel
- 100 g de pâte fraîche
- du sel et du poivre

Confectionner le fumet avec les barbes des coquilles qui ont été préalablement lavées à l'eau fraîche et gros sel.

Mettre dans une casserole 1 litre d'eau, les barbes, un oignon émincé, thym, laurier, cuire 1/2 heure en écumant. Passer au chinois. Réserver.

Eplucher et glacer les petits oignons (les faire cuire dans un fond d'eau jusqu'à réduction puis les faire rissoler dans du beurre). Cuire les champignons.

Préparer un roux blanc : prendre du beurre que l'on fait fondre (juste blondir) puis rajouter un peu de farine pour réaliser la sauce. Incorporer le fumet. Laisser cuire 10 minutes.

Pocher les noix de Saint-Jacques 5 minutes. Ajouter les petits oignons, les champignons, la crème fraîche.

Saler, poivrer, servir dans des assiettes chaudes, quelques pâtes fraîches comme garniture.

CROQUE-LIEU

Pour 4 personnes

Préparation : 10 min.

Cuisson : 15 min.

Ingrédients :

- 4 tranches de lieu noir ou jaune
- 2 tomates
- 4 tranches de bacon
- 100 g de gruyère
- 40 g de beurre
- du sel et du poivre

Laver les tomates. Couper dans chaque tomate deux rondelles de 1 cm d'épaisseur, sans retirer la peau.

Dans un plat allant au four ranger les tranches de lieu. Sur chacune d'elles disposer une tranche de bacon, puis une rondelle de tomate. Parsemer de noisettes de beurre et faire cuire à four chaud (220° ou thermostat 6).

DARNES DE SAUMON GRILLEES SAUCE BEARNAISE

Pour 4 personnes

Préparation : 5 min.

Cuisson : 10 min.

Ingrédients :

- 4 darnes ou pavés de saumon
- 6 jaunes d'oeufs
- 500 g de beurre
- 1/2 litre de vin blanc
- 1/2 litre de vinaigre
- des échalotes hachées
- du persil haché
- 1 cuillerée à soupe de cerfeuil ou d'estragon haché
- du sel et du poivre

Faire griller les darnes de saumon 4 minutes de chaque côté.

Pour la sauce béarnaise : Faire réduire le vin blanc et le vinaigre de moitié et faire fondre le beurre à feu très doux. Mettre les jaunes d'oeufs dans un récipient et y ajouter la réduction. Fouetter le mélange au bain-marie jusqu'à ce qu'il épaississe.

Hors du bain-marie, ajouter le beurre en filet en remuant. Saler, poivrer, terminer en ajoutant les échalotes et les fines herbes.

Ce plat s'accompagne de riz et se déguste avec un Pouilly Fumé.

ROTI DE LIEU AU FOUR

Pour 4 personnes

Préparation : 10 min.

Cuisson : 30 min.

Ingrédients :

- 800 g de lieu noir ou jaune, ficelé comme un rôti
- 4 tomates moyennes
- 200 g de champignons
- 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- 1 verre à moutarde de vin blanc sec
- 1 hachis d'oignons et de persil
- du sel et du poivre

Disposer le rôti dans un plat allant au four. Saler et poivrer. Entourer le rôti des tomates coupées en 2 et des champignons coupés en 4. Arroser avec l'huile d'olive et le vin blanc sec.

Mettre à four chaud (220° thermostat 6) et faire cuire en arrosant de temps en temps.

Dix minutes avant la fin de la cuisson, saupoudrer avec le hachis d'oignons et de persil.

En accompagnement vous pouvez présenter du riz au curry, une purée de carottes ou de céleri, des choux fleurs, des brocolis, des épinards en purée ou en branches.

CHOUCROUTE DES DEUX LIEUS

Pour 4 personnes

Préparation : 10 min.

Cuisson : 15 min.

Ingrédients :

- 800 g de choucroute cuite au naturel
- 800 g de filets de poisson assortis (lieu jaune, lieu noir, haddock, roussette)
- 50 g de beurre
- 2 échalotes
- 30 cl de vin blanc sec
- 25 cl de crème fraîche
- 4 cuillerées à soupe de ciboulette
- 1 cuillerée à café de sel et de poivre

Réchauffer la choucroute à feu doux.

Cuire les poissons à la vapeur ou au court-bouillon pendant 5 à 10 minutes.

Le haddock sera meilleur poché dans du lait.

Dans une casserole, faire revenir les échalotes hachées dans le beurre. Ajouter le vin blanc. Porte à ébullition. Ajouter la crème fraîche, le sel et le poivre puis, hors du feu, lier la sauce avec le jaune d'oeuf.

Mettre la choucroute dans un plat chaud. Disposer les filets de poisson dessus. Napper la choucroute aux poissons avec la sauce. Parsemer de ciboulette hachée.

CREVETTES GRILLEES

Pour 4 personnes

Préparation : 2 h.

Cuisson : 6 min.

Ingrédients :

- 12 crevettes
- 50 cl d'huile
- 1 bouquet de fines herbes
- 2 citrons

Faire une marinade avec l'huile et les fines herbes. Y plonger les crevettes pendant 2 heures. Les retirer, les sécher légèrement, les embrocher et les griller 2 à 3 minutes de chaque côté selon la grosseur.

Servir très chaud avec quelques gouttes de citron.

CREVETTES AU WHISKY

Pour 4 personnes

Préparation : 3 min.

Cuisson : 12 min.

Ingrédients :

- 12 crevettes
- de l'huile d'olive
- 50 g de crème fraîche
- du sel
- 1 pointe de Cayenne
- du whisky

Chauffer l'huile d'olive à feu vif dans une sauteuse, puis faire rissoler les crevettes pour les dorer. Verser le whisky et faire flamber. Ajouter la crème fraîche avec une pointe de Cayenne. Saler et laisser réduire à feu doux. Servir chaud en entrée.

CREVETTES AU BACON

Pour 4 personnes

Préparation : 10 min.

Cuisson : 6 min.

Ingrédients :

- 12 crevettes
- 12 tranches de bacon
- 1 citron
- du poivre, du sel et des épices

Décortiquer soigneusement les crevettes crues. Envelopper chaque crevette dans une tranche de bacon, puis maintenir la préparation avec une pique en bois. Faire cuire sous le gril au four 3 minutes de chaque côté. Servir très chaud. Accompagner selon les goûts avec des épices ou du citron.

CREVETTES AU POIVRE VERT

Pour 4 personnes

Préparation : 3 min.

Cuisson : 12 min.

Ingrédients :

- 12 crevettes
- de l'huile d'olive
- 50 g de crème fraîche
- du cognac
- du poivre vert et du sel

Faire chauffer l'huile d'olive dans une sauteuse, puis rissoler les crevettes pour les faire dorer. Verser le cognac et faire flamber. Ajouter le poivre vert et la crème fraîche. Saler et laisser réduire à feu doux.

Servir chaud en entrée.

CREVETTES FRICASSEES

Pour 4 personnes

Préparation : 5 min.

Cuisson : 6 min.

Ingrédients :

- 12 crevettes
- 1 bouquet de fines herbes
- de l'ail
- 2 échalotes
- 1 noix de beurre
- du sel et du poivre

Laver soigneusement les fines herbes. Hacher l'ail et les échalotes. Faire roussir le beurre dans une sauteuse, ajouter les crevettes. Faire colorer 2 minutes. Ajouter les fines herbes, l'ail et les échalotes. Saler, poivrer et faire sauter 3 minutes en les secouant pour bien les parfumer.

MERLAN EN FEUILLE DE CHOU

Pour 4 personnes

Préparation : 30 min.

Cuisson : 20 min.

Ingrédients :

- 4 petits filets de merlan
- 20 cl de crème fraîche
- 3 échalotes
- 8 feuilles vertes de chou
- du sel et du poivre

Eplucher les échalotes, les mixer avec les filets de merlan. Saler et poivre, mélanger à la crème fraîche.

Faire bouillir une grande quantité d'eau salée. Y tremper une à une les feuilles de chou. Dès qu'elles commencent à se ramollir, les retirer à l'aide d'une passoire. Poser les feuilles de chou sur le plan de travail. Au milieu de chacune d'elles, déposer une cuillère de mousse de merlan. Replier la feuille pour emballer complètement le poisson. Maintenir les feuilles fermées soit à l'aide d'une petite pique de bois, soit avec de la ficelle de cuisine. Lorsque toutes les feuilles sont garnies, les faire cuire à la vapeur pendant 20 minutes.

Beurre frais fouetté au jus de citron, sel, poivre et feuille d'aneth accompagneront ce plat très diététique.

TERRINE DE MERLAN AU BEURRE BLANC

Pour 6 personnes

Préparation : 30 min.

Cuisson : 40 min.

Ingrédients :

- 600 g de filets de merlan
- 2 dl de crème fraîche
- 4 oeufs
- du sel et du poivre

Pour le beurre blanc :

- 200 g de beurre
- 4 échalotes grises
- 1 dl de vin blanc sec

Mixer les filets de merlan. Dans un saladier déposer la chair de poisson, saler et poivrer. Casser les oeufs et ajouter la crème fraîche. Bien mélanger le tout. Garnir une terrine huilée de cette préparation. Enfourner à four moyen (thermostat 6) pour 40 minutes, au bain-marie.

Laisser la terrine refroidir et reposer au moins une nuit avant de consommer.

Pour le beurre blanc : Eplucher les échalotes grises. Dans une casserole à fond épais, verser le vin blanc, y couper finement les échalotes, porte à feu doux et laisser réduire. Lorsqu'il ne reste plus que 2 cuillerées de liquide, couper le beurre en petits morceaux et l'introduire progressivement en fouettant sans cesse. Lorsque tout le beurre est fondu, saler et poivrer. Cette sauce chaude se sert avec la terrine froide. On pourra décorer avec des fines herbes ciselées ou de l'aneth.

TARTARE DE MERLAN ET DE COQUILLES SAINT-JACQUES

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min.

Cuisson : 5 min.

Ingrédients :

- 4 filets de merlan
- 8 coquilles Saint-Jacques
- 1 citron vert
- 30 g de beurre
- de l'huile d'olive
- de la coriandre fraîche
- du sel et du poivre

Acheter les filets de merlan frais ou, mieux, les faire prélever par le poissonnier. Essuyer les filets, les poser sur une planche à découper. Avec un couteau bien aiguisé, les couper en **très** petits morceaux. **Surtout ne pas mixer**. Saler, poivrer et arroser de jus de citron.

Laver blanc et corail de Saint-Jacques. Couper les blancs en fines lamelles, saler, poivrer et citronner. Dans une poêle, faire fondre le beurre. Y faire chauffer rapidement les coraux puis les écraser à la fourchette. Dans une assiette disposer des lamelles de blanc de Saint-Jacques en couronne. Au centre mettre une cuillère de merlan haché. Parsemer de coraux de Saint-Jacques. Décorer de feuilles de coriandre fraîches ciselées.

Arroser de 2 cuillerées d'huile d'olive ou déguster nature avec un filet de citron selon les goûts.

MINI CAKES TOUT CHOCOLAT

Pour 6 à 8 personnes

Préparation : 30 min.

Cuisson : 30 à 35 min.

Ingrédients :

- 250 g de chocolat pâtissier
- 175 g de beurre ramolli
- 1 pincée de sel
- 100 g de sucre en poudre
- 4 oeufs
- 250 g de farine
- 1/2 sachet de levure
- des cerises confites pour la décoration

Préchauffer le four thermostat 7 (220°).

Casser le chocolat en morceaux et le faire fondre avec 6 cuillerées à soupe d'eau au bain-marie, ou au micro-ondes 2 minutes environ puissance maxi. Mélanger bien au fouet afin d'obtenir une pâte lisse.

Dans un saladier, travailler le beurre en pommade avec une spatule. Ajouter le sel puis, progressivement le sucre et le chocolat fondu. Incorporer les oeufs entiers un à un puis la farine et le beurre. Verser cette préparation, aux 3/4 seulement, dans de petits moules individuels à bords hauts, beurrés et farinés.

Faire cuire 10 minutes au four thermostat 7 (220°), (n'ouvrez pas la porte du four pendant ce laps de temps), puis 20 à 25 minutes à thermostat 5 (180°). Vérifier la cuisson en piquant le centre des petits cakes.

Démouler à la sortie du four et laisser refroidir sur une grille. Décorer ces petits cakes d'une cerise confite avant de déguster.

Vous pouvez ajouter à la pâte de ces cakes des morceaux de fruits confits ou même de fruits frais (pomme ou banane par exemple).

COURONNE DE CHOCOLAT AUX FRUITS DE SAISON

Pour 6 à 8 personnes

Préparation : 10 min.

Cuisson : 5 min. + 3 h. au réfrigérateur

Ingrédients :

- 250 g de chocolat pâtissier
- 1 litre de lait
- 7 feuilles de gélatine
- des fruits de saisons
(250 g de fraises, 2 kiwis, 2 pêches, 1 pomme, 1 banane)

Mettre les feuilles de gélatine à ramollir dans de l'eau froide.

Casser le chocolat en morceaux et le faire fondre à feu doux dans une casserole avec le lait. Bien mélanger. Ajouter les feuilles de gélatine bien égouttées et remuer soigneusement. Verser cette préparation dans un moule en couronne et faire prendre au réfrigérateur 3 heures au minimum.

Laver et équeutez les fraises. Peler les autres fruits et les couper en morceaux. Les sucrer si nécessaire et les réserver au frais.

Démouler la couronne et décorer le centre avec la salade de fruits.

On peut également parfumer ce dessert au chocolat du jus d'une demi-orange, ou de quelques gouttes de fleur d'oranger, ou d'une pointe de vanille et cannelle en poudre.

PARFAIT GLACE AU CHOCOLAT

Pour 6 personnes

Préparation : 25 min.

Cuisson : 12 Heures de congélation minimum

Ingrédients :

- 250 g de chocolat pâtissier
- 2 petites briques de crème liquide (2x20 cl)
- 3 jaunes d'oeufs
- 50 g de sucre glace
- 1 fraise et 1 feuille de menthe pour le décor

Casser le chocolat en morceaux et le faire fondre avec 6 cuillerées à soupe d'eau au bain-marie, ou au micro-ondes 2 minutes environ puissance maxi.

Verser la crème préalablement refroidie dans un saladier bien froid. La battre au fouet électrique jusqu'à ce qu'elle épaississe.

Mélanger vivement les jaunes d'oeufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajouter le chocolat fondu puis incorporer délicatement la crème fouettée. Verser cette préparation dans un moule à fond à reliefs et faire prendre au congélateur 12 heures minimum.

Démouler ce parfait en trempant le fond du moule quelques secondes dans de l'eau bouillante. Le décorer avec quelques copeaux de chocolat, une fraise et une feuille de menthe.

Pour un dîner raffiné, il est possible d'ajouter à ce parfait de petits morceaux de pistaches dessalées ou de noisettes concassées et le mouler dans de petits moules haut individuels.

MILLE-FEUILLE DE PUREES DE BROCOLIS ET CELERI

Pour 4 personnes

Préparation : 30 min.

Cuisson : 40 min.

Ingrédients :

- 300 g de purée de brocoli (surgelée ou non)
- 300 g de céleri (surgelée ou non)
- 40 cl de lait
- 10 cl de crème fraîche
- 4 oeufs entiers
- 1/2 boule de céleri rave
- du sel, du poivre, de la noix de muscade

Remettre en température séparément les purées de légumes. Mélanger, pour chacune, la moitié du lait, de la crème et des oeufs. Assaisonner. Bien travailler pour obtenir des purées homogènes.

Trancher le céleri en très fine tranches, les cuire à l'eau bouillante pendant 2 minutes puis les rafraîchir à l'eau glacée et les tailler en disque de même diamètre que les ramequins.

Graisser les ramequins et y verser les purées en les alternant séparées à chaque fois d'une tranche de céleri. Les faire cuire dans un bain-marie au four pendant 30 à 35 minutes à 140°.

Après cuisson, attendre quelques minutes que les flans se rétractent pour faciliter le démoulage. Couper de façon à obtenir une forme hexagonale puis disposer dans l'assiette. Décorer selon votre choix.

Ce plat peut être servi froid accompagné d'un coulis de tomate, ou chaud comme garniture d'une viande. Boire un Bourgogne aligoté.

TRAVERS DE PORC A LA CANTONAISE

Pour 4 personnes

Préparation : 3 h.

Cuisson : 45 min.

Ingrédients :

- 1 kg de travers de porc
- 4 cuillerées à soupe de sauce de soja
- 2 cuillerées à soupe de miel
- 2 cuillerées à soupe de vinaigre blanc
- 1 cuillerée à soupe de vin blanc
- 1 cuillerée à soupe d'ail finement haché
- 1 cuillerée à café de sucre
- 2 cuillerées à soupe de bouillon de volaille

Dans une terrine, mélanger la sauce de soja, le miel, le vinaigre, le vin, l'ail finement haché ainsi que le sucre et le bouillon de volaille. Y déposer les travers de porc afin de les recouvrir complètement. Laisser mariner 3 heures à température ambiante en prenant soin de retourner la viande de temps à autre.

Préchauffer le four à 200°. Disposer les travers de porc préalablement égouttés sur la grille du four. Mettre sous celle-ci un grand plat creux contenant de l'eau afin de recueillir la graisse fondue. Faire rôtir ainsi 35 minutes, puis augmenter la température à 230° (thermostat 8) pendant 10 minutes. Les travers doivent être dorés et croustillants. Servir immédiatement accompagné de riz cantonnais.

FILET DE PORC A L'ANANAS

Pour 4 personnes

Préparation :

Cuisson : 50 min.

Ingrédients :

- 1 filet mignon ou filet rôti de 400 g
- 8 à 10 tranches de lard
- 1 ananas
- 6 cuillerées à soupe de consommé de volaille
- 2 cuillerées à soupe de miel
- 2 cuillerées à soupe d'huile
- 50 g de beurre

Eplucher l'ananas. Couper une moitié en morceaux et passer l'autre au mixer. Réserver.

Enrouler les tranches de lard autour du filet et ficeler le tout.

Faire revenir le filet "lardé" dans une cocotte avec l'huile jusqu'à légère coloration. Placer ensuite au four à 150° (thermostat 5) pendant 35 à 40 minutes.

Déglacer les sucs de la cocotte avec le bouillon de volaille et la moitié de la purée d'ananas. Réduire d'un quart. Saler, poivrer et réserver.

Mélanger la purée d'ananas restante avec le miel et badigeonner le filet toutes les 10 minutes.

Poêler les morceaux d'ananas dans le beurre.

Après cuisson du filet, retirer la ficelle et le disposer sur un plat de service avec la sauce chaude.

Servir avec les morceaux d'ananas, de la semoule de couscous et des brocolis.

FLAN DE CAROTTES SAUCE AUX PETITS POIS

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min.

Cuisson : 50 min.

Ingrédients :

- 450 g de purée de carottes (surgelée ou non)
- 200 g de petits pois très fins (surgelés ou non)
- 50 g de beurre
- 30 cl de crème épaisse
- 25 cl de fleurette
- 30 cl de lait
- 3 d'oeufs entiers
- 5 g de curry
- 1 pincée de sucre
- du sel, du poivre et de la noix de muscade

Pour le flan : Remettre en température la purée de carottes. Mélanger le lait, la crème épaisse et les oeufs. Incorporer la purée et assaisonner. Bien travailler le tout pour obtenir une purée homogène.

Graisser avec 20 g de beurre des ramequins individuels et y verser le mélange. Les faire cuire dans un bain-marie au four pendant 30 à 35 minutes à 140°.

Après cuisson, attendre quelques minutes que les flans se rétractent pour faciliter le démoulage.

Pour la sauce : Cuire les petits pois surgelés dans de l'eau salée durant 8 à 10 minutes. Les rafraîchir sous l'eau froide. Egoutter puis réserver.

Dans une casserole, verser la crème fleurette, le sucre, le curry et le sel. Délayer au fouet puis porter à ébullition. Après 2 minutes, ajouter les petits pois et redonner un petit bouillon. Mixer le tout avec 30 g de beurre. Vérifier l'assaisonnement et filtrer dans une passoire.

Dresser aussitôt le flan chaud posé sur la sauce.

Ce plat peut être servi en entrée ou comme garniture d'un rôti par exemple.

Servir un Arbois blanc (vin du Jura).

QUASI DE VEAU AUX SAVEURS D'ANGUILLE FUMEE

Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 500 g de noix de veau quasi
- 125 g de beurre doux
- 40 g d'anguille fumée
- 1/2 citron
- 4 échalotes
- 1/2 litre de vin blanc sec
- du poivre de moulin

Faire rôtir ou griller le quasi en le tournant. Compter 40 minutes de cuisson pour les 500 g en cuisant au four, un peu plus au grill.

Confectionner le beurre d'anguille en ciselant les échalotes et en les faisant réduire avec le vin blanc et les 40 g d'anguille fumée ; ensuite ajouter progressivement les 125 g de beurre en parcelles en fouettant. Poivrer et citronner avec le zeste haché. Filtrer le beurre et napper le quasi bien coloré. Couper en tranches et servir avec des épinards ou une bonne purée.

VEAU SAUTE A LA PROVENÇALE

Pour 6 personnes

Préparation : 20 min.

Cuisson : 1h15

Ingrédients :

- 1,5 kg d'épaule de veau désossée
- 6 petits oignons
- 1 poivron vert
- 6 tomates
- 150 g d'olives noires dénoyautées
- 20 cl de vin blanc sec
- 10 cl d'huile d'olive
- 2 feuilles de sauge
- 1 cuillerée à café de romarin séché
- 1 bouquet garni
- du sel et du poivre

Peler et émincer les oignons. Laver les poivrons, retirer les graines et les émincer. Laver les tomates et les couper en tranches. Couper la viande en morceaux.

Faire chauffer 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive dans une cocotte. Ajouter les oignons, le romarin et la sauge. Faire chauffer le mélange doucement.

En même temps, faire dorer les morceaux de veau dans une poêle avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Quand ils sont bien dorés, les égoutter et les mettre dans la cocotte contenant le mélange.

Faire revenir les rondelles de poivrons, puis les tomates dans la poêle pendant 3 minutes, et les verser dans la cocotte.

Ajouter le vin blanc dans la cocotte. Saler et poivrer. Ajouter le bouquet garni et les olives. Laisser cuire doucement dans la cocotte pendant 45 min.

Servir accompagné d'un Pouilly fumé ou d'un Tavel rosé.

