

Gastronomie

Invitation gourmande ■ 2005

Recevoir avec les produits de nos régions

Foie gras , mouton AOC Barèges Gavarnie, pintade label rouge du Gers , magret, noix du Périgord ...

Des idées de recettes pour les fêtes

Foie gras poêlé aux mangues
Tournedos de magret avec sa ratatouille à la moelle
Poires au fromage
et Floc de Gascogne ...



Supplément publicitaire gratuit de la Dépêche du Dimanche du 11 Décembre 2005 N° de commission paritaire 0310C86296 - ne peut être vendu séparément.

LA DÉPÊCHE



Edito

Mangeons et buvons local

Voici un cadeau de Noël ! Un supplément gastronomie qui vous est offert pour vous faire du bien et gâter celles ou ceux que vous aimez. Au moment où le monde ne tourne plus rond, où chômage, terrorisme, sida et - dernière malédiction en date - grippe aviaire nous frappent, essayons de nous chouchouter. Notre Grand Sud propose des produits de bouche certifiés,



Photo J.-J. Abbe

labellisés, souvent AOC. Les contrôles sanitaires sont rigoureux - les consommateurs que nous sommes s'en trouvent protégés. Nous avons donc choisi de mettre en lumière des produits bien de chez nous. Trois grands chefs toulousains nous ont ouvert les portes de leur cuisine. Rien que pour nous, ils ont concocté des recettes inédites. Le challenge que leur a proposé La Dépêche du Midi, inventer un plat avec nos produits régionaux pour ces fêtes 2005.

En nous mijotant du mouton AOC duubion Barège Gavarnie aux agrumes et tatin d'artichaut, Gérard Guarrigues du Pastel nous confie tous ses secrets de fabrication.

Ils viennent tout juste de rouvrir le restaurant du TNT - le 27 septembre dernier -, et sont jeunes et brillants. Les cuisiniers Valérie Zucchelli, qui a commencé sa carrière à la Tour d'Argent à Paris, et son compagnon Pascal Leproust nous ont préparé une entrée en gelée : pinta-de label rouge du Gers au pacherenc Vic Bilh des Pyrénées.

Le Montalbanais Philippe Lacassagne, ancien fondateur Des Deux Pachas, en s'associant à François-Louis Lapeyre,

a repris l'institutionnel Pyrénéen le 2 août dernier. Il a gardé l'équipe en place. Cuisiniers et serveurs y travaillent depuis presque 30 ans. Le chef, Jean-Claude Gailliard, avec ses 27 ans d'ancienneté, a choisi de nous présenter le canard label rouge : en foie gras poêlé aux mangues pour l'entrée et en magret aux cépes et moelle pour le plat de résistance.

En collaboration avec Irqualim, l'Institut régional de la qualité en Midi-Pyrénées, nous avons sélectionné de notre côté deux desserts régionaux.

Le cocal aux noix, les poires au roquefort ou bleu des Causses au floc de Gascogne.

Et parce qu'il n'y a pas de fête sans bon vin, la cave des Canons de la Garonne, dans le vieux Toulouse, nous parle des cépages à choisir pour accompagner ces plats.

V.B.



Les produits de nos Régions



Photo David Bécus.

Recevoir avec le mouton

C'est au cœur des Pyrénées que le mouton AOC Barèges Gavarnie grandit. Gérard Garrigues, du restaurant Le Pastel à Toulouse, nous offre une recette inédite pour Noël - avec noix du Périgord, tatin d'artichaut et saveurs d'agrumes.

Recette à préparer en partie la veille. Pour 4 personnes.
800 g filet de doublon de mouton Barèges Gavarnie, barde de porc, 10 g gingembre frais, 80 g cerneaux de noix, 2 cl huile de noix, pincée de l'épice cardamome, zeste citron, zeste orange, 50 g chapelure, thym frais.
Pour le jus : 20 g beurre, jus d'une orange, jus d'un citron, un verre de noix Serre, 20 cl jus d'agneau.
Tatin : 4 fonds d'artichaut, 4 cercles pâte feuilletée, 1/2 jus citron, un verre vin blanc, 10 grains coriandre, 2 cl sauce soja, 50 g beurre, 3 cl huile olive, 30 g sucre semoule.

La veille : Hacher les cerneaux de noix (noix à ébouillanter pour mieux pouvoir les peler), zestes orange et citron, gingembre frais, feuilles thym frais. Mélanger chapelure, gingembre, la moitié des noix et des zestes hachés, thym, cardamome et huile de noix. Etaler la barde, répartir en couche régulière le mélange d'épices et chapelure. Disposer le filet (salé, poivré) sur la barde, l'envelopper totalement puis ficeler solidement à raison d'une ficelle tous les 1 cm. Laisser 12 h au frigidaire. Détailler en 4 noisettes égales. Tourner les fonds d'artichauts. Les citronner légèrement.

Le jour même :

Dans un sautoir, verser huile d'olive, beurre et sucre. Caraméliser à feu moyen. Dès que la coloration est blonde, disposer les fonds d'artichauts, ajouter les grains de coriandre, saler, poivrer. Verser vin blanc et soja. Cuire à feu doux couvert pendant 8 à 10 minutes.

Disposer les fonds d'artichauts dans des moules à tartelette de 10 cm de diamètre. Poser les cercles de pâte feuilletée. Dorer à l'œuf. Cuire au four à 180 pendant 20 minutes.

Pendant ce temps, dans un sautoir (avec peu de matière grasse pour que les sucs se dégagent), faire revenir les noisettes, 4 mn de chaque côté, avec très peu de matière grasse. Laisser reposer au chaud sur une assiette 10 mn. Au bout de 5 mn, préparation à retourner pour que les sucs ne descendent pas !



Photo David Bécus.

Dégraissier et déglacer le sautoir avec un verre de vin de noix, jus de citron et jus d'orange. Laisser réduire de moitié puis ajouter le jus d'agneau, passer au chinois la sauce, monter au beurre cru hors feu, ajouter les noix et les zestes restants.

Dresser les tatins sur assiette, disposer sur chacune une noisette de doublon. Arroser de jus parfumé aux noix et agrumes.