



Alimentaire, mon cher Watson !

Chez les Grecs

Dans la mythologie grecque le poireau est déjà présent. Latone, fille du Titan Céos, est enceinte de Jupiter. Elle voyage en Grèce lorsque soudain elle est prise d'un désir irrésistible. Les envies des femmes enceintes doivent être satisfaites, c'est évident. Surtout quand la future mère est une déesse, quand le futur bébé est un dieu, Apollon en l'occurrence, et qu'il ne s'agit que d'une grosse envie de poireaux.

Pour les Grecs, le poireau deviendra un légume sacré.

"Les Hébreux trouvaient dans leur potager les légumes sauvages ou cultivés de leurs menus : la fève, la lentille, l'oignon, la courge, le poireau." André Chouraqui.

Chez les Hébreux

L'Ancien Testament rapporte le voyage des Israélites du Sinaï au pays de Canaan (Nombres, 11, v. 4 & 5). C'est Yahvé qui l'a décidé. Tout un peuple doit traverser un immense désert. Des questions d'intendance se posent. Avoir Dieu avec soi devrait arranger les choses, mais des incrédules commencent à douter, à se lamenter : "Le ramassis de gens qui s'était mêlé au peuple fut saisi de fringale. Les Israélites eux-mêmes recommencèrent à pleurer, en disant : *"Qui nous*

donnera de la viande à manger ? Ab ! quel souvenir ! le poisson que nous mangions pour rien en Égypte, les concombres, les melons, les **poireaux**, les oignons et l'ail ! Maintenant nous dépérissons, privés de tout”.

Le poireau est, avec les pois et les fèves, un des aliments de base des Hébreux.

Chez les Egyptiens

Dans l'Égypte ancienne, il est omniprésent. Le poireau est tellement apprécié qu'il fait partie, tout comme les radis, de la rétribution des constructeurs de pyramides, et que l'on compte sur lui pour stimuler leur ardeur au travail. Les prêtres en garnissent les autels, et il n'est pas question de partir pour l'au-delà sans sa botte de poireaux ; c'est pourquoi il est si souvent représenté sur les fresques funéraires. Dans les romans de Christian Jacq, il figure au menu de toutes les fêtes. Ainsi dans, “Le temple des milliers d'années” : “Un banquet en plein air se préparait ; l'intendant du nouveau palais avait commandé mille pains de farine fine, deux mille miches bien cuites, dix mille gâteaux, de la viande séchée à profusion, du lait, des bois de caroube, du raisin, des figues et des grenades. Oies rôties, gibiers, poissons, concombres et **poireaux** seraient, eux aussi, au menu.”

Charlemagne

Il fera beaucoup pour le jardinage et l'agriculture. À cette époque, on distingue les légumes (légumina), fèves et pois qui poussent dans les champs et les racines (oléra) cultivées dans les jardins : **poireaux**, ail, laitues...

Dans l'abbaye de Richeneau, au milieu du lac de Constance, Walfrid Strabus préconise aux moines,



dans un traité de jardinage paru au IX^e siècle, comme régime habituel une alimentation qui nous semblerait légère : “Du sel, du pain, des **poireaux**, du poisson et du vin”. Les moines malades ont droit au warmosum, une crème de poireaux qui devrait leur redonner vigueur.

“Des quatre jardins de l’abbaye de Corbie on tirait apparemment les légumes de la communauté du monastère. Toutefois Aðbalarð n’a mentionné pour les produits cultivés que des végétaux à bulbe comme les porricini (poireaux), la cicettel, les échalotes, l’ail et les oignons.”

B. Kasten

Thèbes. Sur le mur sont peints des poireaux offerts au défunt. Les offrandes peuvent être des objets réels ou simplement peints ou sculptés.