TENDRON DE VEAU AUX PETITS LEGUMES

Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 1,2 kg de poitrine de tendron de veau coupé en morceaux réguliers
- 80 g de beurre
- 2 cuillères à soupe d'huile
- 1 botte d'oignons et 1 botte de carottes
- 500 g de petits pois
- 1 bol de bouillon
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche
- du thym, du laurier, du cerfeuil, du sel, du poivre et du sucre

Faire blondir le veau dans une cocotte avec 40 g de beurre et 1 cuillère d'huile. Saler, poivrer, ajouter une branchette de thym et une feuille de laurier. Laisser cuire 20 minutes. Eplucher les oignons et les carottes. Hacher finement les tiges des petits oignons et les ajouter au veau. Faire blondir les oignons et les carottes dans le reste du beurre. Mettre une pincée de sucre. Verser 7 à 8 cuillères de bouillon. Laisser cuire à petit feu 20 minutes. Verser le tout dans la cocotte dans laquelle cuit le veau. Laisser encore 20 à 25 minutes à petit feu en ajoutant les petits pois écosés 15 minutes avant la fin de la cuisson, afin qu'ils restent bien verts et tendres. Ajouter peu à peu le reste du bouillon. Quand la sauce est réduite, servir en ajoutant au dernier moment la crème fraîche et deux cuillères à entremets de cerfeuil haché.

COTES DE VEAU AU CIDRE

Pour 6 personnes

Préparation : 15 min.

Cuisson : 20 min.

Ingrédients :

- 6 côtes premières de veau
- 100 g de beurre
- 250 g de crème fraîche
- 1/2 litre de cidre sec
- 2 jaunes d'oeufs
- 40 g de beurre
- 2 oignons
- 1 bouquet garni
- 1 échalote
- 2 cuillerées à soupe de Calvados
- 2 cuillerées à café de maï zena
- du sel et du poivre blanc

Saler et poivrer les côtes des 2 côtés.

Hacher finement les oignons et l'échalote. Faire fondre du beurre et faire revenir les oignons et l'échalote. Quand ils blondissent, ajouter le cidre et le bouquet garni. Porter à ébullition et laisser réduire à environ 2 verres.

Dans une sauteuse, faire fondre 50 g de beurre. Y faire dorer les côtes de veau. Quand les côtes sont dorées, verser le Calvados et, hors du feu, laisser macérer 5 bonnes minutes. Remettre alors sur le feu en arrosant du cidre réduit et de la moitié de la crème. Laisser cuire 8 à 10 minutes.

Disposer les côtes sur un plat creux et les tenir au chaud.

Délayer la maï zena avec le reste de crème et l'ajouter à la sauce. Porter à ébullition le mélange. Oter du feu. Incorporer les deux jaunes d'oeufs délayés auparavant avec un peu de sauce.

Refaire chauffer un peu et verser le tout sur les côtes.

Accompagner de pâtes fraîches, ou de pommes fruits poêlées au beurre.

RECETTES D'AILLEURS

OEUFS DE GANZER

Origine : Melde III, dans Aldébaran

Catégorie : ENTREE

Pour un oeuf de ganzer :

- 2 oeufs de poule
- 10 g de beurre
- 1 pincée de quatre-épices
- quelques gouttes de tabasco
- 1 pincée de sel
- 1 carré de film alimentaire
- 1 petit bol
- 1 peu de fil ou ficelle alimentaire
- 12 à 15 g de caviar d'oeufs de saumon dont on fait 2 parties égales

Battre les oeufs à la fourchette, avec les épices. Verser le tout dans une petite poêle à fond épais, où l'on aura fait chauffer les 10 g de beurre. Faire cuire à feu très doux, en tournant sans arrêt.

Quand le mélange commence à prendre, éteindre le feu sans cesser de tourner. Y ajouter alors la première moitié du caviar de saumon. Verser très rapidement la préparation dans le petit bol, préalablement tapissé du film transparent, qui dépassera très largement du récipient.

Ensuite, bien tasser, puis ramener les bords du plastique vers le centre et enfermer le tout en aumônière à l'aide du fil.

Laisser reposer cinq minutes.

On enlève le film. L'oeuf de ganzer, ainsi démoulé, a pris l'aspect d'une fleur à demi ouverte. Donner à ce qui reste du caviar de saumon l'apparence d'un gros rubis, qu'on dispose au centre de la corolle.

HACHIS D'INSECTES ET DE PETITS LEGUMES

Origine : Sarkovy de Phi Ophiuchi, soleil Rigel dans le Serpenteaire

Catégorie : LEGUMES

Ingrédients :

- 100 g de riz noir sauvage (Zizania aquatica)
- 150 g de cornilles
(petits haricots blancs avec une tache noire au centre)
- 250 g de salicornes (ou légumes marins)
- 150 g de sauce mayonnaise
- le jus d'un citron vert
- 4 bulbes de citronnelle
- 1 pincée de piment de Cayenne

Faire cuire séparément chaque légume dans l'eau salée, les cornilles ayant été mises à tremper la veille. Les égoutter, puis les réunir dans une coupe après cuisson. Y ajouter l'assaisonnement suivant : 150 g de mayonnaise allongée avec le jus du citron vert, à laquelle s'adjoindront les autres bulbes, hachés menu, de la citronnelle fraîche, préalablement épluchée. Terminer avec la pincée de piment de Cayenne. Mélanger le tout et servir.

Le grain de riz sauvage, ouvert et recroquevillé, évoque un petit insecte, la cornille son cocon. Le tout, mélangé aux salicornes d'un vert soutenu, doit produire un effet très suggestif.

COURONNE AUX FRUITS DE PARACOSMA

Origine : Paracosma, la terre au-delà du monde

Catégorie : DESSERT

Ingrédients :

- 1 carambole
- 1 mangue
- 15 mirabelles
- 150 g de fraises ou de framboises
- 1/3 de boîte de fruits du palmier d'eau
- 150 g de raisin noir (muscat) en petites grappes
- 5 feuilles de gélatine
- 50 cl de thé très fort à la rose
- 1 verre de liqueur de Mi-Kwei-Low Chew (liqueur chinoise)
- 60 g de sucre en poudre
- 1 pincée de poivre blanc moulu

Couper la carambole en tranches fines pour obtenir des fruits en forme d'étoile. Enlever le noyau des mirabelles et les séparer en deux. La mangue sera coupée en morceaux, les fraises et les framboises laissées entières, ainsi que les raisins (on conservera néanmoins quelques grains accrochés à leur grappe pour la garniture).

Rincer abondamment les fruits du palmier. En effet, le sirop dans lequel ils baignent, trop sucré, se révèle d'un faible intérêt gustatif, le fruit lui-même, assez insipide, ne présentant d'attrait que par sa forme bizarre de petit oeuf transparent.

Dans un bol d'eau froide, mettre à ramollir les feuilles de gélatine.

D'autre part, dans une théière, préparer un thé à la rose très corsé. Filtrer et y plonger les feuilles de gélatine, le sucre, le poivre et le verre de Mi-Kwei-Low Chew. Dans un moule en forme de couronne, verser un peu de la gelée ainsi obtenue, et le mettre au réfrigérateur 30 minutes. Au bout de ce temps, disposer sur la surface refroidie, au fond du moule, et de façon décorative, une tranche de carambole, une fraise, un fruit du palmier d'eau, une demi-mirabelle, ainsi qu'une petite grappe de raisin. Faire ainsi le tour de la couronne. Terminer en emplissant le moule de tous les fruits, comme ils se présentent, en alternant soigneusement une couche de fruits et une couche de gelée. Quand le moule est plein, le placer plusieurs heures dans le réfrigérateur.

Au moment de servir, tremper le moule quelques secondes dans l'eau chaude et le renverser sur un plat. A noter que le choix des fruits utilisés dans cette recette, loin d'être arbitraire, tend à restituer l'aspect par ceux évoqués par Stanley Weinbaum, à savoir : rouges, violets, oranges, jaunes, en forme de poire, d'oeuf, d'étoile et de grappes...

THE EUPHORIQUE

Origine : Non identifiée

Catégorie : BOISSON

Ingrédients :

- 5 cuillères à café de thé Lapsang-Souchong (impératif)
- 75 cl d'eau bouillante
- 50 cl de liqueur de saké

Dans une grande théière, faire un thé très fort, qu'on laisse infuser 6 minutes. Pendant ce temps, on aura fait chauffer la liqueur de saké au bain-marie, à feu très doux. Servir chaud, dans des verres ou des tasses, thé et saké à parts égales.

BOURRON

Origine : Divan, constellation d'Alastor 1716, amas de Wyst

Catégorie : DESSERT

Ingrédients

- 8 cuillerées à soupe de farine de châtaigne
- 5 cuillerées de farine blanche
- 5 cuillerées de sucre brun
- 1 oeuf
- 1/4 de verre d'eau
- 1/4 de verre d'huile
- 1/2 paquet de levure chimique
- du sel

Dans une terrine, mélanger tous ces ingrédients pour en obtenir la consistance d'une pâte à biscuit, qu'on verse dans un moule à cake beurré; Faire cuire au four à 160 °C, pendant 35 à 40 minutes. Le gâteau ainsi préparé peut se conserver plusieurs jours, enveloppé dans un film alimentaire.

On peut, sur la même base, faire des beignets en prélevant une cuillerée de pâte, qu'on plonge dans la friture bouillante. Il est conseillé de faire cuire les beignets par quatre à la fois, en surveillant la cuisson et en les arrosant avec l'huile de friture.

Attention, cette cuisson se révèle très rapide.

OEUFS DE CIGOGNE A TETE DE POISSON

Origine : Mullyganz II

Catégorie : ENTREE

Pour un oeuf :

- 1 gros avocat de plus de 500 g de forme parfaitement ovoïde, lisse, très vert, tel qu'on en importe des Antilles (l'aspect doit impérativement être celui d'un gros oeuf)
- 50 g de tarama brut non préparé (purée d'oeufs de cabillaud saumurée)
- 1 jaune d'oeuf dur
- 1 demi citron
- de l'huile
- 1 pincée de paprika
- 1 gousse d'ail
- 1 pointe de piment de Cayenne

Couper l'avocat en deux. Enlever le noyau. Badigeonner de jus de citron les deux moitiés obtenues pour éviter qu'elles ne noircissent pas à l'air.

Disposer, au fond d'une petite jatte, le jaune d'oeuf dur, le tarama, le jus du demi-citron et toutes les épices. Ecraser et délayer à la fourchette pour obtenir la consistance d'une pommade. Avec le batteur électrique, monter le mélange en versant l'huile peu à peu jusqu'à avoir une mayonnaise très épaisse (on devrait pouvoir la couper au couteau).

Remplir les deux cavités laissées par le noyau de l'avocat avec le tarama ainsi préparé, en lissant bien les surfaces, pour donner à ces deux moitiés l'apparence d'un gros oeuf coupé en deux.

Ce produit, à déguster au naturel, est parfois appelé "oeuf de Sturgeon", du nom de celui qui l'a fait connaître, encore que son prix de revient soit très inférieur à celui du caviar.

LANGUES DE LAPIN DE GARENNE AU VIN ET AUX CHAMPIGNONS

Origine : Arrakis (Dune pour les indigènes)

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 6 langues d'agneau
- 1/2 litre de vin rouge corsé
- 2 échalotes
- 1 grosse pincée de cannelle
- 5 feuilles de sauge
- du sel et du poivre
- 20 g de beurre
- 1 cuillerée à soupe d'huile

Pour la garniture :

- 25 g de champignons noirs séchés
que les Chinois appellent "oreilles de chat"
que les japonais appellent "Shiitake"
à faire tremper douze heures et à débarrasser de toutes les
parties dures

Dans un fait-tout, mettre à blanchir les langues avec deux litres d'eau salée pendant 30 minutes. Les laisser tiédir. Oter la membrane blanche et épaisse qui les enveloppe. On enlèvera également toute la partie supérieure primitivement attachée à la gorge. Coupe chaque langue en deux dans le sens de la longueur afin d'obtenir deux langues à partir d'une seule.

A l'intérieure d'une cocotte, faire revenir les échalotes émincées dans l'huile chaude. Ajouter les langues, la cannelle, la sauge, le sel et le poivre. Remuer soigneusement, recouvrir avec le vin et disposer tout autour les champignons noirs, déjà traités comme indiqué ci-dessus, et qu'on aura fait sauter dans le beurre.

Couvrir et laisser cuire à petits bouillons pendant 1 heure 1/4. A la fin, il ne doit rester que très peu de sauce.

Le mélange de couleurs viande violacée et champignons noirs doit donner à ce plat l'aspect insolite qu'on en attend.

ARAK DES ILES DU MONDE D'AZUR

Origine : Iles flottantes du Monde d'Azur

Catégorie : BOISSON

Ingrédients :

- 15 g d'anis vert
- 5 boutons de badiane, ou anis étoilé
- 1/2 litre d'alcool à 90°
- 2 morceaux de sucre
- 1 gousse de vanille
- 75 cl d'eau

Plonger l'anis vert, la badiane et la vanille, ainsi que les morceaux de sucre dans 75 cl d'eau. Faire bouillir plusieurs minutes en laissant l'évaporation s'opérer jusqu'à ce qu'il reste 1/2 litre de cette décoction. Sur le liquide bouillant retiré du feu, verser l'alcool à 90°. Laisser partir les vapeurs durant une demi-heure. Filtrer alors en utilisant un entonnoir et un morceau de gaze.

On obtient ainsi un litre d'arak des îles.

PÂTISSERIE CHAUDES AU CHOCOLAT ET A LA CANNELLE

Origine : Belshazaar

Catégorie : DESSERT

Ingrédients :

- 1 paquet de 10 feuilles de brick (on trouve facilement, dans les épicerie orientales, ces fines galettes rondes)
- 150 g de chocolat bitter
- 50 g de beurre
- 50 g de sucre en poudre
- 100 g de noisettes en poudre
- 1 grosse cuillerée à café de cannelle
- 1 jaune d'oeuf

Faire fondre le chocolat bitter au bain-marie, avec 20 g de beurre et une cuillerée à soupe d'eau. Quand le chocolat est fondu, ajouter le jaune d'oeuf, le sucre, la cannelle, la poudre de noisettes. Mélanger le tout en une pâte homogène.

Partager en deux chaque feuille de brick, de façon à obtenir des demi-cercles. Replier vers l'intérieur la partie arrondie du demi-cercle, pour former un rectangle approximatif. Déposer au centre de ce rectangle une cuillerée de farce au chocolat. Ramener par-dessus la partie droite du rectangle, puis les côtés, afin d'obtenir des carrés d'à peu près cinq centimètres.

Beurrer largement la plaque du four avec les 30 g de beurre restant. Disposer dessus ces carrés de pâtisserie. Mettre à cuire à four doux (150 g). Les retourner au bout d'un quart d'heure. Lorsqu'ils sont blonds, arrêter la cuisson. Servir tièdes, saupoudrés de cannelle.

BORST DE PANDORE

Origine : Pandore, soleils Rega et Akli

Catégorie : BOISSON

Ingrédients :

- 1 l de bourbon (à 40° au moins, plus si possible)
- 12 feuilles de menthe douce séchées
- 6 feuilles de menthe poivrée séchées
- 1 bâton de vanille bourbon

Mettre au fond d'une carafe le bâton de vanille et les feuilles de menthe. Verser le bourbon dessus. Fermer hermétiquement. Laisser macérer 10 jours. Si, au terme de ce délai, le goût est très déjà très prononcé et la couleur de liquide foncée, il est recommandé de filtrer le borst. Il aura acquis alors ce goût complexe de bourbon et de menthe sur lequel Frank Hebert insiste dans sa chronique sur l'Incident Jésus.

Le borst est fabriqué sur Apicius selon la recette de Pandore, à partir de produits maltés divers, kadik d'Orgoreyn de la planète Gethen, céréales hainiennes, et surtout, pour plus de 50%, de corniflor importé de Genesisia.

GATEAU IONISE AUX EPICES ET AU LAIT DE VACHE TERRIENNE

Origine : Sandroz

Catégorie : DESSERT

Ingrédients pour le gâteau :

- 250 g de fromage italien "ricotta"
- 20 cl de crème fraîche épaisse
- 80 g de sucre glace
- 2 oeufs très frais
- 30 g de gingembre confit
- 20 g de tamarin confit (épicerie chinoises)
- 1 sachet de sucre vanillé
- le zeste d'une demi-orange
- 5 feuilles de gélatine
- quelques cerises bleues

Ingrédients pour la gelée :

- 125 cl de curaçao bleu
- 3 feuilles de gélatines

Confection du gâteau

Faire d'abord ramollir les 5 feuilles de gélatine dans l'eau froide. Les faire fondre ensuite dans 2 ou 3 cuillerées d'eau bouillante.

Casser les oeufs, en séparant les blancs des jaunes.

Dans une jatte, battre énergiquement les jaunes d'oeufs avec 50 g de sucre glace jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Sans cesser de battre, ajouter le fromage, la crème fraîche, les épices confites, le zeste d'orange et la gélatine fondue jusqu'à obtenir une crème très homogène.

Dans une autre jatte, battre les blancs en neige très ferme, en y incorporant, petit à petit, les 30 g de sucre glace restants et le sachet de sucre vanillé.

Mélanger délicatement les deux préparations, et verser dans un moule bien froid en forme de couronne.

Confection de la gelée

De la même façon qu'indiqué plus haut, faire fondre les 3 feuilles de gélatines. Les mettre dans le curaçao bleu qu'on aura versé dans un récipient plat, sur une hauteur approximative d'un centimètre. Quand la gelée sera prise, la hacher grossièrement en copeaux, en mettant de côté 4 petits cercles d'un diamètre de 4 à 5 centimètres, découpés grâce au bord d'un verre à liqueur par exemple.

Au bout de plusieurs heures, retourner sur un plat le gâteau qui doit être suffisamment solide. L'entourer avec les copeaux de gelée bleue. Disposer symétriquement sur le dessus les quatre petits disques de gelée, au centre desquels on posera une cerise également bleue (en vente dans les épicerie fines).

PAIN DE ROUTE DE ROCANNON

Origine : Rocannon, dans Fomalhaut II

Catégorie : PAIN

Ingrédients :

- 300 g de semoule fine de blé
- 200 g de semoule de maïs
- 2 sachets de levure biologique
- 10 cl d'huile
- 1 cuillère à café de sel
- 1 cuillère à soupe de sucre
- 3 cuillères à soupe d'eau tiède
- 30 cl d'eau pour pétrir la pâte

Dans une terrine, délayer la levure, le sel, le sucre, avec les 3 cuillères d'eau tiède. Laisser reposer 15 minutes. Y ajouter alors, en remuant, l'huile, ainsi que les deux semoules.

Ensuite, verser petit à petit sur le mélange les 30 cl d'eau. Pétrir le tout pendant 5 minutes. Faire lever, terrine couverte, dans un endroit tiède, pendant 1 heure 1/2. Ce temps écoulé, repétrir la pâte encore 5 minutes, très énergiquement. En former ensuite un cylindre d'environ 8 centimètres de diamètre, et le découper en 8 tranches d'égale épaisseur.

Huiler une plaque allant au four, y disposer les 8 tranches, suffisamment espacées pour pouvoir les aplatir afin d'en obtenir des galettes d'un centimètre d'épaisseur. Laisser à nouveau gonfler 30 minutes, puis faire cuire à 250° pendant 30 minutes également.

BOUILLON VERT PALE AUX PLANTES DES MARAIS

Origine : Sarkovy de Phi Ophiuchi, soleil Rigel dans le Serpenteaire

Catégorie : SOUPE

Ingrédients :

- 1 kg d'écrevisses
- 25 cl de vin blanc sec
- 1 l d'eau
- 250 g de salicornes nettoyées, dessalées et finement hachées
- 100 g d'algues vertes (laitues de mer) également dessalées et finement hachées
- du poivre
- 2 cm de racine de gingembre
- 50 g de beurre
- 1 jaune d'oeuf cru
- le jus d'un citron

Dans une marmite, préparer un court-bouillon avec l'eau, le vin blanc, le poivre, le gingembre, les salicornes et les algues. Laisser cuire 20 minutes. Au bout de ce temps, ajouter le kilo d'écrevisses. Laisser cuire 15 minutes encore.

Au moment de servir, mettre au fond de la soupière le jaune d'oeuf, le jus de citron, le beurre. Verser dessus, en tournant lentement avec une cuillère en bois, le contenu de la marmite.

Les Camélos n'absorbent pas de nourriture solide, mais pour les autres ethnies, les écrevisses peuvent être soit mangées à part, soit débarrassées de leur carapace et coupées dans le bouillon.

STEKPOM

Origine : Libre-Fief, avant poste de l'empire

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 1 potimarron de 1 kg environ
- 300 g de boeuf haché
- 1 oeuf
- 1/2 pomme râpée
- 2 cuillerées à soupe de chapelure
- 1 cuillerée à soupe d'huile
- 20 g de beurre
- 1 tranche de jambon fumé de 75 g environ
- 5 ou 6 grains de poivre noir ou de genièvre
- du sel
- 1 pincée de fleurs de thym

Choisir un potimarron d'une jolie forme rappelant celle d'une grosse pomme. Faire une incision circulaire autour du pédoncule de façon à retirer la petite calotte du sommet. Creuser le fruit. En retirer toutes les graines, ainsi que la partie centrale, en ménageant une paroi de pulpe d'environ un centimètre d'épaisseur.

Dans une sauteuse, faire chauffer le beurre et l'huile. Y mettre la pulpe retirée de la partie centrale du potimarron, détaillée en petits morceaux, et la demi-pomme râpée. Laisser cuire à feu doux, en tournant fréquemment le mélange, jusqu'à cuisson complète (à peu près 15 minutes). Ce temps écoulé, ajouter le boeuf haché, 2 cuillerées à soupe de chapelure, un oeuf, du sel, du poivre, une pincée de fleurs de thym. Mélanger le tout et en farcir le potimarron.

D'autre part, pour faire le coeur du stekpom, prendre la tranche de jambon fumé, la disposer à plat sur une planche. Sur le bord le plus étroit de la tranche, placer 5 ou 6 graines de genièvre suffisamment rigide. Enfoncer ce cylindre au centre du stekpom farci par l'ouverture ménagée au sommet du fruit. Y replacer ensuite la petite calotte attenante au pédoncule. Piquer le fruit sur toute sa surface pour éviter qu'il n'éclate en cours de cuisson. Faire cuire au four 3 heures à 150° dans un plat en terre. Le fruit doit rester intact. Lorsqu'on le découpe, au moment de servir, le coeur et les pépins sont figurés par la tranche de jambon et les grains de genièvre.

