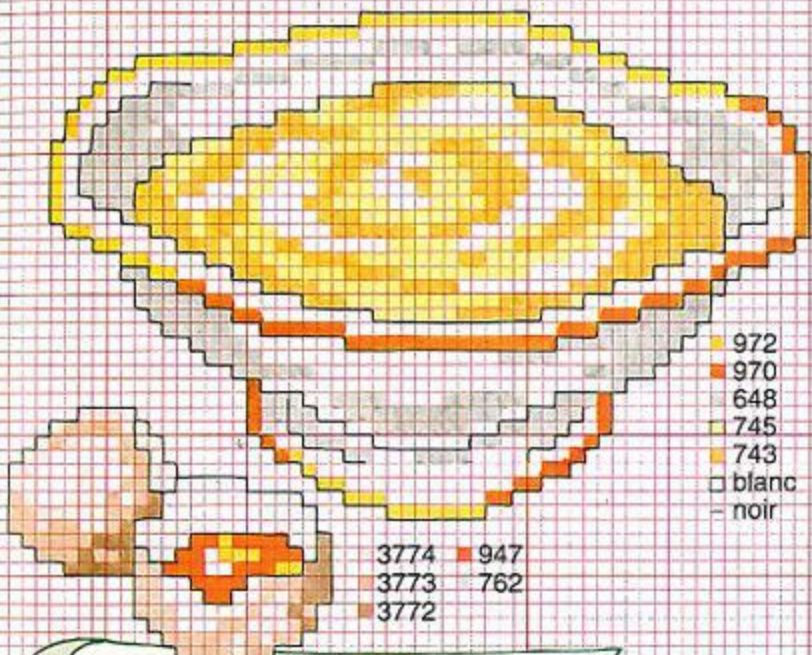


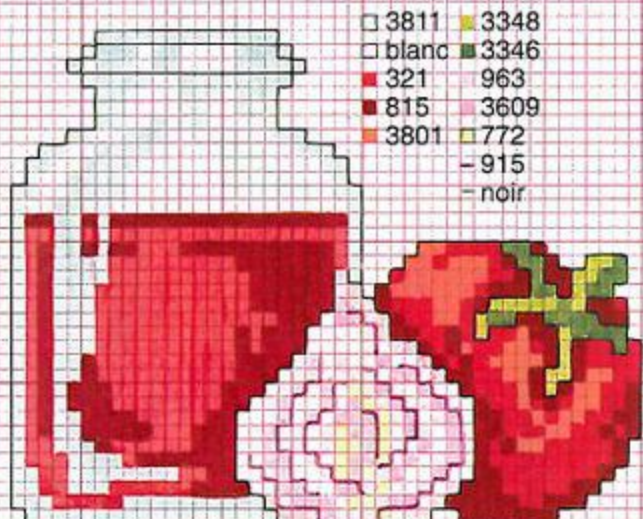
□ 353 □ 352 □ blanc □ 647 □ 335 - noir
 □ 3778 □ 320 □ 3072 □ 471 □ 826

□ 727
 □ 725
 □ 415
 □ 414
 □ 3799
 - noir



□ 3774 □ 947
 □ 3773 □ 762
 □ 3772

□ 972
 □ 970
 □ 648
 □ 745
 □ 743
 □ blanc
 - noir



□ 3811 □ 3348
 □ blanc □ 3346
 □ 321 □ 963
 □ 815 □ 3609
 □ 3801 □ 772
 - 915
 - noir

