



## Piçgût de Moyettes

- 1 kilo de haricots (ou 3 livres), pea avancés de préférence et dont les grains conservent une légère teinte verte)
- 3 ou 4 carottes
- autant d'oignons
- bouquet garni (persil et thym)
- quelques tomates à volonté.
- huile, beurre, sel, poivre, épices.

Faire revenir les haricots à la cocotte dans une demi-tasse d'huile avec les carottes coupées en rondelles et les oignons entiers. Saler. Poivrer, sans parcimonie comme sans exagération. Teinter le goût d'une pincée d'épices (épices Rabelais)

Faire sauter de temps en temps dans la cocotte pour éviter aux légumes de prendre au fond. Après quelque vingt minutes de cuisson à feu doux (ou un peu moins), ajouter de l'eau pour couvrir et faire bouillir à petit feu jusqu'à cuisson complète, en ajoutant de l'eau toutes les fois que cela est nécessaire. Le temps de cuisson, différent selon les espèces, est en moyenne d'une heure. Dix minutes avant

de retirer du feu, introduire le bouquet garni.

A mi-cuisson, on peut ajouter trois ou quatre tomates pelées et entières mais ce n'est pas indispensable. Au moment de servir, ajouter un bon morceau de beurre.

Accompagner de piments doux, frais ou confits au vinaigre, ou de petits cornichons confits.

## Mogettes au pot

Trier la veille une bonne assiettée de mogettes sèches, de préférence d'une variété à petits grains ronds (mogettes nines). Faire tremper les grains sains toute la nuit.

Le lendemain, mettre au pot à feu doux, devant le feu de bois, avec quelques gousses d'ail et une branchette de thym. Saler. La cuisson dure toute la matinée et l'on complète le volume d'eau au fur et à mesure de l'évaporation. Au moment de servir, ajouter un morceau de beurre.

Une couenne (dessalée au besoin), mise à mijoter avec les haricots, ajoute une saveur agréable à la potée et permet d'économiser le beurre. Saler en conséquence après avoir goûté.

# Poulet farci



Le poulet, grillé dès que plumé, sera <sup>vide</sup> débarrassé de ses organes et abattis (cou et bouts d'ailes)

Couper menu le foie, environ une fois et demie son volume de gras de jambon, un oignon, ajouter de la mie de pain et du persil haché. Saler (très modérément, le jambon étant déjà salé), poivrer, bien mélanger. Introduire le farci à l'intérieur du poulet, recoudre, ficeler et faire rôtir à la cocotte ou dans le "câlin" de terre cuite avec quelques fourchettes de saindoux ou un petit fond d'huile. La cuisson à la braise donne de meilleurs résultats

Tourner pour faire cuire sur toutes les faces  
Saler et poivrer à chaque position. (Recette de Léa)

Le poulet rôti se fait de la même façon, sans farci.  
- Certains mettent une gousse d'ail à l'intérieur de la volaille  
- d'autres la saupoudrent de fenouil haché menu.

Pour accompagner le poulet rôti on faisait cuire dans le jus de cuisson des pommes de terre coupées en tranches longues

## Asperges en ragout de pois.



Prendre des asperges montées, bien vertes et tendres, que l'on divise en tronçons de 1cm, 1,5cm environ en les cassant de préférence ce qui évite d'introduire dans la cuisine des parties filandreuses. Les faire ~~suer~~ ensuite dans un fond d'arabage, saindoux, huile ou beurre, saler et ajouter du sucre selon le goût, comme pour les petits pois. Pivrer si l'on veut.

Recouvrir d'eau, ajouter quelques oignons avec un bouquet garni de persil et de thym et continuer la cuisson casserole couverte en ajoutant un peu d'eau si nécessaire.

De nos jours, on ajoute parfois aux asperges des fenil les de salade, laitue ou chicorée. On préfère aussi faire revenir les asperges dans un petit fond d'huile et ajouter un morceau de beurre avant de servir.