Rappelons que le stekpom, qui constituait, grâce à ses qualités nutritives, l'alimentation quasi obligée des astronautes de Libre-Fief, a également été adopté, pour les mêmes raisons, par les membres de la Garde Spatiale en mission de longue durée. Selon le chroniqueur de Libre-Fief, Poul Anderson, ce fruit doré, sphérique, apparaît au palais sucré et légèrement fumé, avec un goût marqué de protéine.

POTAGE AUX ALGUES

Origine : Lingar

Catégorie : SOUPE

Ingrédients :

- 6 ailerons de poulet
- 50 g d'algues (laitue de mer)
- 2 bulbes de fenouil
- 1 tablette de concentré de volaille ou de légumes
- 1 oeuf
- 1 citron
- 2 cuillères à soupe d'huile
- 1 pincée de sel
- 3 g de poivre
- 1/2 l d'eau

Mettre les ailerons de poulet à cuire dans une marmite. Recouvrir d'eau froide et porte à ébullition. Jeter cette première eau dès l'apparition de l'écume à la surface. Remplir le récipient avec un litre et demi d'eau. Y mettre les ailerons, le fenouil coupé en dés, la tablette de concentré, le sel et le poivre. Laisser bouillir à petit feu, marmite couverte, pendant 30 minutes. Au bout de ce temps, adjoindre au potage les algues coupées en lanières, après les avoir abondamment rincées à l'eau courante. Cuire encore 30 minutes à feu doux, marmite découverte. Retirer enfin les ailerons de poulet et passer le potage au mixer.

Au dernier moment, ajouter dans la soupière l'oeuf battu, qu'on y versera par un entonnoir à embouchure étroite pour former des filaments qui se coaguleront à la chaleur du potage.

POTAGE JAUNE AUX PARFUMS DE GARRIGUE

Origine : Soror

Catégorie : SOUPE

Ingrédients :

- 500 g de pommes de terre
- 500 g de rutabagas
- 3 courgettes
- 2 tomates
- 5 cl d'huile d'olive
- 1 l de lait
- quelques fleurs de courgettes
- 1 cuillerée à café de sarriette fraîche
- 1 cuillerée à soupe de fleurs de lavande
- du sel et du poivre blanc
- 1 pincée de safran
- 3 gousses d'ail

Dans un fait-tout, faire sauter rapidement les pommes de terre, les rutabagas et les courgettes, le tout grossièrement coupé en morceaux. Ajouter les 2 tomates, épluchées et épépinées, ainsi que le thym et le safran. Saler, poivrer, et laisser cuire à petit feu 30 minutes. Quand les légumes sont bien tendres, les réduire en purée, qu'on mixe alors avec le lait bouillant et les gousses d'ail.

Verser le potage dans une soupière. Le garnir de fleurs de courgettes et en parsemer la surface avec les fleurs de lavande.

POTAGE BRUN-VERT DE DZAN

Origine : Système Dzan, constellation G 29

Catégorie : SOUPE

Ingrédients :

- 700 g de potiron ou de courge rouge
- 700 g de tiges de rhubarbe
- 6 tranches de viande de boeuf séché et épicé (le "pasterma" vendu dans les épiceries grecques, turques ou arméniennes)
- 1 grosse pincée de carvi en poudre
- 1 grosse pincée de thym en poudre
- 1 grosse pincée de cannelle en poudre
- 2 piments de Cayenne
- 1 tablette de bouillon de boeuf concentré
- 10 cl d'huile
- 100 g de crème fraîche
- 1 blanc d'oeuf
- du sel et du poivre

Au fond d'un fait-tout, faire rissoler dans l'huile les tranches de pasterma coupées en lamelles. Y mettre le potiron, détaillé en gros dés. Faire revenir quelques instants avant d'y ajouter la rhubarbe, coupée en gros tronçons et blanchie préalablement quelques instants dans de l'eau bouillante. Terminer avec les épices et le bouillon de boeuf concentré. Saler et poivrer légèrement. Recouvrir d'un litre et demi d'eau, et laisser cuire à petits bouillons, marmite couverte, pendant une heure. La cuisson terminée, mixer le potage en y ajoutant la crème fraîche. Battre le blanc d'oeuf en neige très ferme avec une pincée de sel. Cinq minutes avant de servir, en former, à l'aide d'une cuillère à café, de petits dômes qu'on déposera délicatement à la surface du potage. Couvrir.

MOUSSE DE GELEE ALCOOLISEE AU SANQUA ROSE DE RIGEL

Origine : Rigel et Misare XII

Catégorie : DESSERT

Ingrédients :

- 500 g de coings épluchés, épépinés et coupés en morceaux
- 100 g de sucre
- 250 g de crème fraîche
- 25 cl d'alcool à 90°
- 4 bulbes de citronnelle
- 2 feuilles de gélatine
- 100 g de pralines

Dans une cocotte à fond épais, mettre à cuire les coings avec le sucre et la citronnelle. Recouvrir très largement le tout d'eau froide. Quand les fruits sont devenus presque rouges, les ôter de la cocotte et laisser le sirop réduire jusqu'à ce qu'il n'en reste qu'1/4 de litre environ. Verser les 25 cl d'alcool sur le liquide brûlant. Filtrer, puis mettre au froid dans un pot pendant 12 heures. La préparation aura pris alors la forme d'une gelée.

Pour obtenir la mousse elle-même, réduire en purée les morceaux de coings employés à la confection de la gelée. La mettre sur le feu en y ajoutant les deux feuilles de gélatine préalablement trempées dans l'eau froide. Bien remuer, laisser tiédir, et y ajouter la crème fraîche battue en chantilly très ferme, ainsi que les pralines réduites en poudre. Verser ce mélange dans des moules individuels, qu'on place au réfrigérateur durant 4 à 6 heures. Servir la mousse accompagnées d'un petit godet contenant la gelée.

OISEAU A QUATRE AILES D'ELYSIA

Origine : Elysia, dans Bêta Ceti

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 2 pintades d'1 kg environ chacune
- 40 g de miel liquide
- 5 cl d'huile d'ail (voir recette par ailleurs)
- 1 cuillère à café de fleurs de thym
- 8 clous de girofle
- 20 g de poivre blanc en grains

Ecraser au mortier le poivre, la girofle et le thym, jusqu'à réduire le tout en poudre très fine. Couper chaque pintade en deux dans le sens de la largeur. Mettre de côté les parties cuisses, qui pourront servir à élaborer une autre recette (terrienne, par exemple). Joindre face à face les deux parties avant des pintades. A l'une des parties, on conservera la tête attachée au corps. De l'autre, on enlèvera la tête, mais en lui laissant le cou, qui donnera alors l'impression d'une queue animale. Bien serrer les deux parties l'une contre l'autre. Pour les faire tenir ensemble, croiser l'aile de la partie avant avec celle de la partie arrière, la droite sur la gauche, de chaque côté. A l'aide d'une ficelle de boucherie, attacher en croix les deux parties, afin de les rendre étroitement solidaires, puis réunir finalement les 4 ailes grâce à un noeud central.

Disposer la volaille ainsi préparée dans une terrine. L'enduire très largement avec l'huile d'ail, le miel et les épices en poudre. La laisser ainsi mariner pendant 12 h, puis la mettre au four très chaud (220°) durant 45 à 50 minutes, selon la taille. Après 30 minutes, toutefois, alors que le volatile a commencé à caraméliser, verser au fond de la terrine la valeur d'un petit verre d'eau. Le tourner dès lors toutes les 5 minutes, en l'arrosant de son jus jusqu'à la fin de la cuisson.

Servir a part le coulis du paradan de Caraban.

COULIS DU PARADAN DE CARABAN

Origine : Arrakis (Dune pour les indigènes)

Catégorie : SAUCE

Ingrédients :

- 200 g de melon cantaloup
- 100 g de crème fraîche
- 10 cl de porto
- du sel et du poivre

Faire sauter légèrement, dans un peu de beurre, le melon coupé en petits dés. Ajouter le porto, le sel, le poivre, puis faire réduire de moitié. Verser la crème et passer le tout au mixer pour en obtenir un coulis onctueux. Remettre le coulis à chauffer, et le servir en saucière avec l'oiseau à quatre ailes d'Elysia.

NOTA :

S'il se présente le double de convives, on peut procéder de façon identique avec les parties postérieures des deux pintades, pour reconstituer un **aplomage de Sirius**, doté, comme chacun sait, de 4 cuisses. La cuisson, il va de soi, devra en être un peu plus longue, et le coulis, dans ce cas, reste facultatif.

HUILE D'AIL LUNAIRE

Origine : Lune, dans le système Sol

Catégorie : CONDIMENT

Ingrédients :

- 1/2 litre d'huile d'arachide
- 2 grosses têtes d'ail coupées grossièrement
- 1 cuillerée à café de poivre "5 baies"

Dans un poêlon, verser l'huile avec l'ail. Démarrer à froid, puis faire cuire 10 minutes à feu très doux, sans cesser de surveiller. Quand l'ail commence à peine à dorer, éteindre le feu. Laisser tiédir et mettre dans un pot avec les grains de poivre.

Cette huile peut être utilisée nature, pour la macération, par exemple celle des **oeufs de poisson de Sigma**, ou pour la préparation de certaines recettes, comme l'**oiseau à quatre ailes d'Elysia**.

GATEAU AU CASSIS DE L'AMAS D'ETOILES

Origine : Planète sans nom au-delà du soleil Miel

Catégorie : DESSERT

Ingrédients :

- 300 g de farine
- 150 g de beurre
- 125 g de sucre
- 1 sachet de levure chimique
- 4 gros oeufs
- 3 cm de gingembre frais râpé
- 1 cuillerée à café de cannelle
- 1/4 de cuillerée à café de clous de girofle en poudre
- 1/2 cuillerée à café de noix muscade
- 1 sachet de sucre vanillé
- le zeste d'un citron
- 1 pincée de poivre
- 1/2 pot de confiture de cassis très épaisse avec des fruits entiers

Battre vigoureusement les oeufs avec le sucre. Ajouter le beurre fondu, puis verser le tout dans une jatte où l'on aura déjà mis la farine, la levure, toutes les épices, le zeste de citron râpé, le sucre vanillé et une pincée de sel. Fouetter énergiquement pour obtenir une pâte très lisse. Laisser reposer au froid 45 minutes. Battre à nouveau. Verser la pâte dans un moule à manqué beurré. En lisser le dessus, puis y disposer, en les enfonçant à chaque fois légèrement, des cuillerées à soupe de confiture de cassis. Faire cuire à feu doux (175°) pendant 1 heure. A la chaleur la confiture se sera incorporée à la mie du gâteau, qu'elle aura abondamment veinée. Utiliser un moule de forme très originale de préférence.

KARABOS

Origine : Planète de la septième étoile, constellation du Scarabée

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 1 courge-spaghetti de 700 g environ
- 300 g de foies de volaille découpés en lamelles
- 1 cuillerée à café de colorant alimentaire bleu (les spaghetti végétaux étant jaunes, la couleur finalement obtenue sera de ce vert évoqué dans le rapport des Strougatski)

Pour la sauce brune :

- 2 oignons
- 15 cl d'huile
- 15 g de beurre
- 2 cuillerées à soupe de sauce de soja
- 2 cuillerées de vinaigre de vin
- 1 cuillerée à soupe de moutarde
- 3 filets d'anchois
- 10 olives noires dénoyautées
- 1 bouquet d'estragon
- 1 cuillerée à café de sucre

Faire bouillir dans un fait-tout la courge-spaghetti pendant 35 minutes avec 2 l d'eau salée. La laisser refroidir. La couper en deux, et, à l'aide d'une cuillère, la débarrasser de toutes ses graines, pour en retirer la chair, qui se présente en longs filaments évoquant les spaghetti auxquels ce fruit doit son nom.

Dans le fait-tout, remettre à bouillir 1 litre 1/2 d'eau, avec le sel et une cuillerée à café de colorant alimentaire bleu. Plonger les spaghetti végétaux 1 minute dans cette eau. Les égoutter dans une passoire, où on les laisse en attente plusieurs heures.

Dans un poêlon, faire colorer les oignons avec le beurre et un peu d'huile, puis les retirer. Rajouter encore un peu d'huile dans le poêlon afin d'y faire revenir, pendant 5 minutes et sans cesser de remuer, les lamelles de foie de volaille. Mélanger alors oignon et foie.

Par ailleurs, dans un robot, mettre le restant de l'huile en même temps que tous les autres ingrédients, anchois, olives, sauce soja, vinaigre, estragon, moutarde, sucre... Laisser tourner 1 minute avant de plonger les lamelles de foie dans la sauce brune obtenue.

D'autre part, on aura façonné, avec les doigts, une douzaine de petites pelotes de spaghetti verts, en enfonçant, au sommet de chacune d'elles, un oeuf de caille dur. On entourera de ces pelotes la viande et sa sauce disposées au centre d'un grand plat.

RAGOUT CELESTE A LA FIZBE

Origine : Fizbus

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 1 beau chou rouge
- 500 g de joues de lotte
- 20 oignons grelots
- 150 g de crème fraîche
- 1 cuillerée à soupe de moutarde
- 3 bulbes de citronnelle fraîche
- 1 cuillerée à café de graines de fenouil
- 1 jaune d'oeuf
- le jus d'1/2 citron
- 10 grains de genièvre
- du beurre et de l'huile
- du sel et du poivre
- 1 morceau de sucre

Enlever les feuilles externes du chou rouge. L'émincer finement en ôtant toute la partie dure du trognon. Le laver à l'eau fraîche.

Dans un fait-tout plein d'eau bouillante (à ne pas saler tout de suite) on fait blanchir le chou 1 minute, pas plus.

Par ailleurs, dans une cocotte en fonte, chauffer un peu de beurre et d'huile, mettre les petits oignons, le morceau de sucre, et laisser bien dorer. Y ajouter alors le chou blanchi, avec le genièvre, le sel et le poivre. Recouvrir d'eau et faire cuire environ une heure. Laisser évaporer jusqu'à ce qu'il ne reste dans la cocotte qu'environ 20 cl de liquide. Le chou étant cuit, le mettre à égoutter dans une passoire, en prenant soin de récupérer dans un bol son jus de cuisson, qui doit être de couleur indigo soutenu, afin de s'en servir ultérieurement pour la cuisson du poisson.

Détailler les joues de lotte en grosses lamelles, qu'on fait raidir dans une sauteuse, avec un peu de beurre et d'huile, de sel et de poivre. Sans attendre qu'elles dorent, les retirer de la sauteuse pour les faire cuire 15 minutes dans le jus de cuisson du chou, auquel on aura ajouté la citronnelle et le fenouil. Ce temps écoulé, retirer les morceaux de poisson, puis faire réduire la sauce, de façon qu'il n'en subsiste qu'un centimètre au fond de la sauteuse. Y verser la crème fraîche, mélangée à cuillerée de moutarde. Laisser chauffer une minute. Hors du feu, y ajouter alors un jaune d'oeuf et le jus du 1/2 citron. Fouetter énergiquement avant de passer la sauce au chinois. La verser sur les morceaux de lotte. Disposer ceux-ci au centre du plat à servir, et les entourer avec les morceaux du chou, qu'on aura, entre-temps, gardés au chaud.

La sauce rosée sur le poisson violacé, entouré du chou devenu de couleur lie-de-vin, donneront à ce plat l'aspect insolite qui caractérise la cuisine particulière de la planète Fizbus.

PATE DE VEAU LUNAIRE

Origine : Lune, système Sol

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 500 g de langue de veau
- 1/2 cervelle de veau
- 1 très gros cèpe d'environ 200 g
- 4 oeufs
- 70 g de chapelure
- 50 g de beurre
- 3 gros oignons
- 1 bâton de cannelle
- 1 gousse de vanille
- 1/2 litre de sauternes
- quelques belles feuilles d'épinards
- le zeste d'une demi-orange
- 1 pincée de safran
- du sel et du poivre

Faire cuire pendant 1 heure la langue de veau dans de l'eau salée. Ce temps écoulé, la sortir de l'eau, lui ôter toute la membrane blanche qui la recouvre, ainsi que les petits déchets qui y seraient encore attachés. La passer dans la machine à viande (grosse grille). D'autre part on aura fait blanchir et légèrement sauter dans le beurre la cervelle de veau, salée et poivrée.

Dans une sauteuse, faire rissoler les oignons hachés, avec un peu de beurre ou d'huile. Tourner, ajouter la langue hachée, ainsi que le cèpe, coupé en petits morceaux. Mélanger bien le tout, en laissant légèrement rissoler. Recouvrir avec le sauternes. Y jeter le zeste d'orange, le bâton de cannelle, la gousse de vanille, le safran, le sel et le poivre. Faire cuire à découvert jusqu'à ce qu'il ne reste plus de liquide dans la sauteuse. Couper la cervelle en gros morceaux, chacun enveloppé alors dans une feuille d'épinard pour en faire un petit paquet. Quand la préparation de langue hachée aura tiédi suffisamment, la mélanger à la chapelure, ainsi qu'aux 4 jaunes d'oeufs. Battre les 4 blancs en neige et les incorporer à la préparation. Verser le tout dans un moule assez profond, et y enfoncer les petits paquets obtenus en enveloppant la cervelle dans les feuilles d'épinard.

Enfourner à 200° pendant 45 minutes. Ce pâté ne doit pas être retourné. Il se découpe dans le moule de cuisson pour être mangé froid afin de bien retrouver le goût de gaufre et le parfum de champignon que le voyageur Bedford mentionnait dans sa relation à Herbert George Wells.

GATEAU AU SIROP DE FLEURS

Origine : Divan, constellation d'Alastor 1716, amas de Wyst

Catégorie : DESSERT

Ingrédients :

- 150 g de chapelure de pain d'épice
- 3 oeufs
- 1 boîte de litchis
- 100 g de beurre
- 80 g de sucre
- 1/2 paquet de levure chimique
- 2 verres de sirop de litchis
- 100 g de confiture de pétales de rose
- quelques pétales de rose séchés
- 1 verre à liqueur de Mi-Kwei-Low Chew (alcool chinois)
- quelques petits grains de raisin noir ou de cassis (facultatif)

Pour obtenir la chapelure de pain d'épice, passer à la moulinette le pain d'épice, qu'on aura laissé rassir.

Dans une terrine, battre les jaunes d'oeufs avec le sucre, jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajouter le beurre en pommade et continuer à fouetter quelques instants, tout en versant la chapelure de pain d'épice, à laquelle on aura ajouté le demi-sachet de levure.

Dans une autre terrine, battre les blancs en neige très ferme. Mélanger délicatement les deux préparations.

Couper les litchis en deux dans le sens de la longueur. Les fruits offriront donc une surface plane et une surface convexe. Les disposer, surface convexe par-dessus, au fond d'un moule à manqué de 20 cm de diamètre, légèrement graissé, puis saupoudré de sucre sur toute sa surface intérieure. Recouvrir la couche de litchis avec la pâte. Faire cuire au four 45 minutes à 180 degrés.

Par ailleurs, faire dissoudre la confiture de roses dans la valeur d'une tasse d'eau, en laissant cuire à petit feu 5 minutes. Ajouter l'alcool. Quand le gâteau est cuit, le retourner chaud sur un plat et l'arroser avec le sirop encore bouillant. Pour la décoration (facultative) enfoncer un petit grain de raisin noir ou de cassis dans le creux présenté par la surface plane de chaque litchi, sur le dessus du gâteau. Avant de servir, le parsemer avec quelques pétales de rose séchés.

CARABAO SECHE DES PLANETES DOUBLES

Origine : Sainte-Anne et Sainte-Croix

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 500 g de boeuf dans le paleron
- 1 cuillère à café de cumin en poudre
- 1 cuillère à café de poivre noir en poudre
- 1 cuillère à café de sel
- 1 cuillère à café de poudre d'ail
- 1 cuillère à café de cardamome

Faire enlever par le boucher le nerf qui se trouve au centre du morceau.

Couper la viande en fines tranches, qu'on roule alors dans le mélange sel, ail, épices.

Enfiler les tranches sur une ficelle et les laisser sécher à l'air trois ou quatre jours.

Se mange accompagné de **Haricots géants de Démentia** (voir recette par ailleurs).

POMMES FOURREES DE LAMPREY HEIGHT A LA MODE D'AUGUSTIN L'ILLUMINE

Origine : Celsius IV

Catégorie : DESSERT

Ingrédients pour 6 personnes :

- 3 très grosses pommes golden (de 250 à 300 g chaque)
- 100 g d'amandes broyées
- 100 g de chocolat bitter concassé
- 150 g de dattes dénoyautées
- 150 g de pruneaux dénoyautés
- 10 cl de porto
- 2 jaunes d'oeuf
- 50 g de sucre
- 80 g de beurre
- 10 feuilles de verveine sèches et très parfumées
- 150 g de miel d'acacia
- 10 cl d'eau
- un moule à manqué ou à soufflé en porcelaine

Laver les pommes, les essuyer, en ôter les calottes, les réserver. Les creuser pour enlever le coeur, puis, à l'aide d'une cuillère à café passée contre les parois intérieures, agrandir cette cavité en prenant garde de ne pas percer le fond du fruit.

Dans un broyeur mélanger les amandes, les dattes, les pruneaux, le sucre, le beurre (préalablement ramolli), le chocolat, les jaunes d'oeuf et le porto. Emplir chaque pomme de cette préparation. Reposer la calotte. Mettre dans le moule en porcelaine l'eau, le miel, les feuilles de verveine, et disposer les pommes par-dessus. Enfourner 45 minutes à 180° en arrosant souvent avec le jus de cuisson.

Servir les pommes froides coupées en deux, entourées de ce sirop.

HARICOTS GEANTS DE DEMENTIA

Origine : Démentia II

Catégorie : LEGUME

Ingrédients :

- 250 g de haricots géants (soissons)
- 500 g d'épinards
- 1 bouquet de persil
- 500 g de fèves fraîches
- 5 cl d'huile d'olive
- 1/2 cuillerée à café de coriandre
- 1/2 cuillerée à café de carvi
- 2 piments de Cayenne
- 3 gousses d'ail

Réduire en poudre le coriandre, le carvi et les piments de Cayenne.

