

la bière
et le lot

les acolytes

et

Chef
Marius Halter

sanglier



Les Acolytes, brasseurs

Germain Croisille & Mathieu Resséjac

Fages

46140 Luzech



Notre voyage commence ici! À la périphérie de Cahors, entre Parnac et Fages, pour rencontrer les Acolytes. Et ils font quoi? Ils fabriquent de la bière! Comme dit Germain Croisille, l'un des associés, « les Acolytes, c'est avant tout une histoire de copains, une histoire assez banale dans le monde de la bière ». Il y a aussi Mathieu; c'est d'ailleurs lui qui a commencé l'aventure dans son garage. Avec la bière, le processus est plus rapide qu'avec le vin, c'est l'avantage. Après quelques semaines, il est possible de déguster le produit.



RENCONTRE

Marius Halter

Les Jardins

1533, route du Port-de-l'angle

46140 Parnac



Le restaurant de Marius Halter et de sa compagne, Astrid, se trouve à Parnac, village de 350 habitants lové dans une boucle du Lot. Marius, au terme de bistronomie, préfère celui de gastronomie accessible. Pas de nappe sur les tables de la salle, mais la maison a le sens du détail. Marius travaille essentiellement des produits locaux et s'amuse parfois avec des cuissons d'Asie ou d'Afrique du Nord, rapportées de ses voyages.



Sanglier en croûte de malt

Confit de pruneaux et poire pochée dans la bière Banzai

Une recette de Marius Halter

pour 4 personnes

400 g de cuissot de sanglier
Sel
Poivre blanc

Pulpe de kaki

2 kakis bien mûrs

Croûte de malt

150 g de couenne de porc soufflée
50 g de malt d'orge blond

Poires pochées

2 poires Comice bien fermes
1 bière Banzai
50 g de gingembre frais
50 g de sucre semoule

Confit de pruneau

150 g de pruneaux d'Agen
dénoyautés

1 échalote épluchée
20 cl de vin rouge
50 g de sucre
1 bâton de cannelle
1 badiane étoilée
1 zeste d'orange

Émulsion Clandestina

1 bière Clandestina
1 g de lécithine de soja

Finition de présentation

Oxalis ou petite oseille
Fleur de sel

PULPE DE KAKI

La veille, congeler les kakis. Le jour même, les décongeler et en retirer la peau. Mixer la pulpe..

SANGLIER

Dénervier le sanglier. Assaisonner de sel et de poivre blanc. Former 2 boudins étanches dans du film alimentaire d'environ 5 cm de diamètre et cuire au bain-marie au four à 55 °C pendant 45 min.

CROÛTE DE MALT

Mélanger le malt et la couenne dans un pilon, broyer finement.

POIRES POCHÉES

Dans une casserole, mélanger la bière, le sucre et le gingembre. Porter à frémissement. À l'aide d'une cuillère à pomme parisienne, détailler des billes de poire Comice puis les pocher 15 min dans ce mélange.

CONFIT DE PRUNEAU

Mélanger tous les ingrédients. Cuire à frémissement 1 h. Retirer la cannelle, la badiane et le zeste. Mixer.

ÉMULSION CLANDESTINA

À l'aide d'un mixeur plongeant, émulsionner la bière et la lécithine de soja.

FINITION

Lorsque les boudins de sanglier sont cuits, retirer le film alimentaire puis les napper avec le sirop de cuisson des poires. Les enrober de croûte de malt. Détailler chaque boudin en quatre. Garnir l'assiette de pulpe de kaki, de poires pochées et de confit de pruneau. Déposer les morceaux de sanglier sur la pulpe de kaki. Assaisonner de fleur de sel. Décorer avec les feuilles d'oxalis. Au dernier moment, déposer la mousse de bière Clandestina. Déguster.