Des hauts et des bas

Mais pendant plusieurs siècles, les légumes deviennent les parents pauvres de la cuisine. L'aliment roi est le pain. Les fruits et les légumes crus ou cuits sont méprisés. En 1372, Francesco Di Marco, rendant visite à sa belle-mère, lui précise : “Ne me donne pas d'ail, de **poireaux** ou d'autres racines. Fais que ce soit un paradis pour moi.” Les médecins déconseillent leur utilisation ; le préjugé est encore plus grand pour les légumes qui poussent sous la terre, les légumes aériens étant jugés plus favorablement. Un proverbe italien, pourtant du XIX^e siècle, résume cet état d'esprit : “La viande produit la chair, le pain produit le sang, le vin nous maintient, le poisson produit des vesses, et les herbes* produisent de la merde.” Cette disgrâce des légumes va durer plusieurs siècles, interrompue parfois par un effet de mode. C'est ainsi qu'au XVII^e siècle, M^{me} de Maintenon écrivait : “Le chapitre des petits pois dure toujours ; l'impatience d'en manger, le plaisir d'en avoir mangé et la joie d'en manger encore sont les trois points que nos princes traitent depuis quelques jours.”

Grimod de La Reynière (1758-1838), dans ses “Écrits Gastronomiques”, constate cette désaffection pour les légumes et donne à méditer aux cuisiniers : “Les carottes, les oignons, les poireaux et les navets sont plus employés comme assaisonnements et garnitures, que comme mets principal... Le poireau est la plus modeste de ces quatre plantes potagères ; il ne paraît jamais sur nos tables que dans la soupe, à laquelle il sert à donner un bon goût ; on l'emploie au même usage dans quelques ragoûts en bouquet garni ; c'est un légume fort sain, et dont on pourrait peut-être tirer un

parti plus apparent, surtout comme garniture. C'est un texte que nous laissons à méditer aux hommes de l'art.”

Cet ostracisme durera quand même, et Nicolas Appert au XIX^e siècle, étonné que les habitants d'Ivry crient famine alors qu'ils disposent de grandes quantités de poissons, s'attire cette réponse : “Parce que, pour vivre, il faut du pain. Surtout du pain. Deux livres par jour, c'est la ration normale sans laquelle on ne se sent pas le ventre calé. Le poisson, ça ne remplit pas bien l'estomac. On préfère le vendre pour acheter du pain, ou de la farine avec laquelle on pourra faire une sauce bien copieuse, bien épaisse pour rendre plus nourrissant le poisson. De la farine avec laquelle on confectionne aussi de lourdes galettes aux œufs qui vous bouchent un gros trou d'appétit. Bref, sans farine, sans pain, on ne peut pas s'alimenter : c'est la misère.”

Dans la première moitié du XX^e siècle, le pain est toujours le sauveur. Les enfants sont encouragés à manger la croûte brûlée du pain trop cuit par un “mange, c'est du sang tout fait”. Certains hommes tiennent le même propos en buvant du vin rouge.

Cette sous-exploitation du poireau est encore confirmée, entre autres, par le “Nouveau Dictionnaire Universel” de J. Troussel de 1877 : “Il entre dans les potages et dans plusieurs mets comme assaisonnement.” Quant à notre “Petit Larousse Illustré” de 1995, il ne mentionne que la consommation “du cylindre blanc” ; c'est ce que faisaient les aristocrates romains qui ne mangeaient que la partie blanche, plus tendre et moins forte ; les feuilles vertes étaient vendues aux pauvres. Pour réparer cette injustice, la

recette des pommes de terre Langeron n'utilise que les verts du poireau. Plat simple et économique qui ne

satisfait qu'à moitié nos palais habitués peut-être à plus, à trop de douceur.



- 500 g de pommes de terre
- 1 botte de verts de poireaux
- 1 laitue
- 1 grosse noix de beurre
- 1 verre d'eau ou de bouillon
- sel, poivre, eau.

Pommes de terre Langeron

Pour 4 personnes. Préparation : 20 min. Cuisson : 30 min

Peler les pommes de terre et les couper en fines tranches. Hacher grossièrement les verts de poireaux. Les faire fondre au beurre, accompagnés des feuilles de laitue détaillées en julienne. Dans une casserole à fond épais, placer alternativement une couche de pommes de terre et une couche du mélange poireau-laitue. Mettre sur ces légumes une nouvelle couche de pommes de terre. Saler et poivrer. Mouiller avec le bouillon. Couvrir la casserole et faire cuire à l'étouffée sur feu doux pendant 20 à 30 min. Les pommes de terre doivent avoir absorbé l'eau. Servir avec la noix de beurre.

