

Préambule :

Le but de ce site, me semble-t-il, est de mettre en commun nos expériences pour mieux naviguer. Souhaitant partir faire une grande boucle, j'ai collecté quantités d'informations relatives à ce projet. Dans ce cadre, j'ai mis en mémoire de nombreuses recettes pour la cambuse. Jusqu'à présent, c'était pour un usage personnel.

Aujourd'hui, Oceanys a ouvert un fil sur les recettes de cuisine. Je me propose de redistribuer ces informations. Je ne suis pas l'auteur des textes qui vont suivre. J'espère que leurs rédacteurs qui, au départ les avaient offerts sur leur site, ne seront pas choqués par cette démarche mais bien au contraire, heureux de savoir qu'elles ont plu et plairont à d'autres.

Qu'ils me pardonnent de ne pas avoir noté, avec précision, leurs coordonnées. Mais comme je viens de l'écrire je ne pensais pas en faire un usage autre que privé. Parcontre je les invite à se faire connaître afin que les nouveaux lecteurs utilisateurs puissent les remercier à leur tour.

Enfin, il y a l'excellent site de Banik. Je n'ai pas transcrit ici leurs recettes car elles sont richement illustrées de photos. Ce serait dommage de s'en priver. Allez leur rendre visite, je suis sûr que cela leur fera plaisir : <http://www.banik.org/default.htm>
Pour les autres, toutes mes excuses si quelques photos sont passées à la trape. Dans tous les cas, à **tous un grand merci**.

Les titres sont :

- les entrées ;
- les poissons ;
- les viandes ;
- les légumes et autre ;
- les fromages ;
- les desserts ;
- les pains ;
- passe partout ;
- la conservation ;
- les ordures.

Les viandes

Mais passons à ce plat ! pour 5 personnes,

j'ai beurré un plat en terre (terrines, qu'on peut trouver au rayon charcuterie des grande surface)

j'ai alterné en couche en dispersant le tout !

-2 kg de pommes de terres (agata, car elle absorbe bien la sauce et les gout, et fond délicatement sur la langue !))

-2 pots de crème fraîche épaisse (taille moyen)

-250 gr de lardons

- 1 saucisse de mortau (j'en avais prévu 2 mais ça rentrait pas !)
- 1 roblochon fermier au lait cru (affiné de préférence), coupé en dés
- 125G de beurre 1/2 sel (évidemment) pour le finir le dessus du plat !
- 1 pincée de sel et de poivre

le mettre au four à 150°C et laisser ainsi durant 3h30 en vérifiant que le dessus ne grille pas, avec une fourchette il est important de mélanger le dessus régulièrement jusqu'à ce que les pommes de terres absorbent la crème et que la sauce soit plus épaisse on le monte 1/4 heure avant de servir à 200°C pour doré légèrement le dessus !

Les légumes et autre

Le riz est souvent la base de notre alimentation en grande croisière et vous avez dû constater qu'il était plus difficile à réussir qu'à rater. J'ai comme vous galéré des années (faut dire que je ne suis pas très doué) avant qu'on me donne la bonne recette pour réussir un riz parfait, quel que soit le riz utilisé. Fini les casseroles de riz gluant façon mortier à prise rapide. Je vous livre le secret tel que nous l'utilisons maintenant à bord :

Mettre une à deux cuillères à soupe d'huile dans un poêlon aux bords suffisamment hauts.

Faire chauffer l'huile et ajouter le riz, selon le nombre de convives, à raison d'un verre pour deux personnes environ.

Laisser chauffer en remuant continuellement jusqu'à ce que le riz devienne translucide.

Lorsque le riz est translucide, ajouter une proportion de deux verres d'eau pour un verre de riz.

Ajouter du sel (pas trop ce n'est pas bon pour la santé?) et une feuille de laurier sauce.

Couvrir et laisser cuire à feu moyen jusqu'à complète absorption de l'eau.

Surveillez bien la fin de cuisson pour que le riz ne brûle pas au fond? Servez et dégustez un riz "qui ne colle jamais" et ce n'est pas de la pub.

+++++

Une astuce de plus pour réduire la quantité d'eau :

1 verre de riz pour 1 verre d'eau mais cuire avec un couvercle.

