

POULET A LA SARRANTAISE en cocotte au vin Hypocras

- 1 jeune poulet 1,5 kg
- 1/4 litre vin Hypocras*
- Bouquet de sauge
- 1/2 verre de crème fraîche
- 10 gousses d'ail en chemise

*Hypocras :
vin blanc à préparer avec 300 g de miel, 10 clous de girofles, 30 baies de genièvre, 30 grains de poivre, un grand bâton de cannelle en feuille. Le tout mariné à froid durant 2 jours.

Réalisation

Nous allons prendre soin de placer à l'intérieur du poulet le bouquet de sauge avec la moitié de la crème.

Nous allons faire dorer le poulet de tous les cotés avant de verser le vin hypocras et de poser le couvercle sur la cocotte.

Nous allons laisser mijoter à feu moyen "200" une heure trente, l'ail ne sera ajouté que 30 mn avant la fin de la cuisson.

Nous allons découper le poulet et verser le jus après y avoir dilué le reste de la crème

L'ail en chemise servira de décor

*Recette de (ou recueillie par) Jean-Louis Dutrey -
Section Nature et Patrimoine Fédération des Foyers Ruraux du Gers*

COEURS DE CANARDS A LA MIELEE DES COTEAUX

Ingrédients par personne

- 6 cœurs de canard par personne,
- Miel
- Vinaigre de Xérès,
- Sel, poivre.

Réalisation (15 minutes)

Parer les cœurs,

Les fendre pour ôter tout dépôt de sang,

Les faire sauter rapidement à l'huile,

Les saler et poivrer selon son goût,

Pour 18 cœurs, les asperger de 3 cuillères à soupe de vinaigre,

Ajouter 3 cuillères à soupe de miel.

Bien remuer (servir chaud).

Même recette pour les cœurs d'oie, suivant leur grosseur les partager en deux ou trois morceaux.

Servir accompagné de

- Salade verte assaisonnée à la moutarde,
- ou Riz créole,
- ou Fruit au sirop.

*Recette de (ou recueillie par) Jean-Louis Dutrey -
Section Nature et Patrimoine Fédération des Foyers Ruraux du Gers*

"LA TOUPINO" ou LOU TOUPIAT D'OU MOUSQUET LA TERRINE DU MOUSQUETAIRE

Ingrédients pour 5 personnes

- 450 g échine de porc - 450 g poitrine de bœuf
- 450 g épaule de mouton - 450 g collier de veau
- 5 cl huile - 1 kg de pommes de terre
- 400 g de carottes - 400 g d'oignons - Sel, poivre
- 200 g champignons de Paris - 12 gousses d'ail
- 1l vin blanc sec (colombelle) - 2 brins de serpolet
- 1 bouquet garni (thym, laurier, persil)
- Baies de genièvre -- 1 branche de céleri

Réalisation

Découper la viande en morceaux de 60 g environ.

Préparer les éléments de la marinade : oignons, carottes, céleri branche émincés, bouquet garni, ail écrasé.

Mettre la viande à mariner 24 heures avec ces éléments et recouvrir de vin blanc. Ajouter quelques grains de poivre et quelques baies de genièvre. Ajouter un peu d'huile. Réserver au frais.

Dans une terrine allant au four ou cocotte en fonte disposer une couche de viande, disposer une bonne couche de pommes de terre émincées, ajouter les carottes et oignons de la marinade et les champignons taillés en quartiers.

Recommencer une nouvelle fois de la même façon.

Parfumer avec l'ail écrasé et les herbes aromatiques. Mouiller avec le vin de la marinade. Saler, poivrer légèrement.

Fermer la terrine et faire cuire au four 3 heures ou mijoter à feu moyen.

Afin de simplifier le service, servir dans la terrine.

*Recette de (ou recueillie par) Jean-Louis Dutrey -
Section Nature et Patrimoine Fédération des Foyers Ruraux du Gers*