béchamel

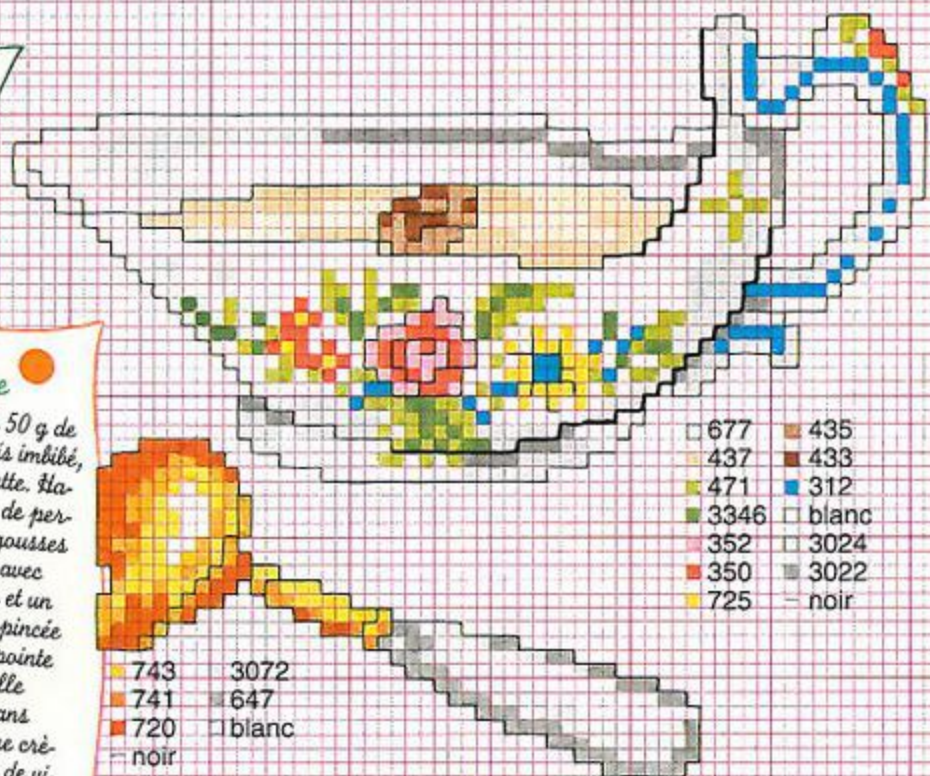
Faire fondre dans une casserole 60 g de beurre, incorporer, en mélangeant avec un fouet, 50 g de farine. Diluer avec un demi-litre de lait chaud, tout en continuant à mélanger. Ajouter une pincée de sel, de poivre et de noix de muscade et porter à ébullition, sans cesser de mélanger. Laisser cuire quelques minutes.

mayonnaise

Faire fondre dans un bol une pincée de sel fin et de poivre dans 5 gouttes de vinaigre. Incorporer 3 jaunes d'œuf, en battant avec une fourchette toujours dans le même sens. Ajouter petit à petit, en mélangeant avec un fouet, 5 dl d'huile.

sauce verte du Moyen Âge

Faire tremper dans l'eau 50 g de pain de campagne. Une fois imbibé, l'écraser avec une fourchette. Hacher finement une poignée de persil, 2 feuilles de sauge, 2 gousses d'ail; mélanger au pain avec quelques grains de poivre et un clou de girofle moulu, une pincée de noix de muscade et une pointe de gingembre et de cannelle en poudre. Piler le tout dans un mortier jusqu'à obtenir une crème. Délayer avec 3 cuillerées de vinaigre et passer au chinois. Excellent avec les viandes bouillies.