Attention à ne pas mettre le feu trop fort sinon ça déborde... c'est aussi économique en gaz.

+++++

Ce mode de préparation/cuisson a un nom: "Riz à la pilaf" il existe aussi le classique "riz à la créole"...

Quelques gouttes de jus de citron dans l'eau de cuisson, en faisant coaguler l'amidon, donnent un riz plus ferme, mieux détaché, plus blanc.

Le riz capte les saveurs d'où l'intérêt de parfumer le liquide de cuisson.

Pour les recettes sucrées, ne pas sucrer le lait avant la fin de la cuisson, le sucre empêchant le riz de gonfler convenablement.

+++++

Perso, je mets 3 verres d'eau à feu très doux et avec couvercle. Pour le sel selon les goûts, il suffit de couper l'eau douce (économie) avec de l'eau de mer. 20 minutes et c'est parfait avec du basmati. Par contre, je fais revenir avec une cuillère d'huile d'olive et un bout de beurre.

Avec du riz tout venant, on aura peut-être intérêt à le laisser tremper dans de l'eau douce une bonne heure et à le rincer une fois pour virer l'amidon.

+++++

C'est aussi comme ça que je le fais, sauf qu'avant de mettre le riz, je fais revenir un oignon dans l'huile d'olive. Et avec l'eau de cuisson, si vous rajoutez la moitié d'un "bouillon-cube", c'est encore mieux. Attention, dans ce cas là, il ne faut pas saler l'eau. Bon ap'.

+++++

On peut faire aussi le pilaf à la cocotte minute, 7 mn après l'avoir fait revenir comme dit plus haut. C'est encore plus efficace que de réduire l'eau pour économiser le gaz.

+++++ je tiens la recette de mon père qui venait de la-bas (Viet-Nam):

-moitié eau, moitié riz (long bien sur),

-récipient avec couvercle lourd genre cocotte,

-feu vif jusqu'à ce que la vapeur commence à sortir du couvercle,

-puis feu doux ,toujours couvert, jusqu'à gout personnel.

au total environ 5+15=20'

PÂTES AVEC COCOTTE-MINUTE

La cuisson des pâtes demande normalement beaucoup d'eau (3-4 l) et beaucoup d'énergie (gaz) pour faire bouillir l'eau : deux choses qu'on a pas en abondance sur un bateau. Voici donc une recette de pâtes qui minimize l'un et l'autre sans trop nuire au goût.

Pâtes à l'Amatriciana (pour 2 personnes) :

Ingrédients :

2-3 cuillères d'huile d'olive

un petit oignon (ou 2 echalottes) coupé très finement.

250 gr. de pâtes (par ex. en ordre de preference : penne ou maccheroni ou spaghetti?)

une boîte de 250 gr de tomates peelees (?soit des tomates fraiches en morceaux? mais evitez le concentrate de tomate !)

100-200 gr de pancetta (ou poitrine de porc ou lard frais?mais pas fume?ou saucisses) coupee en petit morceaux (2-3cm)

Faire frire l'oignon dans l'huile dans la cocotte ouverte.

Quand l'oignon commence a jaunir, ajouter la pancetta.

Quand la pancetta commence a jaunir (mais pas bruler !!) ajouter les tomates, bien melanger et laisser cuire a feu doux pendant 5 min..

Ajouter les pâtes, bien melanger et ensuite assez d'eau (qq verres) juste pour couvrir les pâtes (mais pas plus). Saler et encore bien melanger.

Fermer la cocotte et laisser cuire a la vapeur pendant la moitié du temps marque sur la boîte des pâtes (par ex. si sur la boîte c'est marqué 12 min. laisser cuire pendant 6 min).

Important : ce temps depend un peu du type/marque de pâtes , de la cocotte minute et aussi si on aime les pâtes al dente, etc.

Je conseille, les premiers temps, de réduire ce temps de 1-2 min . de goûter les pâtes et de continuer la cuisson (cocotte ouverte) si nécessaire. Notez pour la prochaine fois. Ajouter éventuellement du parmesan râpé sur l'assiette.

NB: le parmesan et le pecorino dur, pas le frais, sont des fromages qui se conservent très bien en bateau.

Un autre avantage de cette méthode/recette est q on utilise une seule casserole !