Clotilde Boisvert et Annie Hubert

Les légumes sont dans l'air du temps et inspirent de nombreux artistes. Jane Churchill a créé pour Colefax and Fowler* cette belle composition

"Dancing Vegetables" pour la décoration murale (papier peint et tissu).

Beaucoup plus loin, près de Pondichery, Viramma, paria de l'Inde du Sud, fait le récit de sa vie à Josiane et Jean-Luc Racine dans "Viramma, une vie de paria". Elle y exprime la même défiance vis-à-vis des légumes et de leur rôle dans l'alimentation : *"Oui, notre lait est très demandé, et quand on en donne à nos enfants, ils guérissent vite, parce que c'est un lait très riche. Quand on peut se l'offrir, on mange du poulet, de la viande de bœuf, du mouton, toutes sortes de poissons, des feuilles vertes. C'est ça qui le rend si particulier et nourrissant, notre lait. Vous, vous ne mangez que des légumes. Bien sûr, vous prenez beaucoup de pain, beaucoup de lait, des fruits, mais malgré tout vous avez un peu moins de force que nous... Parfois du bœuf, voilà ce qui enrichit notre lait."*

Quand on soulève un de vos enfants, il est toujours un peu mou, flasque, léger. Mais quand c'est un des nôtres, on dirait qu'on soulève un Pillaiyar de pierre !" (Pillaiyar, fils de Siva et de Parvati, à tête d'éléphant et au ventre proéminent)."

La consommation des légumes a suivi des modes dans les milieux les plus favorisés. Les pauvres, eux, ne peuvent se priver d'un aliment gratuit, à leur disposition tout au long de l'année dans leur jardin, indispensable dans la potée ou la soupe quotidienne.

Il est dans toutes les parcelles cultivées, dans tous les catalogues de graines, mais paradoxalement, dans beaucoup de livres de cuisine des cent dernières années, le lexique passe allégrement de "poire" à "pois", ignorant le poireau au passage. On lui rend heureusement sa place dans les livres plus récents.

De nouvelles études montrent une désaffection croissante pour les légumes. En 1960, le budget alimenta-

tion représente 33 % des dépenses du ménage, aujourd'hui il ne dépasse plus les 18 % ; le loyer, les vacances, la voiture sont très budgétivores. Les jeunes mangent moins de légumes que leurs aînés : 630 g de fruits et légumes par jour pour les plus de 65 ans, seulement 280 g pour les moins de 30 ans. Il est plus commode de préparer des pâtes ou du riz qu'un plat de légumes. La consommation des plats cuisinés est certes en constante augmentation, mais dans ces présentations, le pourcentage des légumes frais est très faible.

Un effort de tous les partenaires de la filière "légumes" est nécessaire pour relancer la consommation. Des producteurs de poireaux s'attaquent au problème de la qualité. La région de Nantes joue la carte du poireau primeur. À Créances, dans la Manche, un Label Rouge certifie que le poireau a été élevé au fumier ou aux algues, et qu'il est vendu aussitôt récolté. Dans la Région Rhône-Alpes, des agriculteurs se sont réunis sous une marque collective, "Festivert", avec un cahier des charges strict qui leur permet d'offrir une qualité irréprochable.



Timbre anglais de 1989.

Si le warmosum, simple crème de poireau, requinquait les moines malades de Richeneau, la recette suivante nous prouve, s'il en était besoin, que l'alimentation des moines était différente selon les monastères. Créée par les moines de San Lorenzo à Florence, aux environs de 1405, sa composition nous éloigne beaucoup de l'austérité monacale.

Les classiques

Les producteurs essaient de produire meilleur. A l'autre extrémité de la chaîne de la filière “poireau”, les cuisiniers font également des efforts d'imagination pour mettre ce légume en valeur. Ce rustique, ce grossier, est cuisiné par les plus grands. Il se retrouve sur les tables les plus prestigieuses. De nouveaux mariages de saveurs sont osés et réussis ; les anciennes recettes sont repensées. Il était temps, car dans les trois présentations classiques : soupe, poireau à la vinaigrette et pot-au-feu, le poireau devient le plus souvent légume de gargote tant ces préparations sont négligées lors de la cuisson. Bien des déceptions guettent le client qui commande le classique “poireau-vinaigrette”. Il ne trouve souvent dans son assiette qu'un bottillon mou de poireaux flasques et décolorés, vidés de plus de leurs précieuses vitamines ; adieu également les sels minéraux !