RECETTE DU CHEF



Carottes râpées

Purée de carottes, pesto de fanes, tagliatelles et vinaigrette de carottes, noix du Périgord

pour 4 personnes

Vinaigrette de carottes

15 cl de jus de carotte
1 orange
8 cl de vinaigre de cidre
5 g de cumin
Piment d'Espelette
Sel fin

Purée de carottes

1 kg de carottes fanes
80 g de beurre doux
5 g de gros sel
Sel fin
Poivre

Pesto de fanes

2 gousses d'ail
60 g de parmesan
3 g de pignons de pin
Huile d'olive
Poivre

Tagliatelles de carottes et finition

300 g de mélange de carottes
de différentes couleurs
40 g de cerneaux de noix
20 g de graines de courge
½ botte de menthe

VINAIGRETTE DE CAROTTES

Verser le vinaigre dans un bol. Ajouter du sel, du piment et le cumin. Presser le jus de l'orange et l'ajouter au mélange. Ajouter le jus de carotte et bien émulsionner à l'aide d'un fouet.

PURÉE DE CAROTTES

Tailler les fanes et les réserver pour le pesto. Éplucher et tailler les carottes. Les mettre dans une casserole et les recouvrir d'eau. Ajouter le gros sel. Laisser cuire jusqu'à ce que la pointe d'un couteau entre facilement dans la carotte. Égoutter les carottes puis ajouter le beurre et mixer le tout à l'aide d'un blender. Saler et poivrer.

PESTO DE FANES

Laver soigneusement les fanes de carottes et les éponger. Éplucher l'ail et le couper grossièrement. Dans un robot, déposer les fanes de carottes, l'ail, le parmesan et les pignons de pin. Mixer par à-coups pour éviter de cuire la préparation avec le moteur. Ajouter peu à peu l'huile d'olive et poivrer. Dès que la préparation est lisse, arrêter de mixer.

TAGLIATELLES DE CAROTTES

À l'aide d'un économe, faire de fines tagliatelles avec les carottes de couleur. Les plonger dans l'eau glacée 30 min afin de les rendre bien croquantes.

FINITION

Mettre au centre de l'assiette la purée de carottes froide. Ajouter par-dessus les tagliatelles de carottes. Parsemer de noix, de graines de courge et de feuilles de menthe. Ajouter sur le côté le pesto de fanes et arroser de vinaigrette de carottes.

LES RECETTES DE MON ENFANCE

*1992 : Champion du monde de billes
de l'école de Sousseyrac.*

*La légende dit que les carottes
rendent aimable... mangez-en !*



Jambon-purée

**Cromesquis de purée de panais
et jambon, ketchup de kaki**

pour 4 personnes

Cromesquis de purée de panais et jambon

100 g de jambon cuit
de cochon du Sud-Ouest
200 g de panais
40 g d'oignon
3 œufs
100 g de farine
100 g de chapelure fine
15 cl de crème liquide entière
2 cl d'huile d'olive
20 g de beurre doux
50 cl d'huile de friture
Sel fin
Poivre du moulin

Ketchup de kaki

500 g de pulpe de kaki
50 g d'oignon
1 gousse d'ail
2 cl d'huile de tournesol
10 cl de vinaigre de cidre
130 g de sucre
4 gouttes de Tabasco vert
Sel fin

CROMESQUIS

Éplucher l'oignon et le panais, et émincer finement ce dernier. Ciseler l'oignon et le faire suer dans une casserole à l'huile d'olive, sans coloration. Ajouter ensuite le panais puis mouiller avec la crème liquide et de l'eau à hauteur. Laisser cuire à feu doux 20 min et piquer à l'aide d'un couteau pour s'assurer de la cuisson des panais. Mixer le tout au robot afin d'obtenir une purée lisse et homogène. Assaisonner et mettre au frais et bien la refroidir.

Tailler le jambon en gros cubes. Une fois la purée refroidie, réaliser des boules avec la main en enfermant le cube de jambon au milieu. Mettre les cromesquis au congélateur 30 min.

Dans un premier bol, battre les œufs et saler. Dans un deuxième, ajouter la farine et, dans un troisième, la chapelure. Passer le cromesquis dans la farine en enlevant l'excédent, puis dans les œufs, puis dans la chapelure. Renouveler

l'opération en passant juste dans les œufs et la chapelure à nouveau.

Frir les cromesquis dans l'huile de friture à 180°C pendant 4 min. Bien éponger sur papier absorbant après cuisson et saler directement.

KETCHUP

Émincer l'oignon et l'ail, les faire suer dans un filet d'huile sans coloration puis ajouter la pulpe de kaki et le sucre avant de déglacer au vinaigre de cidre. Saler et laisser cuire 1 h à feu doux et en remuant. On obtient un coulis épais comme un ketchup de tomate. Ajouter le Tabasco et rectifier en sel. Laisser refroidir avant dégustation.