Bon appetit et bon vent

Roberto Cappi pour STW

Les fromages

<http://www.univers-nature.com/activites/fabrication-fromage.html>

Quel est le but de la fabrication fromagère ? La fabrication fromagère a pour but de conserver les éléments nourrissants du lait (matières grasses et protéines), et de supprimer les éléments fermentescibles (eau et sucre). Pour y arriver, il faut parvenir à séparer les uns des autres. Et la séparation s'opère grâce à la coagulation.

Qu'est-ce que le fromage ? C'est la transformation du lait par coagulation. Deux sortes de coagulation interviennent dans la fabrication fromagère :

une coagulation chimique : c'est la présure qui permet ce type de coagulation. La présure est obtenue à partir des enzymes de l'estomac qui coagulent les protéines et qu'on appelle les protéases. Le lait est formé d'un réseau protéique dans lequel sont enfermées les matières grasses. La présure, en coagulant les protéines, casse ce réseau. Les protéines se contractent sur elles-mêmes (c'est la synérèse) ; on obtient d'un côté le coagulum (caillé), et, de l'autre, le lactosérum (sérum ou petit lait)

Une coagulation biologique (appelée aussi "lactique") : ce sont les ferments, très souvent des streptocoques ou des lactobacilles, qui assurent cette coagulation. Les ferments sont des micro-organismes. Ils sont vivants. Les ferments utilisés pour le fromage sont de plusieurs sortes . Il existe des ferments mésophiles (qui se développent en milieu frais), tels que par exemple streptococcus lactis ou streptococcus cremoris, et des ferments thermophiles tels que par exemple lactobacillus helveticus ou streptococcus thermophilus. Les ferments quant à eux agissent sur le sucre du lait, le lactose. Les microbes se nourrissent de lactose et produisent de l'acide lactique. L'acide lactique, quant à lui, dissout le calcium. C'est pourquoi les fromages de type lactique sont pauvres en calcium, et par voie de conséquence, leur consistance est assez molle (inversement, les fromages de type présure sont plutôt durs en raison de leur richesse en calcium ; c'est pourquoi on peut les fabriquer sous des formats assez grands).

Quels sont les différents types de fromage ? Il existe de très nombreuses variétés de fromages. On peut néanmoins les regrouper en trois catégories :

les fromages de type lactique : sont obtenus essentiellement par coagulation biologique. Ce sont les fromages à pâte fraîche : petits-suisse, fromage demi-sel, chabichou, mothais sur feuille, rocamadour, picodons etc. Ils sont fabriqués à une température qui va de 16 à 23°C, et demandent pour leur fabrication de 3 à 10 ml de présure pour 100 l de lait.

Les fromages de type présure : sont obtenus essentiellement par coagulation chimique. Ce sont les fromages à pâte pressée (St-nectaire, tome de Savoie, st-paulin, port-salut, reblochon), à pâte ferme non cuite (cantal, laguiole) et à pâte ferme cuite (comté, emmenthal, beaufort). Ils sont fabriqués à une température qui va de 34 à 40°, et demandent pour leur fabrication de 25 à 35 ml de présure pour 100 l de lait.

Les fromages de type mixte : sont obtenus par les 2 méthodes de manière équivalente. Ce sont les fromages à pâte molle : camembert, brie, carré de l'est, bleu, roquefort, munster, pont-l'évêque, maroilles, livarot etc. Ils sont fabriqués à une température qui va de 28 à 37°, et demandent pour leur fabrication de 15 à 25 ml de présure pour 100 l de lait.

Comment fabriquer du fromage ? On peut, chez soi, faire du fromage. En particulier, on peut faire les fromages de type lactique. Les autres fromages demandent plus d'attention, de précision et de manipulation. De plus, les fromages de type lactique permettent de transformer de petites quantités de lait (2 ou 3 litres).

Pour faire du fromage, il faut respecter certaines étapes.

1ère étape : se procurer du lait L'idéal, c'est de pouvoir aller chercher du lait dans une exploitation agricole. Mais les supermarchés vendent souvent du lait cru. On peut aussi utiliser du lait pasteurisé (il faudra mettre plus de ferments). Il faut au moins 2 litres de lait.