- 6 gros blancs de poireaux coupés en quatre dans le sens de la longueur
- 300 g de pâte à l'huile d'olive
- 100 g de jambon cru en dés
- 200 g de porc maigre et gras haché
- 200 g de veau ou d'agneau haché
- 20 cl d'huile d'olive
- sel, poivre, muscade râpée
- 2 pincées de safran délayées dans 2 cs d'eau
- 10 cl de vin rouge
- 30 g de parmesan râpé.

Porrea

Pour une tarte de 20 cm de diamètre. Préparation : 40 min. Cuisson : 50 min

Faire revenir le jambon et les viandes hachées dans la moitié de l'huile préalablement chauffée. Saler, poivrer, muscader légèrement, et safraner. Faire cuire 2 min, mouiller avec le vin et laisser encore 5 min sur le feu, jusqu'à ce que le vin soit évaporé. Faire étuver les poireaux quelques minutes dans le reste d'huile d'olive en veillant à ce qu'ils ne se désagrègent pas. Saler. Abaisser les trois quarts de la pâte en disque et foncer un moule à tarte beurré de 5 cm de haut environ. Etaler l'appareil à la viande en mouillant si nécessaire avec un peu de vin. Couvrir avec les poireaux et le parmesan. Abaisser le reste de la pâte et la couper en bandelettes que l'on dispose en croisillons sur la garniture. Faire cuire cette tarte au four préchauffé à 190 °C (th. 5) pendant 40 min, jusqu'à ce quelle soit bien dorée.

chaque fois que l'on se met au fourneau pour préparer une soupe aux légumes ; et comme elle nous demande de lui donner un nouveau nom pour la faire aimer des enfants, elle s'appelle, pour nous, la soupe “Marguerite”.

Pour les enfants

Le “mange ta soupe, si tu veux grandir” n'est pas forcément efficace auprès des jeunes. Pour que la soupe ait du succès, il vaut mieux qu'elle soit bonne ; condition nécessaire mais pas toujours suffisante, car à table la bonne foi n'est pas la qualité première des enfants. Que de batailles perdues par les parents aux heures de repas ! En habituant très tôt le bébé à manger des légumes, et en particulier des poireaux, les chances de succès augmentent. En variant la présentation, il est possible de séduire toute la famille. Les soupes peuvent être servies mixées, parfaitement lisses, ou granuleuses avec les petits morceaux provenant des légumes écrasés à la fourchette ou cuits en julienne. En cuisine, c'est comme en amour, il faut surprendre. La recette suivante peut aider à éduquer le palais des jeunes enfants.



Les poireaux ont été oubliés sur le feu. Ils ont été tués à coup de bouillons... En cuisine, c'est comme en amour, il faut être attentif. La soupe “poireaux et pommes de terre” est très simple à faire, trop simple peut-être, elle ne stimule plus assez l'imagination des cuisinières. Marguerite Duras a repensé cette recette qui figure au chapitre “soupes” ; mais elle a aussi écrit un très beau texte, cité au chapitre “annexe”, qui mérite d'être relu

- 1 poireau jeune et tendre
- 1 pomme de terre
- lait
- lait condensé
- beurre, sel.

Un menu non signé. Terreur bien compréhensible du poireau à la vue du chaudron.

Purée de poireau et pomme de terre

Préparation : 10 min. Cuisson : 35 min

Couper le poireau en morceaux. Le faire cuire à l'eau bouillante salée. Ajouter la pomme de terre coupée en morceaux, au bout de 10 min de cuisson. Laisser cuire 20 min. Passer le poireau et la pomme de terre. Ajouter une cuillerée de lait, et une cuillerée à café de lait condensé. Tourner, incorporer le beurre.

Recette pour bébés de Christine Ripault.

Cuit ou cru

Le poireau s'est longtemps consommé cru, comme l'est encore l'oignon - sobrement accompagné d'une tranche de pain frottée de beurre ou de saindoux - dans certaines régions de France.