Servir 3 cromesquis par personne avec un peu de ketchup sur le côté.

LES RECETTES DE MON ENFANCE

Back to the Future

*Nom de Zeus, la meilleure recette
du monde : jambon purée !*



*Le kaki, le plus lotois
des fruits japonais.*

Coquillettes au fromage

Risotto de coquillettes au Laguiole,
truffe de Lalbenque

pour 4 personnes

400 g de coquillettes
100 g de fromage de Laguiole
20 g de truffe de Lalbenque
50 g d'oignon
5 cl de vin blanc
50 cl de bouillon de légumes
50 g de beurre
3 cl d'huile d'olive
Sel fin
Poivre du moulin

CUISSON COQUILLETES

Ciseler l'oignon. Bien le faire suer dans une casserole à l'huile d'olive avec une pincée de sel. Ajouter les coquillettes et bien les faire suer jusqu'à les rendre translucides.

Déglacer au vin blanc, le faire réduire ensuite à sec puis ajouter le bouillon de légumes bouillant. Sur un feu constant, cuire les coquillettes sans cesser de remuer. Ajouter du bouillon dès que celui précédemment versé a été absorbé.

Une fois les coquillettes cuites al dente, ajouter le Laguiole en morceaux, le beurre, une pincée

de sel et de poivre. Mettre un couvercle sur la casserole et réserver hors du feu pour faire fondre le fromage et le beurre dans les pâtes. Une fois le fromage bien fondu et le risotto crémeux le servir directement.

FINITION

Au dernier moment, parsemer de fines tranches de truffe directement dans l'assiette.

LES RECETTES DE MON ENFANCE

LALBENQUE City

le super Saïyan des champignons

Certains ont des champignons,
nous avons la truffe.

P'tit Mont Blanc

Crèmeux de marrons de l'Aveyron,
petits-suisses vanillés, meringue

pour 4 personnes

Chantilly de petits-suisses vanillés

2 petits-suisses
1 gousse de vanille
40 cl de crème liquide à 30 % de MG
80 g de sucre

Vermicelles de marrons

300 g de pâte de marrons de l'Aveyron
300 g de crème de marrons de l'Aveyron
10 cl de crème liquide entière

Meringue

150 g de blancs d'œufs
(environ 5 blancs d'œufs)
70 g de sucre semoule
50 g de sucre glace

CHANTILLY DE PETITS-SUISSES

Dans un batteur, mettre la crème et les petits-suisses très frais, la vanille bien grattée et la moitié du sucre. Fouetter jusqu'à ce que le mélange devienne mousseux. Ajouter le reste du sucre et bien serrer la chantilly. Réserver au frais.

VERMICELLES DE MARRONS

Dans la cuve d'un batteur muni de la feuille, foisonner la pâte de marrons puis ajouter la crème de marrons. Battre encore 10 min. Assouplir ce mélange avec la crème liquide afin d'obtenir une texture de pâte à tartiner.

MERINGUE

Monter les blancs à l'aide d'un batteur avec un tiers du sucre. Lorsque les blancs sont montés aux trois quarts, ajouter le reste de sucre et continuer de fouetter 2 min. Quand la meringue est bien ferme et brillante, ajouter délicatement le sucre glace à l'aide d'une maryse. Coucher la meringue en fins bâtonnets sur un papier sulfurisé. Enfourner le tout à 100 °C pendant 1 h 30. Laisser ensuite refroidir.

FINITION

Dans un pot de petits-suisses, verser la chantilly à la poche à douille avec une douille unie. Recouvrir uniformément de marrons le dôme de chantilly avec une poche munie d'une douille à vermicelles. Décorer avec quelques bâtonnets de meringue. Terminer en saupoudrant de sucre glace.

LES RECETTES DE MON ENFANCE

le mercredi après-midi
(si j'étais pas collé)
c'était p'tit suive / mintendo!