2ème étape : l'ensemencement du lait Le lait doit être à une température comprise entre 16 et 23°. L'idéal est de 20 à 22°. Il faut alors mélanger des ferments au lait. Les ferments peuvent être : du petit lait d'un fromage en faisselle, ou encore du fromage blanc, ou bien un petit suisse, ou des ferments achetés dans le commerce (*Streptococcus lactis* et *Streptococcus cremoris*). Pour ce qui concerne le petit lait (sérum), il faut prévoir 0,5 à 1% de la quantité de lait, et 2 à 3% si on utilise du lait pasteurisé. Soit pour 2 litres de lait cru, 10 à 20 g de sérum, c'est-à-dire une ou deux cuillères à soupe. Le mélange doit être fait délicatement : il ne faut pas brutaliser le lait, sinon on risque la lipolyse, c'est-à-dire la destruction des graisses (et si le fromage est affiné, il risque de ne pas avoir une pâte homogène et il risque aussi d'avoir un goût de rance). Quand on utilise un petit suisse, il faut d'abord mélanger le petit suisse avec du lait pour le rendre liquide, et l'incorporer ensuite au lait. Il faut veiller ensuite à laisser reposer le laitensemencé à une température comprise entre 20 et 22° pendant environ 2 heures.

3ème étape : l'emprésurage Tout d'abord quelques indications sur la présure : la présure standard contient 520 mg de chymosine par litre. On dit qu'elle a une force de 1/10000 (ce qui signifie qu'1 litre de présure, qui contient 520 mg de chymosine, caillé 10000 litres de lait en 40 mn à 35°). Il existe d'autres dosages, en grands

flacons, pour lait de vache, ou encore pour lait de chèvre, et qu'on trouve chez des fournisseurs pour fromageries, mais la présure qu'on trouve en pharmacie en tous petits flacons est souvent de la présure standard. La présure doit être conservée à l'abri de la lumière, dans un récipient bien étanche, et à une température inférieure à 7°C, mais même dans ces conditions, une durée longue de conservation lui fait perdre un peu de sa force.

La quantité de présure standard, pour un fromage de type lactique, est de 3 à 10 ml pour 100 litres de lait. C'est très peu. Lorsqu'on a seulement 2 à 3 litres de lait, 1 ou 2 gouttes de présure suffisent.

Lorsque la présure a été mise dans le lait, il faut bien mélanger, toujours avec délicatesse.

A partir de cet instant, il faut laisser reposer le lait à l'abri des vibrations, à une température comprise entre 20 et 22°, durant 24 heures.

Au bout de ces 24 heures, vous devez obtenir du caillé (masse blanche) et du sérum (liquide plus ou moins jaune ou blanc). On peut prélever une partie de ce sérum pour la prochaine fabrication, à condition de le mettre au réfrigérateur et de l'utiliser dans les 24 heures. Si ce sérum doit être utilisé plus tard, il peut être congelé.

A ce stade, votre fromage peut être consommé : c'est du fromage blanc : il peut être battu.

4ème étape : le décaillage Pour obtenir du fromage frais, il faut égoutter le caillé. Pour cela, il faut des moules spéciaux, des faisselles. Ces moules sont pleins de petits trous. On peut récupérer les moules des fromages présentés en faisselles jetables. On peut aussi utiliser une passoire à petits trous, mais certaines opérations ne pourront pas être réalisées. Pour 2 litres de lait, 3 à 4 moules suffisent. Il faut disposer les moules sur un égouttoir, ou sur une table à égoutter, ou sur un plateau à bords assez hauts. Ensuite, avec une louche, remplir les moules à ras bord et délicatement. Attendre un peu que le sérum s'égoutte, et recommencer à remplir.

Laisser égoutter durant 24 heures.

Au bout des 24 heures, il faut retourner les fromages dans leurs moules. Cela demande un peu de dextérité, car le fromage doit être retourné dans son moule, pas dans un autre ! Il existe plusieurs méthodes, certaines plus élégantes que d'autres... à chacun de trouver la sienne !

Après retournement, on sale le fromage. Il faut compter à peu près 2 à 3 g par litre. C'est-à-dire que pour 2 litres de lait, il faudra répartir une cuiller à café rase de sel sur l'ensemble des fromages.

Il faut encore attendre 24 heures.