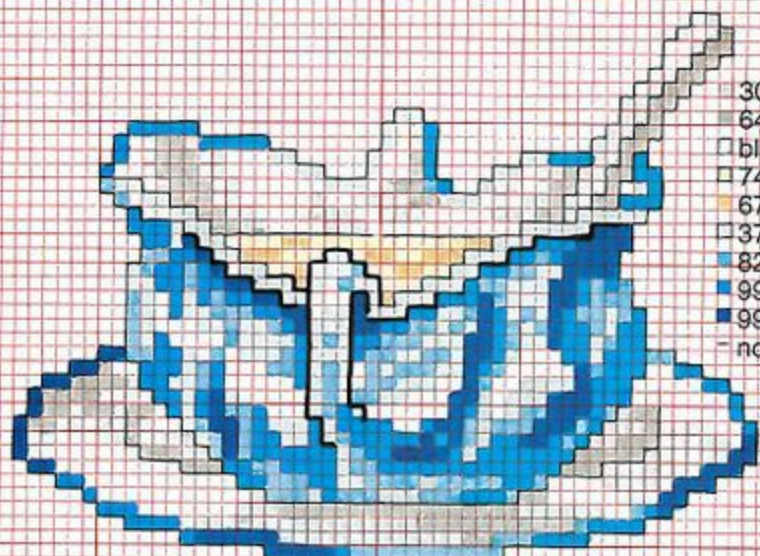


□ 743 □ 3072
 □ 741 □ 647
 □ 720 □ blanc
 - noir

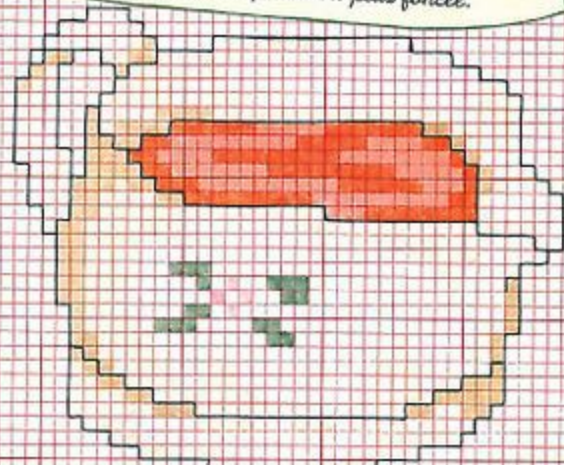
□ 677 □ 435
 □ 437 □ 433
 □ 471 □ 312
 □ 3346 □ blanc
 □ 352 □ 3024
 □ 350 □ 3022
 □ 725 - noir

Sauces

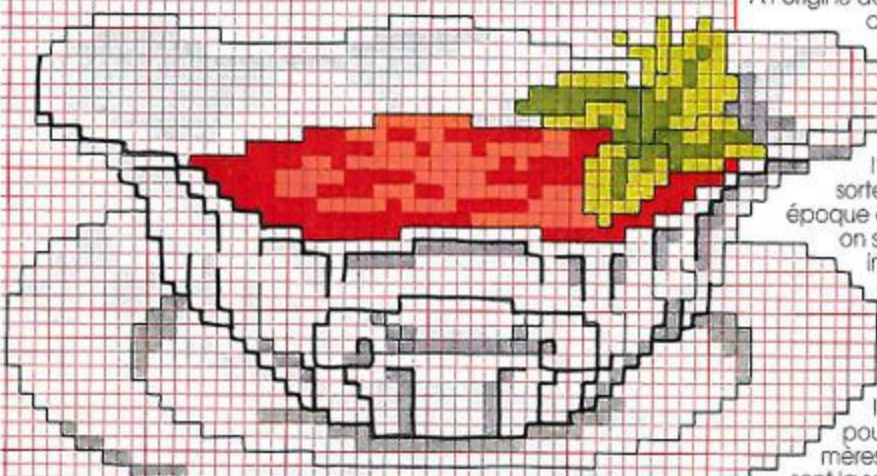
roux
 Faire fondre 125 g de beurre, ajouter 100 g de farine et mélanger avec une spatule en bois. Laisser cuire à feu doux. Pour le roux blanc, la farine ne doit pas prendre couleur; le roux blond ou le roux brun demandent de poursuivre la cuisson jusqu'à une coloration jaune paille ou plus foncée.