Tremper les haricots la veille. Les plonger dans l'eau froide et les faire cuire 1h15. Préparer les épinards, éplucher les fèves, hacher grossièrement le persil, ainsi que les gousses d'ail.

Dans une sauteuse, faire revenir rapidement les épinards et le persil. Y ajouter toutes les épices et l'ail. Mettre les haricots et les fèves. Recouvrir d'eau et laisser mijoter 45 minutes.

Ce plat se mange froid, accompagné de fines tranches de **carabao séché des planètes doubles** (voir recette par ailleurs).

BEIGNETS SATURNIENS

Origine : Alcyone I

Catégorie : DESSERT

Ingrédients :

- 350 g de farine
- 20 g de levure de boulanger
- 3 cuillerées à soupe d'eau tiède
- 4 jaunes d'oeufs battus
- 100 g de purée de courge
- 100 g de bonbons à la violette broyés finement
- 10 g de poudre de gingembre
- 1/2 l de glace au caramel
- 40 g de sucre
- 250 g de halva (confiserie grecque ou turque qu'on peut se procurer dans les magasins de confiserie orientale)

Faire fondre la levure dans l'eau tiède avec le sucre. Couvrir et placer à l'abri des courants d'air, dans un endroit tiède pendant 5 minutes. Dans une jatte, mettre la farine avec une pincée de sel. Faire un puits. Y verser les jaunes d'oeufs battus, la purée de courge et le gingembre. Mélanger, pétrir, mettre en boule, fariner. Couvrir la jatte et laisser monter 1 heure, toujours dans un lieu tiède abrité des courants d'air. Ce temps écoulé, abaisser la pâte sur une surface farinée et, à l'aide d'une forme, découper des cercles de 8 cm de diamètre sur 1 cm d'épaisseur. Pour former des couronnes, il suffit de découper, avec un verre à liqueur, d'autres cercles à l'intérieur des premiers. Recommencer l'opération en récupérant les tombées au fur et à mesure, jusqu'à épuisement de la pâte.

Dans une friteuse, faire chauffer l'huile. Quand celle-ci est bien chaude, y plonger 3 ou 4 beignets à la fois. Laisser cuire 2 minutes sur chaque face et les poser sur un papier absorbant.

Par ailleurs, on aura légèrement fait ramollir 1/2 l de glace au caramel. On y aura mélangé le halva, préalablement écrasé à la fourchette, et l'on aura mis le tout au congélateur pour une heure de temps.

Au moment de servir, façonner avec la glace des boules, qu'on placera au centre de chaque beignet. Saupoudrer enfin le tout, glace et beignets, avec la poudre de bonbons à la violette.

SURCAFE

Origine : Indéterminée

Catégorie : BOISSON

Ingrédients :

- 6 cuillères à soupe de café grillé concassé
- 1 petit morceau de gingembre râpé
- 2 cuillères à soupe de miel
- 1 cuillère à café de cannelle
- 5 g de cardamome
- 1 cuillère à soupe de cacao amer
- 1 litre d'eau

Faire bouillir pendant 1 heure à tout petits bouillons le café dans l'eau, avec le cacao, le miel et toutes les épices. Filtrer et boire bouillant.

SOUPE DE FRUITS VERMEILLE AUX CROUTONS

Origine : Belshazaar

Catégorie : DESSERT

Ingrédients :

- 100 g de sucre
- 3/4 de litre de jus d'orange sanguine
- 30 cl de kirsch (eau-de-vie)
- 100 g de dattes
- 100 g de pruneaux
- 100 g de figues sèches
- 100 g d'abricots secs
- 100 g de raisins de Malaga
- 100 g de zeste d'orange confit
- 4 bananes sèches
- 1 pomme
- 2 feuilles de gélatines
- quelques gouttes de colorant alimentaire rouge, si nécessaire

Dans une terrine, mettre tous les fruits secs, coupés en petits morceaux, à macérer avec le kirsch, à l'exclusion de la pomme et du zeste d'orange confit. Attendre 4 heures.

Dans une grande jatte, verser le jus d'orange, où l'on plongera la pomme coupée en petits morceaux, ainsi que le zeste d'orange confit.

Par ailleurs, faire fondre dans quelques cuillerées d'eau bouillante les 100 g de sucre et les 2 feuilles de gélatine préalablement trempées dans l'eau froide. Verser ce petit sirop sur le jus d'orange précédemment préparé. Y ajouter les fruits secs qui ont macéré dans le kirsch.

Croûtons de farine de noix à la cannelle

Ingrédients :

- 125 g de noix en poudre
- 50 g de farine avec levure chimique incorporée
- 50 g de sucre
- 1 pincée de sel
- 1 blanc d'oeuf légèrement battu
- 1 cuillerée à café de cannelle

Rassembler tous ces éléments dans une terrine. Pétrir sommairement pour obtenir une boule de pâte, qu'on divise en 4 parts égales, afin d'en former des petits pains d'une longueur approximative de 15 cm. Faire cuire 15 minutes à feu doux (150°). Une fois cuits, découper ces pains en petites tranches, et les laisser sécher quelques instants à l'entrée du four encore chaud.

Au moment de servir, on les pose sur la soupe froide qui, dans les souvenirs rapportés de Belshazaar par Norman Spinrad, est arrosée d'un alcool rappelant l'eau-de-vie de cerise, et parsemée de petits croûtons, où le goût de la farine de noix se marie à celui de la cannelle.

OEUFS HACHES AUX QUEUES DE LEZARD

Origine : Aequalia

Catégorie : ENTREE

Ingrédients pour 2 personnes :

- 2 oeufs durs
- 6 grosses gambas cuites
- 1 carambole
- 1 cuillerée à soupe de graines de pavot bleu
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche
- 1 cuillerée à soupe de jus de pamplemousse rose
- 1 cuillerée à café de miel
- 1 cuillerée à café de sauce de soja
- 1 cm de racine de gingembre râpée
- 1 pincée de sel
- du poivre blanc

Hacher grossièrement les oeufs durs. Faire une sauce en mélangeant la crème fraîche, le soja, le jus de pamplemousse, le gingembre, le poivre et le sel. Y ajouter les oeufs hachés.

Préparation des assiettes :

Dans chaque assiette, disposer, au centre, les oeufs hachés, et tout autour 3 gambas, débarrassées de leur tête et de leur carapace, qu'on aura au préalable enduites de miel, puis roulées dans les graines de pavot bleu. Décorer le tout avec des tranches de carambole.

OIGNONS PULPEUX

Origine : Bételgeuse II

Catégorie : LEGUME

Ingrédients :

- 6 gros oignons rouges (pour plus d'1 kg)
- 2 cuillères à soupe de cassonade
- 30 g de beurre
- 15 cl de vinaigre de vin, mélangés à 15 cl d'eau
- 1 cuillère à café de poivre en grains
- du sel

Dans un poêlon, mettre à chauffer le beurre, puis ajouter les 6 oignons épluchés entiers. Les saupoudrer avec le sel et la cassonade, et les faire caraméliser à petit feu en les retournant souvent. Verser dessus l'eau mélangée au vinaigre, ainsi que le poivre en grains. Couvrir. Faire cuire 1h10 au four à 180°. Découvrir pour que s'évapore le jus durant 30 minutes, en retournant les oignons toutes les 10 minutes. Il ne doit rester, au fond du poêlon, qu'un épais sirop, tandis que les oignons, demeurés entiers, sont devenus tendres, pulpeux et d'une couleur presque noire.

MANTOULES FRITES D'ENRO-LE-ROUGE

Origine : Gorgzid

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 1 kg de petits calmars (supions)
- pâte à la cavorite (voir recette des **Fleurs à Pain de Vénus**)

Prélever les tentacules des supions (dont le corps pourra servir à une autre recette, par exemple la préparation des **Quaams de Port-Calme** ou ces calmars de mille-façons évoqués à propos du monde de Thalassa par le chroniqueur Philips Mann dans son récit *Le Maître des Paxwax*).

Oter l'oeil qui se trouve en leur centre, puis les laver et les éponger très soigneusement. Ces petits tentacules rappelleront alors de façon frappante, par la vue et par le goût, les arachnides de Gorgzid, dont le dictateur galactique Enro-le-Rouge se montrait si friand.

Les passer d'abord dans la farine, puis dans la pâte à la cavorite, avant de les plonger dans la friture bouillante, en prenant garde aux projections d'huile pendant la cuisson.

Cette recette, qui n'est pas assez copieuse pour fournir la matière d'un plat à part entière, peut servir d'accompagnement ou de garniture.

FLEURS A PAIN DE VENUS SAUTEES A LA CAVORITE

Origine : Vénus

Catégorie : LEGUME

Ingrédients :

- 75 g de farine, plus quelques cuillerées dans une assiette
- 50 g de fécule
- 2 oeufs
- 1 cuillerée à café de paprika doux
- 20 cl d'eau glacée
- 1 gros pied de céleri très frais d'1 kg environ
- de l'huile de friture
- du sel

Laver et nettoyer le céleri. Le détacher par petits bouquets pour n'en garder que le sommet des tiges avec leurs feuilles, les côtes pouvant éventuellement servir pour une autre recette.

On confectionne une pâte rappelant par certains côtés le "tempura" japonais, ou la pâte antipesanteur à base de cavorite, telle qu'on l'utilise à bord des astronefs fornarix. Pour cela, mélanger très sommairement les oeufs, la farine, la fécule, le paprika, l'eau glacée et le sel. On en obtient une pâte rose très légère, qui peut contenir des grumeaux et qu'il ne faut pas tenter de rendre lisse. Rouler chaque petit bouquet de céleri dans la farine de l'assiette, et bien le secouer. Le tremper dans la pâte avant de le plonger dans la friture bouillante. Selon la taille de la friteuse, on peut traiter 5 ou 6 bouquets en même temps.

A noter que cette pâte à la cavorite est également susceptible d'entrer dans la préparation des **Mantoules frites d'Enro-le-Rouge**, qu'on peut servir en même temps que les Fleurs de Vénus, le tout accompagné d'une **sauce noire Dirdir** (voir ces recettes par ailleurs).

SAUCE NOIRE DIRDIR

Origine : Tschai

Catégorie : SAUCE

Ingrédients :

- 2 boudins antillais
- 1 gros oignon rouge
- 50 g de beurre et d'huile mélangés
- 40 cl de vin rouge
- 2 cuillères à soupe de sauce de soja
- 1 cuillère à café de gingembre en poudre
- 1 cuillère à soupe de farine de châtaigne
- 1 cuillère à café de sucre en poudre

Dans une petite poêle, faire légèrement roussir la farine de châtaigne avec la moitié de la matière grasse, l'autre moitié servant à faire dorer l'oignon, haché menu, dans une sauteuse. Remuer souvent et saupoudrer de sucre, de façon que l'oignon se caramélise un peu sans brûler. On y ajoute alors le vin, la sauce de soja, le gingembre, ainsi que le rous précédemment obtenu à partir de la farine de châtaigne. Laisser 20 minutes à petit feu, en tournant souvent la préparation, puis retirer la peau des boudins antillais afin de délayer leur pulpe dans la sauce. Faire cuire encore une ou deux minutes, avant de passer cette sauce au mixer pour en obtenir la consistance d'une crème veloutée noire.

PATE GOURMANDE DE COTTMAN

Origine : Cottman IV

Catégorie : DESSERT

Ingrédients :

- 15 cl d'huile d'arachide
- 100 g de farine
- 200 g de poudre de cacahouète
- 250 g de sucre
- 40 cl d'eau
- le zeste d'un citron
- 1 cuillère à soupe de cannelle
- de la noix muscade râpée
- 1 cuillère à soupe de cacao amer

Dans une casserole à fond épais, faire chauffer l'huile. Verser la farine et la laisser roussir sans cesser de remuer. Y ajouter la poudre de cacahouète.

D'autre part, on aura confectionné un sirop, avec le sucre, l'eau, la cannelle, la noix muscade et le zeste de citron. On le verse bouillant sur la première préparation en tournant sans cesse pour obtenir une pâte bien homogène.

Retirer du feu et mouler dans un récipient, d'une forme aussi originale que possible. Saupoudrer enfin de cacao amer.

PELOTES D'ALANA

Origine : Alana, constellation Urgenius de Sigman

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 500 g de pâte en forme de vermicelles (épicerie orientales)
- 125 g de noix de coco en poudre
- 125 g d'amandes concassées
- 90 g de sucre
- 1 petit morceau de gingembre râpé
- 30 g de beurre
- 2 blancs d'œufs
- quelques gouttes de colorants alimentaires de couleurs différentes

Prélever tout d'abord, dans la pâte-vermicelles, un certain nombre de filaments. Les faire tremper dans des solutions d'eau additionnée de chacun des colorants choisis. Quand la couleur est bien fixée, les aligner parallèlement sur une planche, bien à plat. Étaler alors des bandes de pâte-vermicelles d'une largeur de 5 cm sur les filaments ainsi colorés.

Ayant mélangé dans une terrine blancs d'œuf, amandes, noix de coco, gingembre et sucre, placer, au bout de chaque bande de pâte, une cuillerée à café de ce mélange. Les enrouler autour, en cylindre, les filaments colorés striant de couleur les pelotes ainsi obtenues. Placer ces cylindres couchés, côte à côte, dans un moule beurré. Après en avoir badigeonné le dessus d'un peu de beurre fondu, enfourner pour 30 à 35 minutes à 150 degrés. Ne pas laisser dorer pour éviter d'altérer la couleur des filaments.

Pour le sirop :

- 400 g de sucre
- 30 cl d'eau
- 2 citrons verts coupés en tranches
- 1 bâton de cannelle

Dans une casserole à fond épais, faire fondre le sucre dans l'eau avec les tranches de citron vert et la cannelle. Laisser cuire environ 20 minutes en surveillant attentivement pour éviter un épaississement du sirop. Après en avoir retiré le citron et la cannelle, en arroser les pelotes encore chaudes.

A cause de la teinture des filaments, cette recette, délicate à réaliser, exige une attention soutenue.

TOURTE DES QUATRE LUNES

Origine : Ténébreuse aux 4 lunes : Kyrrdir, Idriel, Liriel et Mormallor

Catégorie : DESSERT

Ingrédients :

- 300 g de farine tamisée
- 1 sachet de levure chimique
- 100 g de beurre
- 125 g de crème fraîche
- 1 pincée de sel
- quelques pistaches émondées
- 300 g de pâte d'abricot séché (vendue en grandes feuilles pliées dans les magasins orientaux)

Dans une terrine, délayer la farine, la levure, le beurre et la crème fraîche. Après y avoir ajouté le sel, pétrir rapidement et mettre en boule. Faire reposer 30 minutes dans un endroit frais.

Étaler ensuite la pâte en un rectangle d'un demi-centimètre d'épaisseur. Poser dessus un rectangle de même dimension de pâte d'abricot. Rouler le tout en un cylindre en tranches d'un centimètre et demi d'épaisseur. On glissera au centre de chaque tranche une pistache émondée pour en figurer le noyau. Ces petites tourtes au fruit aigre sont dites tourtes des 4 lunes.

PETITES GALETTES AU MIEL ET A LA CORIANDRE

Origine : Kreerboor, système RZ-18-W

Catégorie : DESSERT

Ingrédients :

- 500 g de farine
- 125 g de beurre
- 2 oeufs
- 1 sachet de levure chimique
- 100 g de miel
- 50 g de sucre glace
- 2 cuillerées à soupe de grains de coriandre
- 1 cuillerée à soupe d'eau de fleur d'oranger
- le zeste d'un demi-citron
- 1 pincée de sel

Dans une petite jatte, mélanger la farine et la levure chimique. Creuser un puits au centre du tas. Y déposer le beurre, les oeufs et le sel.

D'autre part, faire un sirop avec le miel, l'une des cuillerées à soupe de coriandre, l'eau de fleur d'oranger, le zeste de citron et un demi-verre d'eau. Faire bouillir 10 minutes de façon à obtenir une décoction à laquelle la coriandre aura donné tout son parfum. Laisser tiédir, filtrer et verser doucement sur la préparation précédente. Pétrir 2 ou 3 minutes. Etaler au rouleau sur une planche farinée et, à l'aide d'une forme, y découper des petites galettes d'un demi-centimètre d'épaisseur. Les mettre à cuire 15 minutes à 180 degrés.

Au sortir du four, en garnir le dessus avec un mélange de sucre glace et de la coriandre restante, dont on aura soigneusement pilé les grains.

SOUPE MOUSSANTE MARTIENNE

Origine : Mars, système Sol

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 1 queue de boeuf d'un peu plus d'1 kg
- 1 oignon piqué de 2 clous de girofle
- 2 poireaux
- 4 carottes
- 3 petites courgettes
- 3 navets
- 3 tomates
- 500 g de fèves
- 4 gousses d'ail
- 1/2 cuillerée à café de piment
- 1/2 cuillerée à café de coriandre en grains
- 1/2 cuillerée à café de cumin en grains
- 1/2 cuillerée à café de poivre en grains
- 1 graine de cardamome
- 1/2 bouquet de coriandre fraîche
- le jus d'un citron
- 50 g de fenugrec
- du sel

Après avoir fait tremper le fenugrec pendant 6 heures dans une jatte avec 20 cl d'eau, mettre dans un grand fait-tout rempli de 2 l d'eau, la queue de boeuf, l'oignon, le sel, et une pâte qu'on aura obtenue en broyant ensemble ail, piment, coriandre en grains, cumin, poivre et cardamome. Laisser cuire 30 minutes en écumant.

Couper en morceaux les poireaux, les courgettes, les navets et les tomates.

Ensuite, par ordre du temps de cuisson, plonger d'abord les carottes, puis, une demi-heure après, les autres légumes coupés, ainsi que les fèves. Lorsque la viande sera bien cuite, la soupe sera prête.

On monte alors, au fouet électrique, la solution d'eau et de fenugrec jusqu'à obtenir la consistance d'une mousse, à laquelle on ajoute le jus de citron, et qu'on recouvre enfin avec la coriandre fraîche hachée menu.

Présenter à table, dans des plats séparés, la queue de boeuf, les légumes et le bouillon, sur lequel chacun se sert la quantité de mousse qui lui convient.

Les Camélos ne boivent que le bouillon avec sa mousse.

COQUELICOTS DE LA ZONE CREPUSCULAIRE

Origine : Mercure, système Sol

Catégorie : ENTRÉE

Ingrédients :

- 10 g de poivre vert
- 15 cl d'huile de noix
- du sel
- 250 g de champignons dits "crêtes-de-coq" (famille des pleurotes)
choisis bien rouges et très frais.

Découper les pétales très largement au-delà du pédoncule qui les rattache ensemble en bouquet, ce pédoncule étant coriace et d'une consistance trop élastique pour être comestible. Les laver rapidement, les éponger avec du papier absorbant, puis les mettre dans un saladier avec le sel, le poivre et l'huile. Les laisser macérer plusieurs heures, et les servir tels quels.

GUINTARDES A L'ESCOUVEE

Origine : Sateline

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 3 oeufs d'oie (ou, à la rigueur, de cane ou de poule)
- 3 oeufs durs de poule
- 200 g d'oignons hachés menu
- 200 g de foies de volaille
- 100 g de beurre salé très frais
- 10 cl d'huile
- 10 brins de persil
- 1 cuillerée à café de poivre "5 baies" broyé
- du sel
- la valeur d'un baguette de pain en pâte crue

Dans une poêle, faire dorer à l'huile les foies de volaille jusqu'à cuisson complète. Les retirer. Rajouter un peu d'huile si nécessaire pour faire revenir les oignons, qu'on laisse dorer.

Passer au moulin à viande ou au robot électrique les foies, hachés grossièrement au préalable, les oignons, les oeufs durs, le persil, le sel et le poivre "5 baies". Dans une terrine, mélanger alors cette préparation sortie du robot-mixer aux 100 g de beurre salé ramolli.

Par ailleurs, évider chaque oeuf d'oie, dont le contenu pourra être récupéré pour une autre préparation. Pour cela, pratiquer un petit trou, par de légers coups secs portés délicatement à l'aide d'une cuillère à café sur l'une des parois de chaque oeuf, en prenant soin de laisser intactes les deux extrémités. Avec la petite cuillère, introduire la farce dans les oeufs par l'orifice ainsi pratiqué, en se servant de l'index pour bien tasser la chair à l'intérieur. Quand ils auront été complètement remplis, les laisser au moins 12 heures au réfrigérateur.

Avec la pâte à pain, façonner alors un long cylindre auquel on donnera la forme d'un 8, ou celle d'un bretzel géant. Mettre à cuire de façon traditionnelle. Quand le pain est bien doré, poser les 2 oeufs dans les trous du 8, de façon à masquer les orifices.

Ces quintardes se mangent très froides, les oeufs s'épluchant alors comme de vrais oeufs durs. Elle peuvent s'accompagner de salades au choix, à raison d'un demi-oeuf par personne.

PATATE DE L'ARBRE DE VIE

Origine : Etoile de Phssthpok, système BVS I

Catégorie : LEGUME

Ingrédients :

- 4 patates douces
- 1 yaourt nature acide
- 100 g de crème fraîche

Piquer avec les pointes d'une fourchette toute la surface des patates douces, pour éviter à celles-ci d'éclater pendant la cuisson. Les faire cuire au four à micro-ondes pendant 10 minutes à la chaleur maximum.

Une fois cuites, fendre les patates en deux dans le sens de la longueur, sans en abîmer la peau. En extraire la pulpe, qu'on écrase en la mélangeant au yaourt et à la crème fraîche.

Reformater les patates, en s'appliquant à bien en souder les deux parties de façon que la séparation opérée ne soit plus visible. Les placer alors sous le grill du four durant 10 minutes en les retournant fréquemment.

SOUPE A L'ANIMAL

Origine : Pe-Elia

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients pour l'Animal (fdiop sauvage des marais) :

- 350 g de hampe ou de bavette de boeuf un peu épaisse qu'on aura fait ouvrir en portefeuille
- 250 g de chair à saucisse hachée gros
- 1 escalope de 100 g de poulet
- 4 gousses d'ail hachées menu
- 1/2 bouquet de menthe
- 1 grosse cuillerée à soupe de pépins de courge
- du paprika
- 1 pincée de piments de Cayenne en poudre
- 50 g de riz
- 2 olives noires à peau lisse
- 1 piment rouge sec

Ingrédients pour la Soupe :

- 250 g de fèves
- 750 g de citrouille ou de potiron
- du sel
- 20 g de beurre
- 1,5 litre d'eau

La veille, confectionner le petit animal de la façon suivante : dans une terrine, mélanger la chair à saucisse, le riz cru, la menthe, le poivre, le sel, le piment en poudre et l'ail haché.