5ème étape : le démoulage Au bout de ces 24 heures, il faut retourner les moules sur une grille munie d'un store d'égouttage. A défaut, on retourne les moules sur un torchon propre posé sur un plat. On peut saler à nouveau, mais cette fois très

légèrement.

A ce stade, on peut consommer le fromage : c'est du fromage frais.

6ème étape : l'affinage et le séchage Après démoulage, on place les fromages à une température de 15° et dans un léger courant d'air. Si on veut un fromage sec, il faut laisser le fromage reposer dans ces conditions durant 1 ou 2 jours, ou même plus longtemps en fonction du degré de séchage que l'on souhaite obtenir. Si on veut un fromage coulant, il faut laisser le fromage à une température de 20°, voire un peu plus, en évitant les courants d'air.

++++++

j'ai fais essayer de faire des yaourts avec de la faisselle comme ferment, ça n'a pas donné ce que j'esperais, beaucoup trop liquide, alors j'ai ouvert un linge propre dans une passoire, et apres avoir fait chauffer a 35/40°C j'ai melanger au fouer (pour cassé les agloera de fromage, j'ai mis tout ça sous presse, et le petit lait a commence a couler, j'en suis a 400 ml (sur un litre de lait !

le fromage devient de moins en moins liquide, alors avec une cuillere je racle le tissu pour deboucher mon filtre de fortune ! je commence a avoir une pate qui ressemble a de la feta, je vais ensuite faire une saumure, pour brosser le fromage avec, le posé dans le bas du frigo a une temperature de 12° avec durant les prochaines 24h un camembert lanquetot au dessus pour ensemencé le nouveau de la moisissure noble du premier, puis 24h apres je referait l'operation sur l'autre face ! il ne restera plus qu'a attendre et a refaire chaque jours un nouveau fromage, ça coute en fait juste le prix du lait car je fait mes faicelles moi meme et mes yaourt aussi ! mais là j'ai pas de merite, je met un litre de lait avec un yaourt de la fournée precedente et je remplit les petits pots qui vont se faire dans la yaourtiere SEB durant 8 heures !

que du bonheur, et un gout inimitable !

Fondue neuchâteloise (la recette de base)

Ingrédients pour 4 personnes

1 gousse d'ail pelée. (coupée en deux)

600 gr de gruyère râpé

200 gr d'emmental râpé

4 cuillères à café rases de Maïzena (la farine ou la fécule de pommes de terre vont aussi).

Ne pas utiliser de "Maïzena express"

3.5 dl de vin blanc sec neuchâtelois

1 petit verre de kirsch

1 pince de poivre moulu

Pain en petit carré de 2 cm environs

Préparation

Frotter le caquelon avec la gousse d'ail.

Mélanger le gruyère, l'emmental et la Maïzena, ajouter le vin blanc et amener à ébullition en remuant constamment.

Faire cuire jusqu'à ce que le fromage soit fondu. Ajouter le kirsch, assaisonner de poivre et servir aussitôt. Une fois sur le réchaud. maintenir une flamme moyenne et bien brasser avec chaque morceau de pain.

ATTENTION NE BOIRE QUE DU VIN BLANC OU DES BOISSONS CHAUDES

creuser une grolle dans un arbre (si comme nous, vous n'en avez pas, prenez une grolle toute faite)

utiliser un café digne de ce nom (Arabica) à raison d'une tasse par personne et une pour la grolle (vous pouvez également utiliser du thé ou du vin rouge)

prendre des fruits frais (oranges et citrons, mais vous pouvez également utiliser d'autres fruits comme l'ananas, la pomme...)

pour le sucre, éviter les édulcorants (1 cuillère à soupe par personne environ)

avoir 2 ou 3 bouteilles d'alcool* de qualité (allez voir votre grand-père)

faites un tour du monde pour personnaliser votre grolle avec des épices (cannelle, vanille, poivre, muscade...)

avec le reste de l'arbre, préparez un bon feu pour chauffer les produits et flamber l'alcool* (effets garantis!)

confier les clés de votre voiture au plus raisonnable d'entre vous (ou prévoyez de coucher sur place)

autre recette du Père La Grolle, la Grolle ANTILLAISE:

Qu'est ce qu'on y met dedans? (recette pour 3/4 personnes):

- Zestes d'orange, de mandarine et de citron (1/3)
- 1 mandarine pressée
- Café (4 tasses: 3 par personne + 1 pour la grolle)
- Rhum agricole* (4 petits verres)
- Cointreau* (1/2 petit verre)
- 3 cuillères à café de sucre

L'avis des grolleurs:

Une grolle demi-sèche, à déguster en dessert. Le jus et les zestes de mandarine lui donnent une touche sucrée exotique et la cannelle un arrière-goût très agréable. Mais attention aux effets du Rhum*! Nous l'avons testée après une pierrade...