Vers la saison des vendanges, apparaissaient fort à propos chez les marchands, les harengs saurs et les morues salées qu'il était de tradition de servir aux vendangeurs pour leur tue-ver, avant le départ pour la vigne.

Le hareng était choisi "laité" ou "robé", selon qu'il avait de la laitance ou des œufs. On le faisait cuire à la braise sur le gril et quand il était à point, on l'épluchait soigneusement et on le mélangeait à un oignon émincé qu'on avait fait blondir dans l'huile.

On le servait <sup>en même temps</sup> avec des pommes de terre bouillies dans leur pelure mais si l'on disposait de pommes de terre bouillies froides, on les pelait, on les coupait en deux dans le sens de la longueur, on les alignait sur le gril et on les faisait dorer à la braise, des deux côtés. Elles se mariaient ainsi fort bien avec le goût du hareng.



### *cagouilles fricassées.*

Après avoir nettoyé et lavé les cagouilles comme il a été dit, les faire frire un quart d'heure. Saler, poivre, ajouter quatre gousses d'ail coupées en rondelles et, quand elles commencent à blondir, de la mie de pain émiettée et du persil haché. Remuer. Retirer après quelques minutes.

### *Cagouilles bouillies (mets de printemps).*

Bien nettoyer et laver de jeunes escargots non bordés. Les mettre au pot sur la flamme avec des pommes de terre nouvelles en leur pelure et une jeune tête d'ail entière à laquelle on aura coupé les racines et ôté la première peau. Bien recouvrir d'eau, saler, laisser bouillir environ 20 minutes, retirer du pot, et servir à l'huile et au vinaigre ou à la sauce blanche à la vinaigrette.

On peut aussi faire bouillir les cagouilles seules, sans accompagnement de légumes.

*Petites cagouilles blanches.* - On les récoltait en abondance, vers la fin de l'été, au jardin sur le persil monté ou, le long des chemins, sur les tiges de fenouil. On les faisait bouillir. On les retirait de la coquille avec une épingle et on les servait dans une sauce blanche à la vinaigrette ou à l'huile et au vinaigre. (début XX<sup>e</sup> siècle).

# Fromages

Fromage de bique (selon Melina)

Mettre le lait de la traite dans un pot de grès et le placer dans un endroit frais et sec. Attendre qu'il caille (deux jours ou plus; le lait ne doit pas cailler trop vite ce qui pourrait nuire à la qualité du fromage).

Placer le lait caillé dans un linge pour qu'il s'égoutte. Changer tous les jours le linge.

Quand le fromage commence à être dur (pâteux), le pétrir en le changeant de linge.

Quand, en le pétrissant, on s'aperçoit que le fromage ne prend plus au linge, c'est le moment de le saler. On peut alors le consommer immédiatement mais il est préférable de le suspendre encore un jour dans un linge. On le façonne alors en carré ou en losange allongé selon les localités.

— Il est surtout important de ne jamais mélanger les traites. On ne doit surtout jamais mélanger de lait froid et de lait chaud.

— La qualité du lait dépend de l'alimentation de la chèvre. Par exemple, la bête qui mange de la luzerne fournira de bons fromages très gras.



## Millat

Prendre 80 grs de farine de maïs, 80 grs de farine de blé, une pincée de sel, 220 grs de sucre en poudre. Bien mélanger le tout. Verser un litre de lait bouillant sur le mélange en remuant sans cesse. Verser la bouillie obtenue dans un plat à gratin où l'on aura fait fondre 50 grs (ou plus) de beurre.

Mettre à four pas trop chaud puis plus chaud quand le gâteau commence à cuire.  $\frac{3}{4}$  d'heure de cuisson environ.

N.B. — On n'utilisait anciennement que de la farine de maïs. Le millat cuisait alors dessus et dessous sur la chauffelette ou le creux du potager, couvert d'une tôle contenant de la braise et à feu modéré. On obtenait alors un dessert couvert d'une crème épaisse que la cuisson au four ne peut restituer.