Par ailleurs, couper l'escalope de poulet en morceaux, qu'on roule dans le paprika, avant de les enfiler sur une brochette en bois d'au moins 20 cm.

Dans un plat, étaler le mélange à base de chair à saucisse. Placer au milieu la brochette de poulet. Rouler le tout pour en former un cylindre. En emplir la poche de viande ouverte en portefeuille. La fermer et la coudre à grands points de surjet. La modeler alors délicatement pour lui donner une forme régulière, de telle façon que la couture, destinée à figurer le dos de l'animal, soit placée en haut.

Dans un fait-tout, verser 1,5 litre d'eau. Y plonger l'animal, qu'après avoir piqué avec une aiguille sur toute sa surface on aura d'abord fait légèrement rôtir. Laisser cuire 3 heures à petit feu. Au bout de ce temps, retirer l'animal et le laisser refroidir toute la nuit.

Le lendemain, couper et hacher grossièrement la citrouille. En faire revenir les morceaux dans un peu de beurre. Verser dessus le liquide froid qui a servi à cuire l'animal, ainsi que les 250 g de fèves. Laisser cuire 1 h à couvert à petits bouillons. La cuisson terminée, mixer le tout. On obtient la soupe veloutée jaune pâle décrite par Philip Mann.

Présentation de l'animal :

A l'extrémité de la poche qui paraîtra la plus appropriée, on fixera, à la place des yeux, les 2 olives noires, à l'aide de morceaux de cure-dents. En guise de bouche, on enfoncera le piment rouge, pointe à l'extérieur pour lui donner l'apparence d'une langue à demi sortie. On piquera alors, un par un, les pépins de courge dans la couture du dos, afin de figurer l'épine dorsale. Simuler la queue soit avec un crosne, soit avec une pâte

torsadée de couleur enfoncée à l'autre extrémité de la poche. Retirer le brochette, dont on aura laissé dépasser le bout à cet effet.

15 minutes avant le repas, faire chauffer la soupe et y plonger l'animal, épine dorsale dessus bien entendu. Servir la soupe. Couper en tranche l'animal, qu'on peut servir à part, sur une salade d'**Algues Marines Confites de Halma** ou de **Racines Blanches de Tschai**.

SALADE DE RACINES BLANCHES

Origine : Tschai

Catégorie : LEGUME

Ingrédients :

- 50 g de gingembre en racine
- 50 g de raifort en racine, ou, à défaut, 2 cuillères à café de raifort râpé, préparé en pot dans le commerce
- 100 g de racines de cerfeuil
- 1/2 boule de céleri-rave
- 150 g de navet blanc chinois
- 150 g de radis noir
- 1 botte de radis roses, épluchés jusqu'à leur pulpe blanche
- 200 g de fromage blanc
- 150 g de mayonnaise

Eplucher et nettoyer toutes les racines, puis les râper finement, à l'exception des radis roses. Dans un bol, mélanger le fromage blanc et la mayonnaise. Verser sur les légumes râpés et confectionner un dôme, dont on garnira le sommet avec les radis roses incisés en fleurs.

ALGUES MARINE CONFITES

Origine : Halma

Catégorie : LEGUME

Ingrédients :

- 200 g d'algues confites dans le sel (laitue de mer)
- 1/2 litre d'huile d'olive
- 2 clous de girofles
- 1 piment

Passer les algues 5 minutes au four à micro-ondes, à chaleur maximum. Ensuite, les broser pour leur ôter le surplus de sel. Les couper en tronçons de 10 à 15 cm. Les faire sécher, soit 24 heures au soleil, soit par un procédé artificiel équivalent (par exemple, 3 heures dans un four à 50°, porte entrouverte et en les surveillants).

Dans un bocal, mettre les clous de girofle et le piment. Disposer dessus les algues séchées. Les recouvrir avec l'huile d'olive. Boucher et laisser confire au moins une semaine.

Cette salade confite se sert en accompagnement avec le **Pescadonte aux amandes de Pacifica**, le Promotor séché d'Arrakis, le Ragoût froid à la mode de Grand-Soleil-Petit-Soleil, la **Soupe à l'Animal**, etc.

OEUFS DE SUBE FRITS DANS LA PATE

Origine : Gethen, constellation de Nivôse

Catégorie : ENTREE

Ingrédients :

- 500 g de pâte à pain
- 6 oeufs, de petite taille de préférence
- 1 cuillerée à soupe d'huile
- 1 cuillerée à soupe de garam masala

Pour la sauce :

- 4 tomates bien mûres râpées
- du sel
- 2 piments de Cayenne écrasés, ou 1 pincée de piments en poudre
- 1 poignée de coriandre fraîche
- 200 g de crème fraîche

Demander à votre boulanger 500 g de pâte à pain. Sur une planche farinée, disposer le pâton. Le partager en 6 parties égales. Etaler sur la planche, avec les mains, l'une de ces 6 parties de pâte assez finement, de manière à pouvoir envelopper complètement l'oeuf lorsqu'il sera posé dessus. Passer sur le carré de pâte ainsi étendu un peu de garam masala, dont on aura fait une pommade avec la cuillerée d'huile. Dessus, poser l'oeuf, qu'on aura préalablement poché selon la méthode classique. Pour fermer la pâte autour de l'oeuf, il suffit de ramener les bords au centre, afin d'en obtenir une sorte d'aumônière étroitement soudée. Procéder de même avec les autres carrés de pâte et les oeufs. Jeter ces beignets un par un dans la friture bouillante, en les arrosant à l'aide d'une cuillère à soupe. Dès qu'ils sont bien gonflés et dorés, les déguster aussitôt.

Pour accompagner ces oeufs de sube à la mode de Gethen, il est agréable d'y joindre une sauce très froide, faite avec des tomates bien mûres concassées, auxquelles on ajoutera le sel, les piments de Cayenne écrasés et la poignée de coriandre fraîche. La crème fraîche doit être servie à part, nature, dans de petits godets individuels.

SALADE DE CROQUANTS NUTRITIFS

Origine : Engsten et Rampold

Catégorie : ENTREE ou FROMAGE

Ingrédients :

- 1 verre de flocons d'avoine
- 1 verre de noix et de raisins sec broyés
- 1/2 verre de poudre de lait - 1/2 verre de fromage de Comté râpé
- 1/2 verre d'huile de sésame - 1/2 verre de germe de blé
- 1/2 verre d'algues broyées
- 1 jaune d'oeuf
- 1 pincée de fenugrec, et du sel

Brasser tous ces ingrédients dans un plat pour en obtenir un mélange de consistance sablée. Graisser un plat rectangulaire allant au four. En recouvrir le fond avec ce mélange, étalé de façon uniforme. Laisser cuire 10 minutes à 180° en surveillant attentivement la cuisson. Quand la préparation commence à être dorée, la sortir du four. Attendre qu'elle ait refroidi pour décoller le croquant par morceaux à l'aide d'une spatule.

Servir sur une salade de laitue, arrosée d'une vinaigrette à base d'huile de sésame ou de noix.

ROULEAUX DE TENEBREUSE

Origine : Ténébreuse aux 4 lunes : Kyrrdiss, Idriel, Liriel et Mormallor

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 6 belles tranches de carpaccio de boeuf
- 100 g de riz rond
- 100 g d'orge perlé
- 1 cuillère à soupe d'huile de sésame

Pour la sauce :

- 1/2 litre de jus de pomme
- 50 g de beurre
- 1 piment émincé
- 1 cuillère à soupe de graines de sésame grillées
- 1 cuillère à café de coriandre en grains
- du sel et du poivre

Confection du rouleau :

Faire cuire le riz dans de l'eau bouillante salée, à la créole (15 minutes). Faire cuire l'orge pendant 2 heures dans beaucoup d'eau bouillante salée, à petits bouillons. Au bout de ce temps, égoutter et mélanger les deux ingrédients.

Sur une planche, disposer une tranche de carpaccio. Etaler sur toute sa surface le mélange riz-orge, puis rouler très serré pour obtenir un cylindre. Procéder à la même opération avec chaque tranche de carpaccio. Mettre les rouleaux au réfrigérateur pour 2 à 3 heures, recouverts d'un film transparent huilé.

Confection de la sauce :

Passer tous les ingrédients au mixer, en y ajoutant sel et poivre, puis en faire réduire les deux tiers sur feu vif. Laisser refroidir.

Mettre la sauce au fond d'un plat, et disposer dessus chaque cylindre partagé en deux pour bien faire apparaître, en coupe, leur spirale interne.

Cette recette constitue en fait une synthèse des diverses préparations auxquelles se réfère Marion Zimmer Bradley, à propos de cette nourriture si particulière à Ténébreuse, soit : rouleaux farcis à la viande, au riz ou à l'orge, puis trempés dans une sauce fruitée ou épicée.

RAGOUT DE QUINTERAVES

Origine : Soror

Catégorie : LEGUME

Ingrédients :

- 8 bulbes de fenouil très frais et pas trop gros, à 5 tiges assez bien formées pour suggérer l'idée de doigts, le bulbe lui-même figurant une paume.
- 5 cl d'huile d'olive
- le jus d'un citron entier, plus un citron coupé en tranches
- 1 tomate râpée
- 6 gousses d'ail
- 1 cuillerée à café de grains de céleri
- 1 cuillerée à café de gingembre en poudre
- 2 feuilles de laurier
- 1 pincée de safran
- 1 piment de Cayenne
- du sel

Eplucher les fenouils en enlevant toute la partie dure autour du bulbe, dont on creusera le centre pour en ôter le cœur, trop coriace. Eplucher délicatement les "doigts" avec un petit couteau pointu, en prenant soin de ne pas les déformer. En couper toutefois un centimètre à chaque extrémité.

Dans un autocuiseur, chauffer l'huile, avec l'ail, le jus de citron, le citron en tranches, la tomates et toutes les épices. Y verser 1/2 litre d'eau salée, où l'on plonge les 8 bulbes. Laisser cuire 30 minutes, couvercle fermé.

Retirer les bulbes pour les déposer sur un plat. Faire réduire de 2/3 le jus resté dans l'autocuiseur, jusqu'à ce qu'il n'en reste qu'un centimètre au fond du récipient. Le verser sur les bulbes.

Ce plat peut se manger chaud, mais il gagne beaucoup à être dégusté froid.

POIS ET OLIVES TORIENS A LA SAUCE ASSASSINE

Origine : Gor

Catégorie : ENTREE

Ingrédients :

- 250 g de pois chiches trempés pendant au moins 24 heures
- 150 g d'olives vertes dénoyautées
- 10 cl d'huile d'olive
- 4 gousses d'ail grossièrement écrasées
- le jus d'un citron, plus un citron coupé en tranches
- 1 cuillère à soupe de paprika doux
- 1 grosse pincée de piment (poudre de Chili)
- du sel et du poivre
- 1 litre d'eau

Dans un autocuiseur à froid, mettre l'eau, les épices, le jus de citron, le citron en tranches, l'huile et l'ail. Y plonger les pois chiches préalablement trempés 24 heures. Laisser cuire 1 heure, puis ouvrir l'autocuiseur. Ajouter alors les olives, ainsi qu'une pincée de sel. Si les pois chiches sont de bonne qualité, ils doivent déjà être tendres. Si, au contraire, à goûter, ils ne paraissent pas assez fondant, refaire cuire encore 10 à 15 minutes sous pression.

Ensuite, remettre à cuire pendant 30 minutes à découvert, avec les olives, pour provoquer l'évaporation des 4/5 du liquide. La sauce obtenue est alors assez épaisse pour bien enrober les pois et les olives.

Ce plat se mange froid, en entrée.

GOULASCH DE SARKOVY

Origine : Sarkovy de Phi Ophiuchi, constellation de Rigel

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 800 g de cuisses de lièvre désossées et coupées en petits morceaux
- 3 gros oignons
- 3 poivrons détaillés en fines lanières
- 1 cuillère à soupe de concentré de tomates
- 250 g de trompettes-de-la-mort
- 2 cuillerées à café de carvi
- 2 cuillerées à soupe de paprika
- 2 piments de Cayenne
- 25 cl de bière
- 1/2 litre d'eau
- du sel, du poivre, de l'huile et du beurre

Dans une cocotte en fonte, faire revenir les morceaux de lièvre, avec huile et beurre. Lorsqu'ils commencent à dorer, les retirer pour mettre à leur place les oignons et les poivrons. Faire revenir quelques minutes sans cesser de remuer, mais ne pas laisser brunir la préparation. Remettre le lièvre dans la cocotte, en y ajoutant toutes les épices, ainsi que le concentré de tomates. Remuer à nouveau et verser le liquide, c'est-à-dire l'eau et la bière. Laisser mijoter pendant 2 heures.

Dans un poêle, faire sauter rapidement les trompettes-de-la-mort avec du beurre chaud. Les ajouter au goulasch et laisser mijoter à nouveau 15 à 20 minutes.

Servir ce plat accompagné d'**Eponges Comestibles du Monde d'Azur**.

EPONGES COMESTIBLES

Origine : Iles flottantes du Monde d'Azur

Catégorie : LEGUME

Ingrédients :

- 300 g de farine blanche avec levure chimique incorporée
- 100 g de crème fraîche
- 2 oeufs entier + 2 jaunes d'oeuf
- 50 g d'algues coupées en très fines lanières
- 1 pincée de safran
- du sel

Si les algues sont achetées fraîches et salées, les dessaler en les lavant dans plusieurs eaux. Achetées séchées, les réhydrater en suivant le mode d'emploi indiqué sur l'emballage, étant entendu que, dans ce dernier cas, le poids de 50 g concerne les algues après réhydratation.

Dans une terrine, verser la farine et tous les autres ingrédients. On obtient une pâte molle qu'on peut tout juste pétrir. En former 3 boules, les fariner et les laisser reposer 30 minutes.

Dans un couscoussier ou toute autre marmite à vapeur, mettre à bouillir 75 cl d'eau. Poser 2 couches de papier absorbant au fond de la passoire du récipient. Placer dessus une boule de pâte. Laisser cuire environ 10 minutes. Quand la lame d'un couteau qu'on y enfonce en ressort sèche, l'éponge est cuite. Recommencer l'opération avec les 2 autres boules.

Ces éponges supportent parfaitement d'être réchauffées quelques instants à la vapeur. On peut les servir avec un plat en sauce relevée, par exemple le **Goulasch de Sarkovy**.

CERVELLES DE HAUAIMIS DECAPODES

Origine : Indéterminée, mais recette découverte sur Mars, système Sol

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 500 g de cervelle de veau
- 4 grosses coquilles Saint-Jacques
- 1 oeuf
- 50 g de farine
- du paprika doux et du sel
- les coques de 2 noix de coco partagées chacune en deux

Faire blanchir la cervelle 10 minutes dans de l'eau vinaigrée et salée. La débarrasser de sa membrane et de ses filaments. La hacher grossièrement au couteau avant de la mettre au froid pour au moins 2 heures.

Séparer le corail des coquilles Saint-Jacques. Détailler les noix en 3 ou 4 escalopes, qu'on fait raidir avec un peu de matière grasse avant de les rouler dans une assiette sur le paprika. En faire bien adhérer la poudre sur chaque face. Après les avoir grossièrement hachées au couteau, les mélanger étroitement au hachis de cervelle.

Préparer 2 assiettes, l'une avec la farine, l'autre avec l'oeuf battu et le sel. Prendre une grosse cuillerée à soupe du mélange, qu'on roule dans la farine, puis dans l'oeuf battu. La plonger dans la friture en procédant huit fois de la même façon, afin d'obtenir 4 formes de cervelles à deux hémisphères. Faire également frire le corail des coquilles Saint-Jacques, dont chacun sera placé au-dessus de ces fausses cervelles afin d'y représenter le cervelet. On place enfin celles-ci à l'intérieur des demi-coques de noix de coco, censées figurer les boîtes crâniennes des Hauaimis.

Par leur goût de crustacés et leur présentation, ces "cervelles" diffèrent à l'évidence des préparations du même genre.

POISSON GRIS CUISINE A L'ARAK DES ILES

Origine : Iles flottantes du Monde d'Azur

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 1 brochet de 1,2 kg environ
- 30 g de beurre
- du sel
- 2 cuillères à café d'un mélange de poivres concassés
(5 baies, poivre noir, blanc, vert, rose et de la Jamaï que)
- 10 cl d'arak des îles (voir recette par ailleurs)

Après avoir vidé, lavé et nettoyé le poisson, en saler l'intérieur et l'extérieur, puis le préparer comme un merlan en colère, c'est-à-dire le courber pour lui faire mordre la queue avec les dents. Le disposer dans un plat allant au four. En recouvrir toute la surface avec les poivres concassés, l'arroser de beurre fondu et le faire cuire à four chaud pendant 25 minutes. Au dernier moment, faire tiédir l'arak des îles dans une petite casserole, puis, feu éteint, le flamber. Verser le liquide sur le poisson et le servir immédiatement, entouré de ses flammes.

PESCADONTE AUX AMANDES

Origine : Pacifica

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Purée d'amandes :

- 1 verre d'amandes en poudre
- 100 g de crème fraîche
- 1 citron vert
- 1 gousse d'ail
- 4 tours de poivre blanc
- 1 pincée de sucre et du sel

Dans une terrine, verser les amandes en poudre. Y adjoindre le sel, le sucre, le poivre et la gousse d'ail hachée. Délayer avec la crème puis terminer en ajoutant le jus de citron vert.

Pescadonte :

- 6 darnes de saumon de même circonférence et d'1,5 cm d'épaisseur
- 1 grosse pincée de poudre de gingembre
- 1 grosse pincée de cannelle
- 1 grosse pincée de coriandre
- 1 grosse pincée de poivre
- 1 pincée de noix muscade
- 1 pincée de poudre de clous de girofle
- 1 pincée de poudre d'anis étoilé
- 3 cuillerées à soupe de sauce de soja
- 1 cuillerée de miel
- 1 cuillerée d'huile
- 50 g d'amandes effilées et grillées

Dans une terrine, mélanger les épices énumérées ci-dessus avec le miel, la sauce de soja et l'huile.

Dans un grand plat, disposer les 6 darnes de saumon, les badigeonner avec la moitié de la préparation, les retourner et opérer de la même façon avec la seconde moitié sur les autres faces. Laisser alors les darnes mariner au réfrigérateur au moins 4 heures, en les retournant à peu près toutes les 30 minutes.

Le moment venu, placer les darnes sur la grille du four, au-dessus du lèchefrite. Cuire sous le gril 6 minutes de chaque côté, jusqu'à ce que la surface des tranches apparaisse dorée et caramélisée. La cuisson terminée, recouvrir les pescadontes de purée d'amandes, et les garnir avec les amandes effilées et grillées.

Après en avoir soigneusement décollé la peau, disposer les darnes en forme de corolle sur un plat de service, éventuellement tapissé d'**Algues Marines Confites** de la planète Halma, afin qu'elles présentent l'aspect d'une pâtisserie.

PERCHETTES D'ALGUES

Origine : Divan, constellation d'Alastor 1716, amas de Wyst

Catégorie : ENTREE

Ingrédients :

- 30 g d'algues salées (type laitue de mer)
- bâtonnets type cure-dents
- 125 g de farine
- 10 cl d'eau
- 1/2 verre de bière
- 1 pincée de sel
- 1 cuillerée à soupe d'huile
- 2 blanc d'oeufs

Faire tremper les algues 10 minutes dans l'eau froide, les égoutter, puis les plonger 3 minutes dans de l'eau bouillante salée. Les égoutter à nouveau, les éponger avec un papier absorbant, les couper en lanières. Enrouler chacune d'elles autour d'un bâtonnet, en prenant soin d'en enfoncer les extrémités à chaque pointe, comme sur une épingle, pour leur éviter de se dérouler.

Par ailleurs, mélanger la farine, la bière, l'eau, l'huile, le sel, jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de grumeaux. Laisser reposer une à deux heures. Au moment de l'emploi, y ajouter les 2 blancs d'oeufs battus en neige ferme, et mélanger avec précaution, avant de les jeter dans la friture bouillante pendant quelques instants.

FLOCONS DE POISSON DU GOLFE D'ORGOREYN

Origine : Gethen, constellation Nivôse

Catégorie : ENTREE

Ingrédients :

- 1 kg de morue sèche et salée
- de l'huile de friture

Dessaler la morue pendant 12 heures. L'éponger, puis l'émietter à la main en tout petits flocons. Plonger ces flocons dans la friture bouillante. Les laisser dorer et devenir croquants. Les égoutter, puis les poser par exemple sur la **Salade d'Algues à la façon de Keth et Reth**.

SALADE D'ALGUES A LA FAÇON DE KETH ET RETH

Origine : Keth et Reth

Catégorie : GARNITURE

Ingrédients :

- 25 g d'algues séchées
(mélange de wakamé, de dori, de laitue de mer et de dulse de mer)
- 20 g de vermicelles de riz
- 25 g de sésame
- 3 cuillerées à soupe d'huile de sésame
- 2 cuillerées à soupe de sauce de soja
- 2 cuillerées à soupe de vinaigre de framboise

Après avoir fait tremper pendant 10 minutes les algues dans l'eau froide, les plonger une minute dans l'eau bouillante. Les égoutter, puis les mélanger aux vermicelles de riz, préalablement cuits et détaillés en morceaux.

Teinter, éventuellement, les grains de sésame avec du colorant alimentaire selon les goûts, avant de les griller légèrement en prenant soin de ne pas les laisser brunir. En saupoudrer la salade.

Incorporer pour l'accompagnement l'huile, la sauce de soja et le vinaigre (sans y mettre de sel, la sauce de soja étant déjà salée). Mélanger aux algues et aux vermicelles.

On dispose cette salade au fond d'un plat, pour y recevoir par exemple les flocons de poisson du golfe d'Orgoreyn.

GATEAU DE POISSON PUERHU

Origine : Jaspre, du soleil d'Argus

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 500 g de filet de poisson blanc
- 150 g d'oeufs et de laitance de poisson, d'origine indifférente mais de taille moyenne
- 10 oeufs, dont 4 durs
- 15 cl d'huile
- 1 pincée de noix muscade râpée
- 2 piments
- 1 cuillerée à café de coriandre
- 1 cuillerée à café de carvi
- du sel

Couper le poisson en petits dés. Faire raidir rapidement dans du beurre les laitances et les oeufs de poisson. Dans une jatte, battre 6 oeufs avec une grosse pincée de sel. Y ajouter le poisson en dés, les épices qu'on aura pilées ensemble, et les 4 oeufs durs hachés grossièrement.