Automne

« LES RECETTES DE MON ENFANCE »

Lot - Aveyron

Sanglier en croûte de malt, *une recette de Marius Halter* **8** Carottes râpées **10** Coquillettes au fromage **14**
P'tit Mont Blanc **16** Salade de ris d'agneau de Lacaune, *une recette de Quentin Bourdy* **20**
Rocamadour au plat **22** Le lundi c'est ravioli **24** Gaufre chantilly **26**

Hiver



Making Off

« LA DÉCOUVERTE DE LA STREET FOOD »

Pyrénées-Orientales - Gers

Le tiramisu au sapin, *une recette de Stéphane Balluet* **30** Sushis canard **32**
Hot-dog de chèvre **34** Taco de bœuf **36** Calçots cuits sur la braise, *une recette de Marc Abramovici* **40**
L'idée d'un croque-madame **42** Burger tonnato vitello **44**
Kebab de poulet **46** Éclair tatin et coriandre **48**

Printemps



Making Off

« MON APPRENTISSAGE »

Haute-Garonne - Aude

Asperges vertes en bavaois, *une recette de Balthazar Gonzales* **52**
Œufs mimosa fermiers du Lauragais **54** Gratin de chou-fleur de Victor Hugo **56**
Jarret de veau des Pyrénées **58** Baba au gin toulousain « le point G » **60**
Mozzarella de la Bourdasse, *une recette de Jérémy Thomann* **64** Petits pois bonne femme **66**
Tartare de bœuf **68** Omelette norvégienne carcassonnaise **70**

Été



Making Off

« MA CUISINE D'AUJOURD'HUI »

Hérault - Leucate

Dessert autour du miel, *une recette de Delphine Borrewater* **74** Burrata, crumble d'olives noires **76**
Ceviche des ostréiculteurs **78** Poulpe frit **80** Assiette de fruits rouges du Roussillon **82**
Poêlée de tellines, *une recette de Biquet Mandement* **86** Méga tartine **88** Tigre qui pleure **90**
Tarte aux cinq citrons **92**

Concept & recettes Fabrice Mignot Coordination projet Spatule Prod' : Johana Plas, Pauline Lebon, Justine Perpère, Margaux Dupont, Léa Clavel Design graphique Damien Paquiot Photographie Spatule Prod' : Guillaume Corona & Léa Clavel Production contenu audiovisuel Spatule Prod' : Guillaume Corona & Sarah Capdevielle Textes producteurs & chefs Joël Raffier Édition Catherine Dubreil Gravure & impression Labogravure image, Novoprint (Espagne).

© Éditions Sud Ouest, 2019
ISBN : 978-2-8177-0687-0 ~ N° éditeur : 01.01.10.19

TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS



Bétisier

On ne dit jamais assez « merci » aux personnes qui nous entourent... C'est l'occasion !

Merci à la Région Occitanie / Pyrénées-Méditerranée d'avoir cru en notre projet.

Merci à la Présidente de la région, M^{me} Carole Delga, pour son soutien et ses encouragements.

Merci aux Éditions Sud Ouest et surtout à Catherine Dubreil pour sa persévérance. Comme quoi, il ne faut jamais abandonner !

Merci à tous ces producteurs qui nous ont donné de leur temps afin de nous faire découvrir leur passion et leur quotidien. Sans vous, nous ne pourrions pas nous exprimer à travers nos recettes. Sans vous, nos assiettes seraient vides et sans saveurs. Merci.

Merci aux chefs qui nous ont ouvert les portes de leur cuisine ! Vos identités sont aussi belles les unes que les autres, merci de nous avoir transmis votre amour de la cuisine à travers vos recettes.

Merci à mon équipe Spatule Prod' qui s'est investie à 100 % dans ce projet en organisant cet itinéraire gourmand à travers notre région ! Merci Margaux, Justine, Johana, Pauline et Léa ainsi que Damien et Sarah pour l'aboutissement du projet.

Le travail en cuisine dans mon restaurant et à l'agence sont des sports d'équipe, je n'oublie pas ceux qui m'aident, m'encouragent et m'accompagnent tout au long de l'année dans mes différentes activités. Merci aux équipes de Biquet Plage et Cuisine Ta Mère, qui font aussi ce que je suis aujourd'hui.

Seul on va plus vite, ensemble on va plus loin !

Enfin... Merci à Guillaume. Mon associé, mon ami, qui m'a suivi une fois de plus dans cette folle aventure ! Les années se suivent mais ne se ressemblent pas. Merci.

À bientôt pour une nouvelle aventure,

Force et Honneur.

Fabrice Mignot



merci !