Hic Hic

+++++

Ma moitié (Savojarde) met du Beaufort, du Conté, du Gruyère, et un peu d'Emmental (pour les fils et épaissir) et rape un peu de noix de muscade.

Le vin du Chingnin bien sur.

+++++

la fondue en Maurienne - 08-07-2004 19:29 -

1/4 de beaufort

1/4 de comté

1/4 d'emmental

1/4 de raclette au vin blanc

émincer ou raper tous les fromages et faites mariner 1/2 heure avec le vin blanc de savoie et un tout petit verre de poire

Faites fondre au moment de déguster surtout ne pas ajouter de maizéna

faire "l'oeuf" à la fin du poëllon (quand il n'y a presque plus de fondue

+++++

vous oubliez la fondue au vin rouge - 27-06-2005 14:18 -

M'enfin, c'est pas possible... VOUS???

donc:

prendre du bon gros rouge qui tache (minervois p.ex.)

couper de 15 à 25 % d'eau, ajouter des légumes (poireaux carottes etc...) faire bouillir puis laisser reposer un peu.

Couper la viande (boeuf, veau, agneau (pas de porc) en lamelles minces plutôt qu'en blocs car la température de cuisson est plus basse qu'avec une fondue bourguignone.

le reste est un peu comme une fondue chinoise. pour ceux qui aiment la poissonnerie, on peut ajouter au menu, mais au vin rouge... :-/

après coup, nettoyer très vite le cacquelon, parce que ça accroche vraiment.

bon ap.

Ca s'appelle - 27-06-2005 15:35 -

La fondue Bachus très cher.

Les desserts

La gênoise

Très bonne en soi, la gênoise est une excellente base pour de nombreux gâteaux. La recette décrite ici permet d'obtenir un très bon résultat, sans toutefois procéder comme les professionnels qui ne séparent pas les jaunes et les blancs des Sufs.

Ingrédients :

120 g de farine fluide + une cuiller à soupe 120 g de sucre en poudre 60g de beurre doux + de quoi beurrer le moule 5 Sufs moyens ou 4 gros que l'on aura sortis du frigo une heure avant de commencer. Le zeste d'un citron jaune. Parfum selon

Ustensiles :

Un verre gradué Une cuiller à soupe Un grand fouet à main Un moule à manqué de 22 cm Un cul de poule pour les blancs d'Sufs (ou un bassin à blancs d'Suf) le plus souvent ce sera un saladier ou une jatte Un second saladier pour le sucre et les jaunes. (cul de poule ou jatte) Une assiette à soupe pour la farine Une soucoupe pour réserver la cuiller à soupe de sucre Une autre soucoupe pour réserver le zeste Une planche à découper Un grand couteau de cuisine à talon Un couteau économique ou un instrument à zeste Une petite casserole Un bol

La première opération consiste à préparer tous les ingrédients.

0 _ s'assurer de la parfaite propreté de tous les ustensiles. En particulier, le récipient dans lequel on va battre les blancs doit être exempt de toute trace de graisse &ou de jaune d'Suf. Si l'on dispose d'un bassin à blancs d'Suf en cuivre, il faut passer l'intérieur avec une cuiller de gros sel et du vinaigre à cornichons. Il brillera comme au premier jour. La recette est valable pour tous les cuivres du bord

1 _ mettre 60 g de beurre doux dans une petite casserole à feu très doux pour le faire fondre en le surveillant de près pour le retirer du feu dès qu'il est liquide et encore homogène d'un beau jaune.