Après avoir abondamment graissé à l'huile un moule à manqué de 20 cm de diamètre environ, le faire chauffer vide à 200°. Une fois la matière grasse bien chaude, y mettre la moitié de la préparation. Disposer dessus les laitances et les oeufs de poisson, qu'on recouvre avec le reste de la préparation. Enfourner à 180°. Quand la lame d'un couteau ressort sèche du gâteau, celui-ci est cuit.

Une fois refroidi, le retourner sur un plat recouvert d'algues et de coquillages au choix pour la garniture.

TARTE AUX ANGUILLES ET AUX HERBES AIGRES

Origine : Divan, constellation d'Alastor 1716, amas de Wyst

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 1 cercle de pâte brisée de 30 cm de diamètre
- 500 g d'anguille (ou de roussette) coupée en tranche d'1 cm environ
- 4 oeufs
- 1 cuillerée à soupe de fécule
- 1 verre de lait
- 250 g de crème fraîche épaisse
- 250 g d'oseille
- 1 gros oignon
- 1 cuillerée à café de fenouil en poudre
- 20 g de beurre
- 10 grains de genièvre
- 1 grosse pincée de poivre noir
- 1 cuillerée à soupe d'huile
- du sel
- quelques filaments d'algues noires (iziki)

Disposer le cercle de pâte dans un moule à tarte de diamètre correspondant. Avec une fourchette, en piquer toute la surface. Poser dessus un cercle de papier sulfurisé, sur lequel on étalera une grosse poignée de haricots secs ou de petits cailloux, pour empêcher la pâte de gonfler pendant la cuisson. Cuire 10 minutes à blanc dans un four à 200°.

Faire étuver dans un poêlon, avec le beurre, l'oseille, ainsi que l'oignon haché menu. Tourner sans arrêt, en y versant d'abord la fécule, puis le lait froid. Sans cesser de tourner, ajouter le fenouil, le sel et le poivre, jusqu'à obtenir la consistance d'une sauce veloutée. Hors du feu, y mélanger ensuite les 4 oeufs battus et la crème fraîche. Après avoir retiré de la pâte mi-cuite le papier sulfurisé et les haricots secs, y verser cette préparation. Quand elle commence à se solidifier et qu'on peut sentir une légère résistance sous la pression du doigt, on dispose à la surface de la tarte les tranches d'anguille, préalablement passées à l'eau vinaigrée, puis étuvées dans la pâte. Cuire encore 15 minutes. Quand la tarte est bien dorée, la laisser tiédir, avant de retirer le petit cartilage qui se trouve au centre de chaque tranche de poisson. Le remplacer par un grain de genièvre, et parsemer le tout de filaments d'algues noires.

OEUFS DE POISSON DE SIGMA

Origine : Sigma 3 du Dragon

Catégorie : ENTREE

Ingrédients :

- 500 g d'oeufs de merlan
- 3 cuillerées à soupe de sel fin
- 1/2 litre d'huile d'ail lunaire (voir recette par ailleurs)
- 1 grosse cuillerée à soupe de crevettes séchées

Laver et éponger les oeufs de merlan. Les poser sur une planche, les saupoudrer de sel, dessus et dessous. Les laisser s'imprégner 12 heures en les retournant au moins 3 fois pendant cette période. Les re-saupoudrer de sel. Poser dessus une seconde planche, lestée d'un poids suffisant pour assurer une forte pression afin d'extraire toute l'eau des oeufs. Laisser reposer 48 heures. Pour le séchage, enlever les oeufs d'entre les planches et les poser sur une grille. S'il fait beau et chaud, les exposer encore pendant 48 heures à l'air et au soleil. Dans le cas contraire, mettre la grille au four, porte entrouverte, à 75°, pendant au moins 3 heures, en retournant souvent les oeufs. Les placer finalement dans un bocal contenant l'huile d'ail lunaire. Y ajouter les crevettes séchées. Fermer. Laisser macérer 5 ou 6 jours, plus si nécessaire. Ces oeufs peuvent se consommer nature, ou entourés d'**Algues Marines Confites de Halma**.

SOUPE VISQUEUSE D'ORGOREYN

Origine : Gethen, système de Nivôse

Catégorie : SOUPE

Ingrédients :

- 500 g de petits calmars, nettoyés et débarrassés de leurs déchets
- 2 cuillères d'huile
- 1,5 litre de bouillon de légumes
- 3 gousses d'ail
- 3 cuillères à soupe de tapioca
- du sel et du poivre
- 1 pincée de curry
- quelques filaments d'algues noires Nori

Faire revenir les calmars, coupés en anneaux, ainsi que leurs tentacules, avec les gousses d'ail hachées. Laisser suer quelques minutes, en remuant sans cesse. Ajouter le bouillon de légumes, le sel, le poivre et le curry. Laisser cuire 45 minutes à couvert.

Cinq minutes avant la fin de la cuisson, verser en pluie dans la préparation les 3 cuillères à soupe de tapioca.

Garnir la surface de la soupe avec des filaments d'algues noires Nori.

CREPES MARINES AU SAFRAN

Origine : Belshazaar

Catégorie : ENTREE

Ingrédients :

- 250 g de farine blanche
- 3 oeufs
- 100 g de crème fraîche
- 1/2 litre de fumet de fruits de mer
- 1 verre de vin blanc sec
- 1 cuillerée à soupe d'huile
- 250 g de chair de coquillage et de crustacés au choix (moules, coques, palourdes, huître, bulots, crevettes, langoustines, etc)

Dans une sauteuse, faire ouvrir les coquillages avec un verre de vin blanc. Les retirer quand ils sont ouverts. Filtrer le jus. Ajouter au besoin un peu d'eau pour obtenir le demi-litre de fumet qui doit servir à la confection de la pâte à crêpes. Laisser bouillir et y plonger les crustacés pendant 3 minutes. Ensuite, extraire les coquillages de leur coquille et débarrasser les crustacés de leur carapace. Placer le tout avec 100 g de crème fraîche dans un mixer, qu'on fait fonctionner jusqu'à obtenir une fine purée homogène.

Dans une terrine, mettre la farine blanche et le sel, puis faire un puits, au centre duquel on versera les 3 oeufs, plus la cuillerée d'huile. Mélanger le tout. Ajouter le demi-litre de fumet. Fouetter pour en faire une pâte lisse, qu'il faudra laisser reposer au frais pendant au moins une heure et demie. Au terme de ce temps, mélanger la purée de fruits de mer avec la pâte à crêpes, et procéder alors de façon classique pour la confection des crêpes.

Sauce safrane :

- 1 cuillerée à soupe de farine
- 1 jaune d'oeuf
- 50 g de beurre
- 25 cl d'eau
- le jus d'un citron
- 1 grosse pincée de safran
- 1 grosse pincée de poudre de Cayenne
- du sel

Dans un poêlon, mettre le beurre à chauffer. Quand il mousse, lui adjoindre la cuillerée de farine et mélanger sans laisser roussir. Verser les 25 cl d'eau froide, ainsi que le jus de citron, sel et épices. Laisser cuire en tournant constamment. On doit obtenir une consistance veloutée. Hors du feu, ajouter un jaune d'oeuf battu. Recouvrir chaque crêpe avec cette sauce.

RASCASSE SANZARETE

Origine : Sanzaret

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 1 rascasse de 700 g environ
- 1 gros calmar de 500 à 600 g
- 25 g de riz sauvage
- 50 g de riz blanc
- 10 g d'algues séchées, trempées 10 minutes puis essorées
- 3 échalotes
- 3 gousses d'ail
- 2 piments de Cayenne
- 1 morceau de gingembre
- 500 g de tomates fraîches, pelées et coupées en morceaux
- 1 morceau de sucre
- 1 verre de vin rouge
- 1 verre d'eau
- 10 cl d'huile
- du sel

Couper la tête de la rascasse, qu'on met de côté. Faire lever les filets par le poissonnier. Nettoyer et laver le calmar. Le laisser entier, ne lui retirant que les yeux, la plume cornée intérieure et les tentacules. Hacher grossièrement les filets de rascasse mélangés aux tentacules. Hacher grossièrement les filets de rascasse mélangés aux tentacules du calmar et aux algues, également hachées. Faire mi-cuire le riz sauvage pendant 30 minutes et, à part, le riz blanc pendant 7 minutes.

Dans une poêle, chauffer un peu d'huile. Y faire revenir la préparation quelques minutes en remuant constamment. On en farcira le corps du calmar, dont on fermera l'orifice à gros points ou à l'aide d'une petite pique de bois.

Chauffer l'huile dans une sauteuse. Y faire d'abord revenir les échalotes. Ajouter ensuite les tomates, l'ail, le piment, le gingembre râpé, le sucre et le sel. Couvrir d'un verre de vin rouge, puis d'un verre d'eau. Y déposer le calmar, qu'on laissera mijoter une heure, plus s'il semble coriace. Le retirer alors de la sauce pour le placer dans un plat allant au four. Attendre qu'il tiédisse avant de l'emboîter en force dans la tête de la rascasse. Filtrer alors, au travers d'une passoire, la sauce de cuisson dont on arrose le poisson ainsi recomposé. Le badigeonner enfin d'un peu d'huile pour le rendre brillant, et le faire cuire encore 15 minutes à four chaud.

Le détailler en tranches sur la table.

OEUFS DE KORVIL

Origine : Mars, système Sol

Catégorie : ENTREE

Ingrédients :

- 6 oeufs très frais
- les pelures de 3 gros oignons
- 3 clous de girofle
- 2 graines de badiane
- 1 bâton de cannelle

Faire durcir les oeufs pendant 10 minutes. Les passer à l'eau froide. En frapper avec le dos d'une cuillère toute la surface par petits coups, afin d'y marquer sur la coquille des craquelures qui rappelleraient une mosaïque irrégulière. Les plonger dans 1 litre d'eau froide, où l'on aura mis les pelures d'oignon et les épices. Couvrir. Faire alors frémir à feu doux pendant 1h30 à 2 heures. Laisser refroidir les oeufs.

Lorsqu'on ôtera les coquilles, les oeufs apparaîtront marbrés d'un brun presque rouge. En ajoutant à l'eau, à la place des pelures d'oignon, des colorants alimentaires en quantité suffisante, on peut obtenir des oeufs marbrés d'une couleur différente (bleue par exemple) mais le résultat est généralement moins frappant.

PIRE DE RUDKOSKI

Origine : Resh 10, constellation d'Aldébaran

Catégorie : BOISSON

Ingrédients :

- 40 cl d'alcool à 90 degrés
- 30 cl d'eau distillée
- 30 cl de liqueur de fraise
- 1 cuillère à soupe de carvi en graines

Mettre à macérer le carvi dans l'alcool à 90° pendant 5 jours. Filtrer soigneusement, puis faire bouillir l'eau qu'on jette aussitôt sur l'alcool. Laisser refroidir une heure avant d'ajouter la liqueur de fraise.

Cet alcool, qui titre à peu près 60°, peut être consommé immédiatement.

RIJSTAFFELS GALACTIQUES

Origine : Doku

Catégorie : LEGUME

Ingrédients :

- 1 kg de riz gluant
- 1 g de safran
- 1 cuillère à soupe de paprika
- 20 gouttes de colorant alimentaire (10 bleu et 10 vert)
- du sel

Faire tremper le riz 1h30 dans beaucoup d'eau froide. L'égoutter soigneusement avant de le partager en 4 portions égales. A la première partie, on ajoutera le sel, le safran et le paprika, qu'on remuera bien pour faire prendre couleur au riz. On le place alors dans une passoire pour une cuisson de 15 minutes à la vapeur. Le riz est cuit quand son grain est devenu transparent. On l'enveloppe dans un film alimentaire en lui donnant la forme d'un parallépipède allongé d'à peu près 2 cm d'épaisseur. On met le paquet bien fermé au réfrigérateur pendant 5 ou 6 heures. Même opération avec la deuxième portion du riz, où safran et paprika sont remplacés par 10 gouttes de colorant bleu, et la troisième, traitée au colorant vert, la quatrième restant blanche.

Au bout du temps de réfrigération, on débarrasse de leurs films protecteurs les parallépipèdes de riz, et l'on découpe, par exemple, le jaune orangé en cubes, le bleu en triangles, le vert en rectangles, tandis que le vert sera façonné en boules, le tout du volume d'un jeton ou d'un gros dé à jouer.

VIANDE DU VENDREDI SAINT

Origine : Majipoor, système Sol III

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 1 tranche de faux-filet de boeuf de 800 g
- 1 cuillère à café de poivre concassé
- 1 boîte de foie de morue
- 2 gousses d'ail hachées
- 10 brins de persil haché
- 10 brins de cerfeuil haché

Graisser légèrement la tranche de viande sur ses deux faces avec l'huile de foie de morue. Passer sous le gril du four 10 minutes de chaque côté. Eteindre alors le four et laisser encore la viande à l'intérieur 5 minutes, porte entrouverte.

Pendant ce temps, écraser au pilon l'ail et le poivre dans un bol. Y malaxer le foie de morue jusqu'à en obtenir une crème homogène. L'étaler sur toute la surface de la tranche de viande. Y ajouter persil et cerfeuil.

RAGOUT DE VENAISON A LA MARABABA SAHEM

Origine : Tau Pegasi CXV

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 1 kg de jambon de sanglier
- 750 g de choucroute crue
- 1 grand bocal de cerises au sirop
- 20 cl de xérès
- 1 sachet de soupe à l'oignon déshydratée
- 2 oignons
- 10 gousses d'ail
- 5 clous de girofle
- 2 feuilles de laurier
- 4 feuilles de sauge
- 1 branche de thym
- 1 piment de Cayenne émiété
- 15 grains de poivre blanc
- 50 g de graisse d'oie

Dans une sauteuse, faire dorer le jambon sur toutes ses faces avec la graisse d'oie chaude. Laver à grande eau la choucroute crue, et l'essorer en la pressant dans les mains.

Mettre, au fond d'une cocotte en terre munie d'un couvercle, les 2 oignons grossièrement coupés, puis la choucroute, étroitement mélangée avec les herbes, les épices et l'ail. Enfoncer légèrement la viande par-dessus.

Par ailleurs, on aura déglacé le fond de la sauteuse avec le sachet de soupe à l'oignon et le sirop de cerise additionné du xérès, pour en récupérer les sucs. En arroser le ragoût. Couvrir. Enfourner à 175° pendant 2 heures.

Ce temps écoulé, disposer les cerises tout autour de la viande en remuant pour obtenir une bonne adhérence. Laisser cuire encore 30 minutes, cocotte découverte.

BAIES DE GAIA

Origine : Thémis

Catégorie : DESSERT

Ingrédients :

- 20 dattes *fraîches*, jaunes et moelleuses
- 10 bonbons fondants à la menthe
- 20 feuilles de menthe fraîche

Retirer les noyaux des dattes en en fendant légèrement la chair, mais en prenant garde de ne pas séparer les fruits de leur grappe. D'autre part, partager tous les bonbons fondants en 2. Rouler chaque moitié de bonbon entre ses doigts pour lui donner la forme d'un noyau, qu'on enveloppera dans une feuille de menthe fraîche. La glisser à l'intérieur de la datte. Refermer alors le fruit en joignant étroitement les lèvres de la fente pratiquée au début pour retirer le noyau.

On doit ainsi obtenir l'équivalent terrestre de ces étranges baies de Gaï a, originaires de Thémis, que John Varley décrit comme jaunes, translucides, et contenant une épaisse gelée semblable à du miel, mais avec une saveur de menthe prononcée.

PETITS OS FRITS EN PATE ROSEE

Origine : Chula, Soleil Standard (étoile polaire de l'hyperespace)

Catégorie : ENTREE

Ingrédients :

- 500 g de cuisses de grenouilles
- de l'huile de friture

Pour la Marinade :

- 4 gousses d'ail râpées
- le jus d'un citron
- 2 cuillerées à soupe de paprika
- du sel

Pour la Pâte à beignets :

- 70 g de farine
- 1 oeuf
- 30 g de fécule de maïs
- 1/2 verre d'eau
- 1 cuillerée à café de graines de cumin
- 1 cuillerée à café de graines de sésame
- 1 cuillerée à soupe de ketchup pour rendre la pâte rosée
- du Chutney à la mangue douce (épicerie fine anglaise ou indienne)

Séparer les cuisses de grenouilles en deux, à la jointure. Les recouvrir avec la marinade. Attendre 2 heures.

Par ailleurs, faire une pâte à beignets de type tempura : dans une terrine, mélanger d'abord l'oeuf avec un demi-verre d'eau glacée. Y verser, sans cesser de battre sommairement, la farine, la fécule de maïs, le ketchup et une pincée de sel.

Plonger les demi-cuisses de grenouilles dans la pâte ainsi obtenue, puis dans la friture bouillante. Eviter de laisser trop dorer, pour ne pas affaiblir la couleur donnée par le ketchup. Enfin, les saupoudrer des graines de cumin et de sésame, afin de leur restituer l'apparence et la saveur du plat évoqué par Philippe Curval lors de son voyage dans l'hyperespace :

"Bâtonnets frits dans une pâte rosée imprégnée de graines diverses et macérés dans une confiture, en fait, de petits os recouverts de chair tendre et juteuse sous l'onctuosité croustillante du beignet".

GRAINE DE TATILA

Origine : Chula, Soleil Standard (étoile polaire de l'hyperespace)

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- un cercle de pâte brisée de 30 cm de diamètre

Pour la garniture :

- 500 à 600 g de selle d'agneau prise dans le centre du gigot
- 4 cuillerées à soupe de poudre d'amandes
- 20 g de beurre
- 50 g de fromage blanc de brebis
- 50 g de parmesan
- 100 g de graines de sésame
- 3 grandes feuilles vertes de moutarde
- 1 cuillerée à soupe de graisse de mouton
- 15 cl de gin
- 10 g de genièvre concassé
- du sel et du poivre

La veille, faire mariner la selle d'agneau avec le gin, le sel, le poivre et le genièvre. Plusieurs heures avant le repas, faire rôtir la viande, qu'on aura sortie de sa marinade, dans une sauteuse, avec un peu de beurre et la graisse de mouton.

Lorsqu'elle est bien dorée, la déglacer avec sa marinade, puis la préparer en la débarrassant de son os central ainsi que de tous les petits déchets qui l'entourent. On doit obtenir une noix parfaitement nette. La déposer alors dans une terrine, où l'on reverse la sauce de sa marinade. Laisser 2 heures au frais.

Ce temps écoulé, disposer sur une planche farinée le cercle de pâte. Etaler dessus les 2 oeufs battus, dont on réservera une petite partie. En saupoudrer toute la surface avec la poudre d'amandes. Ensuite, y émietter le fromage blanc de brebis, puis le parmesan râpé. On aura d'autre part fait blanchir dans de l'eau salée les 3 feuilles de moutarde. En prendre une, l'éponger pour bine l'assécher, et y enfermer la noix de viande enduite de sa sauce, de façon à obtenir un paquet régulier. On dispose celui-ci au centre du cercle de pâte, qu'on replie tout autour et par-dessus, en une forme oblongue pouvant évoquer une graine géante. Badigeonner cette graine avec le restant des oeufs battus précédemment mis de côté. En recouvrir alors la surface aux 2/3 par une épaisse couche de graines de sésame, tout en prenant soin de laisser l'une des extrémités lisse, comme s'il s'agissait d'une sorte de gland avec sa cupule.

Faire cuire 40 minutes à 200°.

Au moment de servir, porter cette grosse graine à table, enveloppée cette fois dans les 2 autres feuilles de moutarde. Cette nourriture, dont la base est en fait constituée par la chair de Tatila-la-Rédemptrice, est ainsi décrite par le chroniqueur :

"Cuite en papillote dans une grande feuille, c'est une énorme graine ovale à odeur de fromage de brebis. A l'intérieur, un morceau de chair fondante cuite dans sa graisse exhale un léger arrière-goût d'ammoniac, mêlé à des fumets de bouillon et au glacis d'alcool".

RIS EN BRIOCHE SUR CONFIT DE LEGUMES

Origine : Chula, Soleil Standard (étoile polaire de l'hyperespace)

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients pour la pâte :

- 250 g de farine de blé
- 50 g de farine de châtaigne
- 25 g de flocons de pomme de terre
- 1 sachet de levure biologique
- 2 oeufs
- 150 g de beurre
- 15 g de sucre
- 1 pincée de sel

Ingrédients pour la garniture :

- 1 ris de veau de 250 g
- 500 g de girolles ou de trompettes-de-la-mort (craterelles)
- 2 échalotes
- 50 g de noix décortiquées et hachées
- 1 cuillerée à café de poivre 5 baies
- 40 g de fromage triple crème
- du beurre et de l'huile

Dans une terrine, dissoudre le sachet de levure avec 3 cuillerées à soupe d'eau tiède. Verser dessus la farine de blé, celle de châtaigne, ainsi qu'une purée de pommes de terre obtenue en mélangeant les flocons à 6 cl d'eau chaude. En façonner une fontaine, au centre de laquelle on met les 2 oeufs battus, le sel et le sucre. Commencer à travailler la pâte en y ajoutant, jusqu'à absorption complète, les 150 g de beurre ramolli, par petites quantités. Pétrir énergiquement 10 minutes. Couvrir et laisser reposer 1 heure dans un endroit tiède. Ce temps écoulé, repétrir encore 10 minutes, puis étaler la pâte au rouleau et y découper 8 carrés d'environ 10 cm de côté.

Par ailleurs, on prépare la farce de la façon suivante : laver, nettoyer, couper les champignons et les mettre quelques minutes à grand feu dans une poêle sèche, en les remuant régulièrement pour bien leur faire rendre toute leur eau. Les sortir de la poêle, où l'on met alors de l'huile et du beurre à chauffer. Couper le ris de veau en 8 morceaux sensiblement égaux qu'on aura pris soin, au préalable, d'ébouillanter 5 bonnes minutes pour une précuisson. Les faire dorer sur toutes leurs faces. Ajouter les échalotes hachées menu. Faire dorer le mélange encore quelques instants, sans cesser de remuer, puis verser dessus les champignons, les noix hachées, le sel, le poivre 5 baies et, au dernier moment, le fromage triple crème. Bien mélanger le tout. Laisser tiédir.