- 3072
- 647
- blanc
- 746
- 677
- 3756
- 827
- 996
- 995
- noir

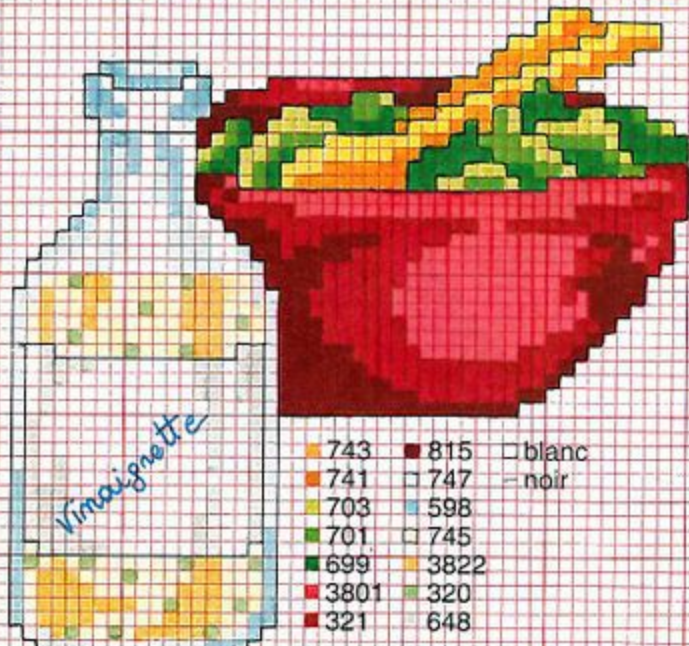


- 3824
- 739
- 320
- blanc
- 3341
- 437
- 761
- noir

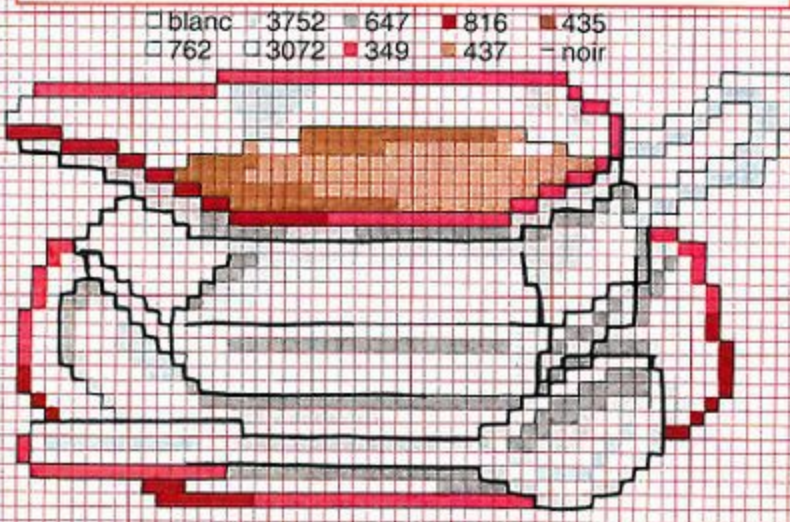


- 350
- 471
- blanc
- 318
- noir
- 817
- 3346
- 762
- 317

À l'origine de la cuisine romaine, il y a le *garum*, sorte de saumure de poissons qui remplace le sel, et le *nard* (extrait de valériane). Les sauces des Romains, du latin *salsus*, salé, étaient des condiments très simples. Au Moyen Âge et à la Renaissance, les sauces étaient également sommaires: ainsi, la poivrade, à base de bouillon, auquel on ajoutait du vin ou du miel, du verjus ou du vinaigre, l'un pour adoucir, l'autre pour rendre plus acide, et toutes sortes d'épices et de la chapelure. Et cela jusqu'au XVIII^e siècle, époque où, en France, patrie des sauces au sens moderne du terme, on se mit à réduire en sauce légumes, champignons et autres ingrédients, à amalgamer à chaud beurre et farine (ledit roux) et à émulsionner à froid. Au XIX^e siècle, l'illustre Marie-Antoine Carême va édifier le système complexe de sauces qui régit encore aujourd'hui la cuisine classique d'origine française. En Italie, l'histoire fut différente: à côté des reminiscences de sauces médiévales, de la *peverada* à la sauce verte, la tomate fut l'ingrédient principal des purées, sauces et jus pour assaisonner les pâtes. La sauce tomate est une des sauces-mères dont dérivent la plupart des sauces chaudes. Les trois autres sont la sauce à l'espagnole et le velouté - toutes deux à base de roux et d'un fond brun ou blond -, et la béchamel. Les fonds, réservés aux professionnels, s'obtiennent en faisant suer longuement la viande de veau ou de volaille dans un peu de bouillon de légumes. La béchamel fut inventée par Louis de Béchameil, intendant à la cour du roi Louis XIV. On attribue la mayonnaise, base de nombreuses sauces froides, au cuisinier du maréchal de Richelieu célébrant, en 1756, la prise de Fort-Mahon, aux Baléares, à laquelle elle doit probablement son nom. Trois autres sauces fondamentales: la demi-glace, dérivée de l'espagnole, l'allemande et la sauce au suprême, dérivées du velouté.



- 743
- 815
- blanc
- 741
- 747
- noir
- 703
- 598
- 701
- 745
- 699
- 3822
- 3801
- 320
- 321
- 648



- blanc
- 3752
- 647
- 816
- 435
- 762
- 3072
- 349
- 437
- noir