2 _ le zeste de citron

Râper un citron jaune avec un couteau économique à moins que l'on dispose du petit instrument spécial que l'on trouve dans toutes les grandes surfaces. Hacher le plus finement possible. Perso, j'utilise un couteau de cuisine à talon (lame dépassant le manche). Saisir les zestes le plus rassemblés possible et les couper aussi finement que possible sur la planche à découper. Ensuite, en maintenant le bout de la lame du couteau avec la main libre, on frappe le tas de zestes en mouvements rapides jusqu'à l'obtention d'une fine poudre.

3 - Avec le verre gradué préparer 120 g de farine fluide type 45. La 55 marche aussi. 120 g de sucre en poudre dont on réservera une cuiller à soupe bombée.

4 _ selon les goûts de chacun : un verre à liqueur de fleur d'oranger, de rhum ou de cognac.

5 _ beurrer un moule à manqué de 22 cm et le fariner (On met une cuiller à soupe de farine dans le moule et on la fait glisser sur le fond et les bords en tapant tout autour du moule de façon qu'une légère couche de farine adhère sur la fine couche de beurre. Jeter l'excès de farine.

6 _ allumer le four à thermostat 6 soit 180°C. Au pif sur nos petits fours marins.

7 _ Séparer les jaunes des blancs un par un dans un bol de façon à pouvoir éliminer un mauvais au cas où ? Mettre les jaunes avec le sucre dans un saladier (cul de poule ou jatte) et les blancs dans l'autre saladier ou le bassin. Veiller à ce qu'aucune trace de jaune ne passe avec les blancs car ils monteraient mal voire pas du tout.

Ajouter une pincée de sel fin dans les blancs

8 _ Battre les blancs. A quoi on peut le faire au fouet électrique. Au mouillage, un convertisseur de 200W alimentera aussi ces petits appareils qui consomment quand même 150W soit une quinzaine d'Ampères par heure donc sur 5/7 minutes cela ne mettra pas la batterie en péril. Pas de problème évidemment pour ceux qui disposent d'un groupe électrogène.

Personnellement, je préfère les monter à la main dans le bassin à blanc d'Suf et le grand fouet. Avec ses deux rotors qui tournent en sens inverse, le fouet électrique "serre" trop les blancs d'entrée (il les compacte) et les empêche de prendre du volume. Sans que l'on sache pourquoi, tous les pros vous diront qu'ils obtiennent un bien meilleur résultat avec le bassin en cuivre. Attendu qu'un bassin et un grand fouet durent toute une vie pour le moins, l'essentiel est de ne pas les faire tomber à la flotte car ça vaut le coup de les posséder.

Quand les blancs commencent à prendre, verser la cuiller de sucre en poudre réservée, cela les empêchera de grener

Battre jusqu'à ce qu'ils soient moyennement fermes.

9 _ Voici l'opération la plus pénible. Il faut de l'huile de coude. Dans l'autre saladier, mélanger vigoureusement jaunes et sucre jusqu'à ce que cette pâte double de volume, blanchisse et fasse le ruban (on entend par faire le ruban le fait que la pâte devienne suffisamment visqueuse pour tomber d'une cuiller doucement en faisant un ruban de pâte). On peut utiliser une cuiller de bois ou de plastique voire le grand fouet, toujours lui. En dessous de 20°C, on peut placer le saladier dans une bassine d'eau tiède aux environs de 40/50°C. Ça aide.

10 _ Incorporer délicatement 1/3 des blancs à cet appareil de façon à ce qu'il ne retombe pas.

Verser la farine en pluie tout en continuant à battre lentement et délicatement, la pâte se compacte un peu, puis le zeste, puis le beurre fondu, la pâte se décompacte et encore plus avec la fleur d'oranger ou l'alcool choisi.

11 _ Incorporer aussi délicatement que possible en soulevant l'appareil le reste des blancs d'Sufs en deux ou trois fois.

12 _ Quand le mélange est homogène, verser immédiatement dans le moule, égaliser et enfourner.

La cuisson demande de 30 à 40 minutes selon la température vraie du four.

Si tout s'est bien passé, l'appareil a doublé de volume.

Démouler et mettre à refroidir sur une grille

André Chassin

a.chassin@sail-the-world.com

Date de création: 21 Aout 2003

+++++

Il me semble si je ne me trompe pas que pour une génoise, les jaunes ne sont pas séparés des blancs mais qu'il faut battre le mélange oeufs sucre etc

Si vous voulez la recette complète n'hésitez pas à demander.