Au centre de chaque carré de pâte, poser une cuillerée de la farce aux champignons, puis un morceau de ris, recouvert d'une nouvelle cuillerée de farce. Fermer en remontant vers le centre des angles du carré de pâte, comme pour en confectionner une aumônière. Mettre chaque brioche dans un petit moule rond beurré, de style moule à ramequin. Laisser reposer 45 minutes avant d'enfourner à 200° pour 30 minutes. A la cuisson, les angles de la pâte vont s'ouvrir en corolle pour laisser apparaître la farce intérieure.

SOUPE DE FOIE AUX CINQ FRUITS

Origine : Chula, Soleil Standard (étoile polaire de l'hyperespace)

Catégorie : SOUPE

Ingrédients :

- 1,5 litre de bouillon de poulet
- 300 g de petits foies de poulet partagés en 1/3 et 2/3
- 150 g de pruneaux
- 1 beau coing
- 3 pommes
- 50 g de raisins secs
- 150 g de pêches séchées
- 3 clous de girofle
- du beurre et de l'huile
- 1 cuillerée à soupe de vinaigre
- 1 jaune d'oeuf
- 20 g de fécule
- 50 g de sucre
- 10 g de vermicelles de riz chinois

Partager le bouillon de poulet en deux parties. Faire cuire, dans la première moitié, tous les fruits coupés en gros morceaux, avec le sel, le poivre, le sucre, les clous de girofle et le gingembre. Lorsque les fruits sont cuits, mais se tiennent encore, préparer le potage.

Ecraser d'abord les 2/3 des foies de poulet dans une passoire, afin d'en recueillir l'extract, qui doit présenter la consistance d'une crème. Le mélanger au beurre ramolli, la fécule, le jaune d'oeuf. Verser alors dessus la deuxième partie du bouillon de poulet. Remettre ce mélange à chauffer à petit feu, sans laisser bouillir et sans cesser de remuer. Y ajouter la première partie de bouillon contenant les fruits et les épices. Remélanger.

Faire sauter rapidement, par ailleurs, le dernier tiers des foies de poulet, qu'on aura émincés. Les jeter dans le bouillon chaud, en même temps que les vermicelles chinois crus, finement émiettés afin de leur donner l'apparence de paillettes. Philippe Curval précise dans son rapport :

"Emincé de viandes et de fibres, dans un bouillon épais irisé de paillettes, avec des épices, du sucre et du vinaigre..."

BLAVEAU CUIT DANS LE LAIT DE SA MERE

Origine : Majipoor, système Sol III

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 1 kg d'épaule d'agneau coupée en cubes
- 1 litre de lait de brebis
- 100 g de beurre
- 180 g de farine
- 8 oeufs
- 100 g d'olives vertes dénoyautées
- quelques feuilles de menthe séchées
- 1 pincée de cannelle
- 1 cuillerée à café de fenouil en poudre
- 2 gousses d'ail
- 2 cuillerées à soupe de jus de citron
- du sel et du poivre

Dans une sauteuse, faire revenir les morceaux d'agneau avec la moitié du beurre. Y ajouter le jus de citron, d'ail, le sel et les épices. Faire mijoter 15 minutes à couvert.

Dans une casserole, faire fondre l'autre moitié du beurre. Ajouter la farine, remuer, verser le litre de lait en tournant pour bien mélanger. En même temps, saler et poivrer. Verser cette préparation dans un moule à gratin. Sur le dessus, étaler les morceaux de viande revenus, parsemer de fenouil et de menthe, et terminer en garnissant la surface des olives vertes dénoyautées. Faire cuire le tout à 180° environ pendant 45 minutes. Lorsque la préparation est suffisamment ferme au toucher et bien dorée, le plat est prêt. Il se mange froid.

A noter que le principe blasphématoire de l'agneau cuit dans le lait de sa mère se retrouve dans d'autres préparations interdites, où il se conjugue avec des déviations dogmatiques issues de mentalités différentes, voire antagonistes, telles que la **Graine de Tatila**, ou la **Vaca Tandorisée**, l'agneau étant ici substitué au boeuf...

VISITANDINE MARION

Origine : Cottman IV

Catégorie : DESSERT

Ingrédients :

- 150 g de farine
- 100 g de sucre
- 1/2 sachet de levure chimique
- 2 oeufs
- 250 g de raisins secs
- 250 g de noix écrasées
- 50 g de graines de sésame grillées
- du beurre

Faire blondir les graines de sésame. Dans une terrine, verser la farine, mélangée à la levure. Y creuser une fontaine, où l'on met les oeufs, ainsi que le sucre et une pincée de sel. Remuer avec une cuillère. Y ajouter les fruits secs et les graines de sésame. Verser le tout dans un moule à cake bien beurré. Faire cuire 45 minutes à 180°. Se mange chaud ou froid.

VACA TANDOORISEE

Origine : Belshazaar

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 800g de faux-filet de boeuf coupé en languette d'1/2 cm d'épaisseur
- 1 yaourt au lait de brebis
- 2 cuillerées à soupe de jus de citron
- 3 clous de girofle
- 1/2 cuillerée à café de graines de coriandre
- 1/2 cuillerée à café de graines de cumin
- 1/2 cuillerée à café de graines de curcuma
- 3 graines de cardamome
- 1 oignon coupé
- 3 gousses d'ail
- 2 cm de gingembre
- 1 pincée de piment de Cayenne
- 1 pincée de poivre noir
- 1 cuillerée à soupe de paprika doux pour donner la couleur

Arroser les languettes de viande avec le jus de citron. Saupoudrer de sel et mettre au frais 1h30. Passer au robot-mixer le yaourt, avec ail, oignon, gingembre et toutes les épices, afin d'obtenir une crème homogène. Sortir les languettes de viande qu'on dispose dans une terrine. On y verse la marinade, et on laisse en attente au réfrigérateur au moins jusqu'au lendemain, en remuant plusieurs fois.

Sortir les morceaux de la marinade et les faire griller au barbecue, ou, à défaut, sous le gril du four. Quand ils sont bien croustillants, voire légèrement roussis, ils sont prêts à être consommés.

BEURRE DE CHEVRE "GALAXY"

Origine : Les Planètes Marchandes, constellation du Lynx

Catégorie : CONDIMENT

Ingrédients :

- 200 g de beurre très fin d'excellente qualité
- 60 g de fromage de chèvre très sec (genre chavignol ou bethmale)

Dans une jatte, mettre les 200 g de beurre en pommade.

Passer le fromage de chèvre au robot-mixer pour en obtenir une poudre fine qu'on malaxera soigneusement avec le beurre jusqu'à une consistance souple et homogène.

A conserver au réfrigérateur comme du beurre normal. Ce produit peut éventuellement être utilisé dans différentes préparations, au goût de l'amateur.

TOURTEL DE SOROR

Origine : Soror

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 4 galettes fines de pain azyme
- 500 g d'épinards surgelés hachés
- 100 g de feta (fromage blanc grec)
- 100 g de fromage sec de brebis ou de chèvre (Corse ou basque)
- 25 g de beurre normal ou de **Beurre de Chèvre "Galaxy"**
- 2 oeufs
- du sel et du poivre blanc
- 1 moule à tarte de 20 cm de diamètre
- 1 poêle antiadhésive de 20 cm de diamètre

Décongeler et essorer les épinards. Les mélanger, salés et poivrés, à la feta écrasée, au fromage sec râpé, ainsi qu'aux deux oeufs.

D'autre part, tremper les galettes de pain azyme dans l'eau pendant une minute, les égoutter sur un torchon, et attendre 20 à 30 minutes qu'elles aient atteint une souplesse suffisante. Beurrer largement le moule. Découper 2 des galettes superposées, en leur donnant la forme ronde nécessaire pour s'adapter au fond du moule. Etaler dessus la moitié du mélange épinards et fromages.

Procéder à la même opération de mise en forme avec les deux autres galettes, également superposées, qu'on placera dessus, comme pour un sandwich. Y déposer quelques noisettes de beurre de chèvre. Recouvrir avec le restant de la purée d'épinards. Enfourner 30 minutes à 200 degrés.

Le tourtel se mange avec un **Oeuf de Caméopardali** posé dessus.

OEUF DE CAMELOPARDALI

Origine : Epsilon de Camelopardalus

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 4 blanc d'oeuf de poule
- 12 oeufs de caille
- un peu de beurre
- 1 poêle antiadhésive de 20 cm de diamètre

Beurrer une poêle du même diamètre qu'un **Tourtel de Soror**.

Battre très légèrement les 4 blancs d'oeuf et les verser dans la poêle chaude. Quand le blanc d'oeuf commence à prendre, casser dessus les 12 oeufs de caille. Laisser alors cuire comme des oeufs sur le plat normaux. Saler. Déposer enfin le tout sur un **Tourtel de Soror**.

AGNEAU AMIRSTAN

Origine : Lyncis et Lupus

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 1 filet mignon de porc d'environ 400 g
- le râble d'un lapin moyen
- 2 grosses cuisses de poulet
- 300 g de collier d'agneau
- 1 litre de vin rouge
- 1/2 pot d'airelles
- 5 cl d'eau-de-vie de framboise
- 1 cuillerée à café de poivre concassé
- 1 cuillerée à soupe de farine
- 2 clous de girofle
- du muscade râpée
- 1 morceau et demi de sucre
- 2 échalotes
- au moins 1/2 litre d'huile
- du sel

Dans une casserole, verser le vin avec les échalotes coupées grossièrement, les clous de girofle, la muscade râpée, le poivre, le sucre et du sel. Pendant ce temps, on aura désossé et coupé en gros morceaux toutes les viandes, sauf le collier d'agneau.

Mettre à chauffer le liquide, qu'on verse bouillant sur les morceaux de viande, déposés dans une terrine. Couvrir et laisser mariner au frais pendant au moins 24 heures. Au terme de ce délai, sortir les morceaux de viande, les éponger, les disposer dans une cocotte en terre. Les recouvrir entièrement avec l'huile (1/2 litre au minimum). Mettre à confire dans l'huile, cocotte couverte, pendant 2h30 à 180 degrés.

Par ailleurs, réduire la totalité de la marinade sur le feu en y ajoutant le collier d'agneau. Laisser cuire au moins une heure jusqu'à obtenir environ 30 cl de liquide.

D'autre part, prélever 3 cuillerées d'huile dans la cocotte où mijote la viande. En faire, avec la cuillerée de farine, un roux qu'on va délayer dans les 30 cl de sauce restants. Remuer le tout et laisser cuire à feu doux pendant 15 minutes. Sortir alors les morceaux de viande de l'huile, les laisser bien égoutter, vider toute l'huile de la cocotte, de façon à pouvoir récupérer les sucs de viande qui se trouvent au fond. Y verser la sauce, préalablement passée au chinois. Bien gratter le fond de la cocotte pour que tous les parfums se mélangent. Y remettre les morceaux de viande, ainsi que les airelles. Remuer le tout, et laisser encore au four 10 minutes pour réchauffer le plat.

A noter que le collier d'agneau n'aura, en fait, été utilisé que pour imprégner de son parfum des morceaux de viandes diverses, dont le palais ne doit plus être en mesure de déterminer l'origine.

POMME A PAIN

Origine : Gethen, constellation de Nivôse

Catégorie : PAIN

Ingrédients :

- 300 g de farine tamisée
- 150 g de flocons d'avoine
- 100 g de pommes séchées
- 45 cl de cidre brut
- 1 sachet de levure chimique
- 5 cl d'huile de noix
- 1 verre à liqueur de calvados
- 1 cuillerée à café de sel

On aura fait tremper les pommes dans le cidre depuis la veille.

Placer dans une terrine la farine, mélangée aux flocons d'avoine et à tous les ingrédients, y compris le cidre, le calvados et les pommes, passées au robot électrique, de façon à obtenir une bouillie assez liquide. Pétrir le tout rapidement.

Séparer la pâte en deux parts égales, soit 2 grosses boules. Leur donner la forme d'une pomme, en creusant profondément le centre avec le doigt, et en incisant verticalement la surface en deux ou trois fois à partir du trou. Disposer chaque pomme à pain, le cœur dirigé vers le haut, dans des moules ronds en forme de bol, et cuire à four chaud (240°) pendant 35 minutes.

Les natifs de Gethen mangent la pomme à pain chaude ou froide, en tranches, au petit déjeuner.

PAIN DE BROMULES

Origine : Genesis , constellation M 33

Catégorie : PAIN

Ingrédients :

- 300 g de farine
- 1 sachet de levure biologique
- 20 cl de lait tiède
- 50 g de beurre
- 1 oeuf
- 1 cuillère à café de sel
- 1 cuillère à soupe de sucre
- 6 graines de badiane (anis étoilé) pour figurer les bromules

Dans une terrine, mélanger la farine, la levure et l'oeuf, ainsi que le beurre, le sel et le sucre. Verser dessus le lait tiède. Brasser le tout, et pétrir pendant quelques minutes pour en obtenir une pâte souple et élastique. En former une boule, la couvrir, et laisser monter 45 minutes. Partager alors la pâte en deux et en former deux couronnes identiques, un peu plus petites que le fond de la passoire où elles devront cuire. Sur chacune d'elles, disposer, à intervalles réguliers, 3 graines de badiane. Dans un fait-tout à vapeur ou un couscoussier, faire bouillir de l'eau sur une hauteur de 10 cm environ. Poser dessus la passoire, au fond de laquelle on aura disposé un papier absorbant. Y placer une couronne, couvrir, et laisser cuire à la vapeur de 10 à 12 minutes. La pâte est cuite lorsqu'une lame de couteau enfoncée dedans en ressort sèche.

Recommencer la même opération avec la seconde couronne.

PAINS DE LUNE

Origine : Lune, système Sol

Catégorie : PAIN

Ingrédients :

- 1 kg de farine blanche
- 40 g de levure biologique
- 2 oeufs
- 2 cuillères à soupe d'huile
- 50 g de sucre
- 1 cuillère à café bombée de sel
- 300 g de yaourt au lait de brebis
- 30 cl d'eau tiède
- 200 g de beurre de chèvre "Galaxy" des Planètes Marchandes
- 50 g de grains de nigelle (cumin noir ou poivre)

Dans une grande terrine, dissoudre la levure avec un demi-verre d'eau tiède, le sucre et le sel. Y casser les deux oeufs. Ajouter le yaourt et la farine. Pétrir 5 minutes. Laisser reposer 1 heure dans un lieu tiède. Ce temps écoulé, sortir la pâte de la terrine. Verser au fond un nouveau demi-verre d'eau tiède. Poser la pâte dessus et attendre encore 1 heure. Repétrir alors énergiquement pendant 5 minutes. Répéter à deux reprises cette opération, en pétrissant la pâte de façon énergique pendant 5 minutes à chaque fois. A la fin de la troisième opération, diviser la pâte en 8 parts égales. En former 8 boules, qu'on enrobera très largement de beurre de chèvre fondu. Etaler les grains de nigelle au fond d'un grand plat et y rouler les boules de pâte de sorte qu'elles en soient parsemées sur toute leur surface. Les poser alors pêle-mêle dans un grand récipient en terre cuite pourvu d'un couvercle qu'on referme. Laisser les boules s'amalgamer pendant 2 heures dans un lieu tiède, avant de les enfourner durant 8 heures à 120°. Veiller à maintenir une chaleur très douce.

Une fois le pain démoulé, la superposition apparemment incohérente des boules de pâte donne à cette préparation un aspect étrange, inhabituel, à l'image des univers lointains qu'elle évoque.

PAIN A LA FARINE D'HERBE DE PELERIN

Origine : Tschai

Catégorie : PAIN

Ingrédients :

- 250 g de farine de pois chiches
- 120 cl d'eau
- 5 cl d'huile d'olive
- 1 poignée de menthe
- 1 poignée de basilic frais
- 2 piments de Cayenne
- 1 cuillerée à soupe de garam masala (préparation indienne dosée à 5 condiments : cardamome, coriandre, cumin, girofle et poivre noir)

Dans un robot-mixer, mélanger tous les ingrédients. Verser la préparation dans un moule à tarte de 30 cm de diamètre environ. Faire cuire au four à 250° pendant 1h15. On obtient une sorte de flanc qu'on mange chaud, salé et poivré.

NOURRITURE LIQUIDE MARTIENNE

Origine : Mars, système Sol

Catégorie : DESSERT

Ingrédients pour 6 gobelets :

- 1 litre de lait
- 60 g de crème de riz
- 25 g de sucre
- 2 cuillères à soupe de sirop de fraise ou de framboise
- 2 cuillères à soupe de menthe
- 2 cuillères à soupe de sirop d'orgeat
- 2 cuillères à soupe de curaçao bleu
- quelques gouttes de colorant alimentaire rouge, vert et bleu

Délayer la crème de riz dans un demi-verre de lait froid.

Faire bouillir le restant du lait avec le sucre. A ébullition, y verser doucement la crème de riz délayée en remuant. Laisser cuire encore 5 minutes, sans cesser de tourner. Verser alors la préparation dans 4 bols, au fond desquels on aura mis un sirop de parfum différent. Remuer pour bien obtenir la couleur désirée, et si celle-ci ne paraît pas assez soutenue, la renforcer par une ou deux gouttes de colorant alimentaire correspondant, étant bien entendu que le mélange à base d'orgeat doit rester blanc.

Préparer 6 gobelets en verre incolore. Y verser un peu de chacune de ces crèmes, couleurs et saveurs devant alors s'entremêler sans jamais se fondre en une nuance uniforme.

Servie chaude ou glacée, cette préparation se boit avec une paille.

BOULETTES DE VIANDE DE PHI OPHIUCHI

Origine : Sarkovy de Phi Ophiuchi

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 250 g de boeuf haché
- 250 g de porc haché pris dans l'échine
- 3 beaux oignons
- 2 oeufs
- 1 petite poignée de sauge
- 1 petite poignée de persil
- 1 petite poignée de marjolaine
- 1 petite poignée de basilic
- 1 cuillerée à café de sucre en poudre
- 100 g de chapelure
- du sel, du poivre, du beurre et de l'huile

Hacher ensemble la sauge, le persil, la marjolaine et le basilic.

Dans une terrine, incorporer aux deux viandes mêlées les oignons hachés, qu'on aura d'abord fait revenir dans du beurre sans les laisser se colorer. Ajouter les herbes, les oeufs, le sucre. Mélanger étroitement le tout pour en obtenir des boulettes complètement sphériques. Les rouler alors dans la chapelure en faisant bien adhérer celle-ci à la chair, dont au départ la consistance est molle. Plonger enfin les boulettes dans la friture bouillante, à feu pas très fort, de 10 à 15 minutes selon le volume qui leur a été donné.

Ces boulettes, tendres à l'intérieur, croustillantes à l'extérieur, peuvent aussi se manger froides et être emportées pour de longs trajets.

FRESSENDOSE DE DOKU

Origine : Doku

Catégorie : ENTREE

Ingrédients :

- 250 g de trompettes-de-la-mort
- 200 g d'oignons
- 2 oeufs durs
- 2 oeufs crus
- 150 g de gouda au cumin
- 25 g de beurre
- 2 cuillerées à soupe d'huile
- 50 g de sésame grillé
- du sel et du poivre
- 1 rectangle de tissu fin de 15x30 cm, genre gaze

Dans une poêle, faire revenir les champignons hachés menu, avec la moitié du beurre et de l'huile. Les faire bien dorer sans qu'ils roussissent trop. Les retirer. Rajouter la matière grasse restante et procéder de façon identique pour les oignons, également hachés menu.

Dans un bol à mixer, mettre le fromage coupé grossièrement, les oignons, les champignons, les oeufs durs, les oeufs crus, le sel et le poivre. Faire tourner environ 30 secondes, puis remplir avec cette préparation un petit sac qu'on aura confectionné en cousant sommairement le rectangle de tissu.

Le plonger 20 minutes dans une casserole d'eau bouillante, en laissant dépasser à l'extérieur la partie supérieure, ouverte et maintenue par un couvercle légèrement décalé. Retirer du feu et laisser refroidir au moins 12 heures en ayant donné au fressendose contenu dans le sac une forme parallélépipédique allongée. Le sortir du sac, le détailler en cubes qu'on roule dans une assiette contenant le sésame afin que les grains adhèrent aux 6 faces des cubes.

GALETTE DE GASTEROPODES

Origine : Celsus V

Catégorie : ENTREE

Ingrédients :

- 150 g de farine complète
- 24 escargots décortiqués, lavés, nettoyés et cuits au court-bouillon
- 2 gros oignons et 3 échalotes hachés menu
- 1 cuillerée à café de thym
- 1 petite pincée de romarin pilé
- 1 grosse poignée de quatre-épices
- 1 demi-cuillerée à café de poudre de coriandre
- 1 cuillerée à café de levure chimique
- 1 oeuf
- 5 cl d'eau

Dans une terrine, mettre la farine, la levure, l'oeuf, les épices, le sel, les herbes, les oignons et les échalotes hachés. Tout mélanger grossièrement avec une cuillère. Ajouter les escargots, qu'on aura au préalable légèrement fait sauter dans du beurre. Mélanger à nouveau.

Dans un moule plat, rond ou carré, de 22 cm de côté ou de diamètre, dont le fond a été beurré, on étale le mélange. On fait cuire à four très chaud (250°) pendant 25 minutes. Cette galette se mange tiède.

ESCARGOTS DE RIVIERE GEANTS

Origine : Liingar

Catégorie : PLAT PRINCIPAL

Ingrédients :

- 500 g de petits calmars, ou supions
- 6 feuilles de brick (fines galettes rondes, épicerie orientales)
- 2 bulbes de citronnelle
- 15 brins de persil
- 2 gousses d'ail
- 1 échalote
- 1 oeuf
- 1 piment de Cayenne
- 1 cuillerée à soupe de graines de pavot bleu
- 25 g de beurre
- 2 cuillerées à soupe d'huile de tournesol
- du sel et du poivre

Dans une poêle, faire chauffer l'huile... Y mettre citronnelle, persil, ail et échalote, le tout haché menu. Laisser revenir en remuant sans cesse pendant une minute. Au bout de ce temps, poser dans la poêle les calmars soigneusement lavés et nettoyés, qu'on aura également hachés menu au couteau. Assaisonner avec sel, poivre, piment de Cayenne. Remuer à nouveau et laisser cuire à feu vif jusqu'à évaporation complète du liquide lâché par les calmars. Casser l'oeuf sur la préparation ainsi obtenue afin de bien la lier. Laisser tiédir.

Pour former l'escargot, prendre une feuille de brick et la plier en deux comme une crêpe. Disposer, sur une largeur de 2 cm et sur toute la longueur du bord droit, la farce de calmars. Rouler comme un cigare, puis lover ce dernier sur lui-même pour lui donner la forme en spirale désirée. Dans un moule, préalablement beurré avec la moitié du beurre, disposer les escargots. Badigeonner alors le dessus avec l'autre moitié du beurre qu'on aura fait fondre. Saupoudrer de graines de pavot bleu et cuire 20 minutes au four à 200 degrés.

Ces escargots se dégustent accompagnés d'une préparation de **Racines Bleues du Buisson Kes Shrub**, du monde de Gor.

RACINES BLEUES DU BUISSON KES SHRUB

Origine : Gor

Catégorie : LEGUME

Ingrédients :

- 300 g de germes de soja
- 1 poignée de gros sel
- 20 cl de vinaigre d'alcool blanc
- 75 cl d'eau bouillie
- 2 clous de girofle
- 1 petite tranche de gingembre frais
- quelques gouttes de colorant alimentaire bleu

Laver les germes de soja. Les disposer dans une passoire avec le gros sel. Mettre en attente pendant 12 heures.

Le lendemain, essorer les germes de soja et les placer dans un bocal à conserve. Recouvrir avec le vinaigre et l'eau bouillie, dans laquelle on aura versé le colorant. Poser dessus la tranche de gingembre, piquée des 2 clous de girofle. Fermer hermétiquement. Laisser macérer 4 jours, en agitant chaque jour le bocal fermé.

PAPILLONS GLACES DE L'HYPERESPACE

Origine : Chula, Soleil Standard (étoile polaire de l'hyperespace)

Catégorie : DESSERT

Ingrédients pour une vingtaine de papillons :

- 20 pétales de rose
- 20 feuilles de menthe fraîche ou 20 pensées
- 1 blanc d'oeuf
- quelques gouttes de jus de citron
- 75 g de sucre cristallisé
- 10 morceaux de pâte de fruits de couleurs différentes
(le noir, le vert et le violet sont les nuances les plus souhaitables)

Il est entendu que toutes les fleurs doivent avoir été cultivées en jardin sans aucun apport chimique...

Détacher tous les pétales de leurs pédoncules. Les placer bien à plat entre deux planches pendant quelques heures. Procéder de la même façon avec les feuilles de menthe. Une fois pétales et feuilles bien lissés, battre légèrement le blanc d'oeuf dans une petite coupe, avec quelques gouttes de jus de citron. A l'aide d'un pinceau, en badigeonner alors les deux faces de chaque pétale. Les saupoudrer très largement de sucre cristallisé, puis les poser bien à plat sur une grille aux espacements très rapprochés, afin d'en préserver la rigidité.

Préchauffer le four à feu très doux (thermostat 2) pendant 15 minutes avant d'enfourner la grille. Faire sécher pétales et feuilles dans le four tiède, porte ouverte, opération à surveiller qui peut prendre assez longtemps. Lorsque tous les pétales et toutes les feuilles de menthe sont bien secs, et bien glacés par le sucre, on entreprend alors la confection des papillons.

Dans une assiette, disposer les pétales, qui doivent se chevaucher légèrement, afin de donner l'illusion des ailes de papillon. Prendre une demi-pâte de fruits qu'on moule entre ses doigts pour en former un petit cylindre effilé, qui figurera le corps du papillon. Le coller soigneusement au centre de quatre pétales. Poser le papillon terminé bien à plat sur une feuille de papier sulfurisé.

Précision : si chaque papillon est fait à partir de 2 pétales de rose et 2 feuilles de menthe, celles-ci devront légèrement chevaucher ceux-là. Si, au contraire, on utilise uniquement des pétales de pensées jaunes à coeur noir pour les ailes supérieures, et 2 pétales de pensées violettes pour les ailes inférieures (ou vice versa, et en tout état de cause, au goût artistique de chacun).

GATEAU DOUX-AMER

Origine : Neverjon

Catégorie : DESSERT

Ingrédients :

- 4 oeufs
- 120 g de sucre
- 300 g de ricotta italienne ou de brousse Corse
- 50 g de roquefort
- 50 g de gorgonzola
- 100 g de semoule fine
- 200 g de crème fraîche épaisse
- 1 pincée de noix muscade

Pour le glaçage :

- 200 g de sucre glace
- 3 cuillerées à soupe d'eau
- 1/2 cuillerée à café de gingembre en poudre

Séparer les blancs et les jaunes des oeufs. Dans une jatte, battre les jaunes avec 50 g de sucre. Fouetter jusqu'à faire blanchir le mélange.

Mettre dans un robot-mixer tous les fromages, la crème fraîche, les 70 g de sucre restants et la pincée de muscade. Faire tourner afin d'obtenir un mélange homogène. Verser dessus la semoule en pluie.

Par ailleurs, battre les blancs d'oeuf en neige et les ajouter au mélange avec précaution.

Beurrer un moule à manqué de 20 cm de diamètre, à fond amovible si possible. L'emplir de cette préparation, qu'on fait cuire 1 heure à 150°. Laisser tiédir le gâteau dans le four avant de le sortir et de le poser dans un plat, où il devra complètement refroidir.

Glaçage :

On fait fondre les 200 g de sucre glace avec les 3 cuillerées d'eau et la poudre de gingembre. Etaler ce glaçage sur la surface et les côtés du gâteau.

Le laisser bien durcir avant de servir. Ce gâteau est meilleur le lendemain.

SPIRALES GOURMANDES NATHANAEL

Origine : Ménéalque

Catégorie : DESSERT

Ingrédients :

- 300 g de marshmallows de couleurs différentes
- 20 g de beurre
- 1 petite poignée de raisins secs
- 1 petite poignée d'amandes effilées grillées
- 1 petite poignée de noix de coco râpée
- quelques bâtonnets en bois

Séparer les marshmallows par couleurs. Dans une petite casserole à fond épais, faire chauffer la noix de beurre. Y ajouter les marshmallows (une seule couleur à la fois). Tourner sans arrêt. Dès que les bonbons sont fondus, y verser un peu de chacun des fruits secs. Bien mélanger et attendre environ 2 minutes. Quand la préparation commence à tirer de longs fils, prendre un bâtonnet et y enrouler en spirale le volume d'une grosse noix. Ces spirales, qui doivent tirer des fils pendant la dégustation, doivent évidemment se manger brûlantes.

ELIXIR D'HYPERION GLACE

Origine : Engsten, constellation Etamine IX

Catégorie : BOISSON

Ingrédients :

- 250 g d'épinards frais
- quelques feuilles de bettes
- 1/2 bouquet de persil
- 1/2 bouquet de menthe
- 1/2 bouquet de basilic
- 1 citron vert
- 50 cl d'eau
- 50 cl de tequila
- 1 cuillerée à café de sel

Laver et hacher toutes les herbes fraîches. Les mettre à cuire dans une casserole, sans eau et à découvert pendant 7 minutes. Passer l'ensemble, y compris l'eau lâchée par les plantes à la cuisson, au robot-mixer. Filtrer le jus obtenu à travers une passoire en en extrayant tous les sucs verts. Y ajouter le jus du citron vert avec son zeste, le demi-litre d'eau, la tequila et le sel. Emplir les verres et les mettre au congélateur. Dès que la préparation commence à prendre, tourner avec une cuillère, et cela régulièrement, jusqu'au moment de consommer.

Cette préparation étant à base d'alcool, elle doit garder un aspect granité.

EAU DES OCEANS DE SANZARET

Origine : Sanzaret

Catégorie : BOISSON

Ingrédients :

- 10 cl d'eau de mélisse (90°)
- 45 cl d'eau minérale très gazeuse
- 75 g de sucre
- 1/2 citron
- 10 gouttes de colorant alimentaire bleu
- quelques feuilles de mélisse pour la décoration

Faire des glaçons avec les 1/2 l d'eau plate, 25 g de sucre et 5 gouttes de colorant bleu (il est en effet notoire qu'à basse température l'eau des océans de Sanzaret tend à virer au bleu).

Préparer 6 verres, en en badigeonnant le tour de jus de citron et en posant l'orifice sur une assiette contenant 50 g de sucre en poudre, préalablement mélangé aux 5 autres gouttes de colorant bleu. Mettre les verres vides au réfrigérateur.

Dans une grande coupe, verser l'eau de mélisse, l'eau gazeuse, puis les glaçons bleus qu'on aura préparés, ainsi que les quelques feuilles de mélisse prévues pour la décoration. En emplir les verres, qu'on aura sortis glacés du réfrigérateur.

BIERE AU TILLEUL DE RAMPOLD

Origine : Rampold

Catégorie : BOISSON

Ingrédients pour 4 grands verres :

- 1 litre de bière blonde
- 20 g de fleurs de tilleul
- 4 cuillères à soupe de sucre
- le zeste d'un citron
- 3 oeufs
- 10 cl de gin

Battre d'abord les jaunes d'oeufs avec le sucre. Y adjoindre les blancs, eux-même montés en neige.

D'autre part, faire chauffer la bière presque à ébullition avec le zeste de citron. Y plonger les fleurs de tilleul. Laisser infuser 5 minutes, filtrer. Verser le liquide encore chaud sur le mélange d'oeufs et de sucre.

Avant de servir, ajouter 10 cl de gin.

Cette bière de Rampold se boit chaude.

VIN DE FEU DE MAJIPOOR

Origine : Majipoor

Catégorie : BOISSON

Ingrédients :

- 1 bouteille de vin de paille
- 10 cl de chartreuse jaune
- 20 grains de poivre de la Jamaï que, fendus au pilon
- 1 piment "cerise" des Antilles (ou, affaire de goût, 1/2 seulement)

Faire macérer 5 jours le poivre et le piment dans la liqueur de chartreuse. Ouvrir au dernier moment la bouteille de vin de paille pour procéder au mélange. Filtrer. Ce vin de feu se boit glacé. Il peut être servi en apéritif.

VIN D'HERBES DES HAUTS PLATEAUX DE CHULA

Origine : Chula, Soleil Standard (étoile polaire de l'hyperespace)

Catégorie : BOISSON

Ingrédients :

- 150 g de mûres
- 150 g de myrtilles
- 150 g de cassis
- 50 g de noix de pecan
- 3 cm de racine de gingembre
- 1 bouteille de vin rouge *très jeune*

Dans un robot-mixer, broyer les fruits ensemble.

Par ailleurs, écraser au pilon noix de pecan et gingembre, qu'on mélange avec la pulpe et le jus des fruits passés au mixer.

Filtrer le tout au travers d'une mousseline très fine. Le jus ainsi récupéré sera mélangé au vin, pour obtenir un équivalent terrestre du vin aux herbes de Chula.

LEXIQUE

Abaïsser : Etendre une pâte au rouleau à l'épaisseur voulue. Cette pâte prend le nom d'abaisse.

Appareil : Mélange de différentes substances alimentaires entrant dans la composition d'un mets.

Arroser : Action répétée qui consiste à verser régulièrement sur un article en cuisson son jus ou sa graisse.

Assaisonner : Condimenter un mets avec sel, poivre, muscade, etc.

Bain-marie : Genre de cuisson consistant à cuire dans un récipient rempli d'eau que l'on maintient à un degré voisin de l'ébullition.

Barder : Ficeler une tranche de lard autour d'une volaille ou d'un rôti.

Beurre clarifié : Beurre fondue et décanté.

Beurre manié : Beurre légèrement ramolli et mélangé avec de la farine.

Beurre noisette : Amener le beurre à la couleur noisette.

Beurre pommade : Beurre ramolli travaillé à la spatule ou au batteur avec le fouet à mayonnaise de manière à obtenir la consistance d'une pommade.

Beurrer : Enduire de beurre, à l'aide d'un pinceau, un moule ou un ustensile. Ajouter des particules de beurre frais à un potage ou une sauce.

Blanchir : Opération à buts différents qui consiste toujours à mettre un aliment dans de l'eau froide et la porter à ébullition.

Blondir : Terme désignant l'action de colorer un aliment ou une sauce. C'est la première nuance avant ROUSSIR (blond plus foncé) ou NOIRCIR (extrême limite)

Bouquet garni : Brindilles de thym, feuille de laurier entourées de tiges de persil, le tout ficelé.

Brider : A l'aide d'une aiguille, attacher les membres d'une volaille en les traversant d'une ficelle.

Brunoise : Façon de détailler en dés minuscules les substances végétales.

Canneler : Inciser de cannelures peu profondes, légumes ou fruits, à l'aide d'un cannelure ou d'un couteau d'office.

Chapelure : Croûte de pain rassis passée au tamis et séchée.

Chemiser : Appliquer contre les parois d'un moule une couche de gelée ou de caramel.

Chinois : Passoire conique fine.

Ciseler : Couper en lanières fines, oseille, choux, salade, ... Faire des incisions sur un poisson.

Clarifier : Eclaircir du bouillon ou du beurre.

Colorer : Saisir un aliment dans de la matière grasse chaude afin d'obtenir une couleur dorée.

Concasser : Hacher grossièrement persil, cerfeuil, estragon... Couper en morceaux la pulpe des tomates qui ont été mondées et épépinées.

Consommé : Potage ou bouillon clair.

Couper en crapaudine : Fendre le poulet par le dos et l'aplatir.

Court-bouillon : Bouillon composé de fines herbes et de légumes, de vin, de beurre, de vinaigre et parfois de citron, dans lequel on fait cuire poissons, crustacés, viandes ou légumes.

Cuire à l'anglaise : Cuire les aliments à l'eau salée, chaude ou froide.

Déglacer : Mouiller d'un liquide (vin blanc ou rouge, eau, fond, etc.) un récipient dans lequel on a fait sauter ou rôtir une viande, une volaille, un gibier afin de dissoudre les sucs caramélisés pour obtenir un jus ou confectionner une sauce.

Dégorger : Eliminer de certains légumes (tomates, concombres) une partie de leur eau de végétation en les saupoudrant de sel.

Dégraissier : Enlever le gras.

Dépouiller : Retirer à l'aide d'une louche ou d'une écumoire toutes les impuretés qui remontent à la surface d'une sauce, d'un potage, etc., au cours d'une ébullition lente et prolongée.

Dessécher : Cuire un appareil à pâte à chou sur un feu vif en le travaillant avec une spatule jusqu'au moment où il se détache de la casserole et forme une boule bien homogène.

Détailler : Couper en petits morceaux.

Détendre : Eclaircir une sauce avec un liquide (eau, vin, champagne)

Détrempe : Mélange eau-farine-sel qui sert à la confection de la pâte feuilletée.

Dresser : Présenter une préparation culinaire ou une pâtisserie sur un plat de service.

Dressing : Sauce épicée qu'on mélange à un mets ou à une salade.

Dorer : Badigeonner de l'oeuf battu, à l'aide d'un pinceau (dorure) la surface d'une pâte pour favoriser la coloration en cours de cuisson.

Ecaler : Retirer la coquille des oeufs cuits durs ou mollets.

Ecumer : Retirer à l'aide d'une écumoire l'écume d'une sauce, d'un fond, etc., qui se forme à la surface avant l'ébullition et en cours de cuisson.

Emincer : Tailler en fines lamelles des carottes, oignons, champignons, etc.

Emulsionner : Disperser en fines gouttelettes un liquide non miscible avec un autre en utilisant un émulsifiant (jaune d'oeuf).

Escaloper : Tailler en morceaux plus ou moins gros des champignons, des fonds d'artichauts, etc.

Etuver : Faire cuire dans un récipient fermé, à la vapeur, un ingrédient ou un mets entièrement ou partiellement cuit, mais dont le goût n'est pas encore suffisamment prononcé.

Evider : Retirer l'intérieur des pommes fruits (pépins) avec un ustensile spécial appelé "vide-pommes".

Farce : Garniture d'ingrédients finement hachés servant à remplir gibier, volailles, viandes ou poissons.

Fariner : Passer un poisson dans la farine pour faciliter la formation d'une croûte dorée pendant la cuisson.

Flamber : S'emploie pour les volailles. Il s'agit de brûler toutes les plumes et duvet qui pourraient rester après avoir plumé la volaille. Il suffit de tenir la volaille au-dessus du feu. Egalement arroser sur un mets choisi un alcool, préalablement chauffé. Y jeter une allumette enflammée. Remuer délicatement pour permettre à tout l'alcool de brûler.

Foncer : Garnir de pâte le fond et les parois d'un moule ou cercle à pâtisserie.

Fond : Jus de cuisson réduit de viandes, poissons, volailles ou légumes servant à la préparation de sauces et de ragoûts.

Fontaine : Faire une fontaine, en général en pâtisserie, consiste à ménager un creux dans la farine pour y mettre oeufs, beurre, etc.

Frémir : Porter à une légère ébullition presque imperceptible.

Garniture : Accompagnements disposés sur le plat de service et entourant l'ingrédient principal.

Glacer : Passer pendant quelques instants un plat nappé de sauce à la salamandre afin d'obtenir une pellicule dorée.

Glacer à blanc : Cuire des légumes (entiers ou tournés) avec de l'eau, du sel, du beurre, du sucre, afin d'obtenir après cuisson de ceux-ci une couche brillante.

Glacer à brun : Cuire des légumes (entiers ou tournés) avec de l'eau, du sel, du beurre, du sucre, afin d'obtenir après cuisson une couche brillante et brune (caramélisation du sucre).

Gratiner : Donner une croûte brune à un mets en le recouvrant d'une sauce au fromage ou de chapelure, en arrosant cette surface de beurre fondu et en mettant le plat dans un four chaud.

Griller : Rôtir des viandes tendres, gibier, volailles, poissons et légumes, qui sont cuits à point et bien dorés à la chaleur rayonnante du gril.

Habiller : Ebarber, écailler, vider, laver un poisson avant de le faire cuire. Flamber, vider, brider une volaille avant la cuisson.

Hacher : Réduire en menus morceaux à l'aide d'un couteau, ou d'un hachoir, des légumes, de la viande, du poisson.

Inciser : Pratiquer des petites incisions à l'aide d'un couteau sur un poisson pour faciliter sa cuisson.

Julienne : Nom donné aux légumes (carottes, navets) qui sont taillés en petits filaments de 3 à 5 cm de long et 1 à 2 mm d'épaisseur.

Lever des filets : Oter les arêtes d'un poisson.

Liaison : Opération culinaire qui consiste à donner une certaine consistance à une sauce, à un potage, etc. en ajoutant un élément de liaison (jaune d'oeuf, farine, etc.).

Lustrer : Passer à l'aide d'un pinceau du beurre fondu, de la gelée, sur une préparation culinaire pour obtenir une pellicule brillante.

Macérer : Laisser séjourner dans un liquide pendant un certain temps.

Mariner : Laisser reposer viandes, poissons ou légumes dans un liquide épicé (marinade).

Masquer : Recouvrir le fond d'un plat de service avec une sauce (béchamel).

Mignonnette : Poivre écrasé

Mijoter : Faire cuire doucement et lentement.

Mirepoix : Carottes, oignons et quelques fois lard et jambon coupés en dés servant de base à une sauce.

Mitonner : Faire longuement cuire à feu doux dans de l'eau ou du bouillon un ingrédient ou un mets qui doit cuire longtemps.

Mijoter : Cuire ou bouillir très doucement et plus ou moins à point un ingrédient ou un mets dans un liquide chaud (75°).

Monder : Enlever la peau après avoir passé l'aliment à l'eau bouillante quelques minutes (tomates, amandes).

Mouiller : Ajouter de l'eau, du bouillon ou du consommé à différents éléments pour les faire cuire.

Napper : Recouvrir de sauce ou de gelée les mets chauds ou froids.

Paner : Rouler un aliment dans la mie de pain avant de le faire sauter ou frire. Paner à l'anglaise = farine + oeufs battus + huile + assaisonnement.

Parer : Orner ou embellir un élément en le débarrassant des matières superflues pour lui donner une forme appropriée.

Paysanne : Découper en éminçage légumes ou autres éléments sans forme particulière.

Pincer : Colorer au feu légumes, os, volaille avant de les mouiller. Faire un décor sur le pourtour d'une tarte à l'aide d'une pince.

Poche à douille : Poche en tissu de forme conique terminée par un embout de métal ou de plastique destiné à recevoir de la crème ou de la mayonnaise pour décorer un plat.

Pocher : Faire cuire dans un liquide frémissant.

Rafraîchir : Mettre sous l'eau froide une viande, un légume pour bien le refroidir et enlever les impuretés. Faire une préparation fraîche que l'on ajoute à une plus ancienne.

Raidir : Passer un aliment dans un corps gras chaud sans le laisser colorer.

Réduire : Faire bouillir une sauce, un fond pour le rendre plus corsé.

Revenir : Faire colorer vivement des aliments dans un corps gras.

Rissoler : Voir revenir. Désigne parfois une cuisson complète (pommes de terres rissolées).

Roux : Mélange de quantités égales de beurre et de farine pour lier potages et sauces.

Saisir : Commencer une cuisson à feu vif.

Salpicon : Éléments divers taillés en petits dés réguliers.

Sauter : Faire cuire vivement un ingrédient dans un peu de graisse en agitant constamment, pour qu'il reste clair.

Singer : Saupoudrer de farine une préparation afin de lui donner une certaine consistance.

Suer : Débuter la cuisson d'une viande, d'un poisson, etc. dans une casserole contenant un corps gras jusqu'à évaporation. Extraire l'eau.

Tailler : Donner une forme régulière, précise, aux légumes, viandes, poissons...

Travailler : Battre ou remuer un appareil à la main, au fouet, à la spatule ou mécaniquement.

Tourner : Donner aux légumes une forme régulière.

Vanner : Remuer à l'aide d'une spatule une sauce, une crème pendant son refroidissement pour la rendre homogène et empêcher la formation d'une peau à la surface.

TEMPERATURE DE FOUR

Dans la plupart des cas, le four doit être préchauffé pendant 10 minutes au moins avant d'être employé. Ouvrir et fermer délicatement le four pour éviter de trop fortes différences de température qui pourraient compromettre la réussite de la préparation.

DEGRE CELSIUS THERMOSTAT DESIGNATION

140°	1	Très tiède
160°	2	Tiède
180°	3	Tiède à chaud
200°	4	Modéré
220°	5	Chaud
240°	6	Très chaud
260°	7	Vif
280°	8	Très vif

<http://ladret.web-page.net>

ladret@cybernaute.net