Des cuisiniers contemporains réutilisent le poireau cru, plutôt comme condiment que comme légume, d'ailleurs ; ainsi Alain Passard* remplace la sauce aux échalotes par un mélange de poireau cru et haché fin, trois tours de moulin de poivre blanc et deux cuillerées à soupe de vinaigre de vin pour accompagner les huîtres crues ; le même prépare son beurre d'escargot en parfumant 125 g de beurre frais à température ambiante avec quatre cuillerées à soupe de blanc de

poireau cru et finement haché, une cuillerée à soupe de chapelure maison et une cuillerée à soupe de persil. Ce nouvel usage ouvre des pistes intéressantes qui sont explorées par des cuisiniers inventifs.

La toilette

Une règle impérative dans la cuisine des légumes : l'utilisation de produits de qualité et de première fraîcheur. Présenté cru ou cuit, le poireau choisi devra respirer la santé. Pour cela, le délai entre l'arrachage et l'apparition dans l'assiette du consommateur devra être bref, c'est à ce prix que les précieuses vitamines seront encore présentes.

La préparation du poireau est chose simple. Avec un couteau, couper les racines et un petit centimètre du fût ; très bien nettoyées, les racines sont parfois utilisées dans des bouillons ; J.-P. Coffe les mélange avec des vermicelles, et Tony Bottella*, grand chef espagnol, les fait cuire avant de s'en servir pour la décoration du plat.

Pour supprimer la partie verte, il suffit de couper un peu au-dessus de l'échancrure de la première feuille. On obtient ainsi un fût blanc argenté, brillant, d'un côté, et vert soutenu de l'autre, en passant par des teintes très tendres.

Ces feuilles engainantes sont un piège pour la terre et le sable. Pour nettoyer facilement cette partie verte, il faut fendre le haut du fût sur quelques centimètres par deux coups de couteau perpendiculaires. Cette toilette intime, pour être minutieuse, ne peut bien se faire qu'à l'eau courante sous le robinet ou alors dans plusieurs eaux, mais sans abandonner les poireaux dans le bain car il y aurait perte de vitamines. Si l'eau est très légè-



rement tiède, les feuilles sont attendries, s'écartent mieux et sont plus faciles à nettoyer.

La cuisson

C'est à partir de ces fûts que la préparation du plat peut commencer. Ils peuvent être cuits tels quels, ou coupés en rondelles, en tronçons, en biseaux, en julienne, et même en bâtonnets fins à la chinoise. Pour que les coupes soient nettes, il faut trancher sur une planche en se servant d'un bon couteau, en tirant vers soi, sans écraser les tronçons.

Il est recommandé de débiter la cuisson "à découvert" afin que les composés soufrés disparaissent. Pour conserver aux poireaux leurs qualités vitaminiques et

minérales ainsi qu'une belle présentation, il convient également de ne pas les cuire trop longtemps ; lorsqu'ils sont sortis de l'eau bouillante, la cuisson continue sous l'action du liquide contenu entre les feuilles ; il faut la stopper en les trempant tout de suite dans de l'eau très fraîche, et même pour leur conserver de la tenue au cours des manipulations futures, il est recommandé d'ajouter quelques glaçons dans l'eau. Bien refroidis, les poireaux ne jaunissent pas.

Après ce bain froid, il est nécessaire de les égoutter à fond. Indispensable le passage prolongé dans la passoire ! Il faut essayer de poser les poireaux presque verticalement sur les bords de la passoire, le blanc vers le haut, et d'exercer avec les doigts de



Le chef espagnol Tony Bottella, de passage au Ritz en mars 1999, cuit les racines de poireaux pour la décoration de ses plats.



petites pressions qui améliorent l'écoulement de l'eau ; il est bon d'avoir recours au papier absorbant ou au torchon pour peaufiner le travail.

Il est très difficile de donner un temps de cuisson très précis, car celui-ci dépend de la grosseur des poireaux et aussi de leur âge ; les jeunes porrettes sont plus tendres, donc plus faciles à cuire, qu'un vétéran ayant subi les rigueurs de l'hiver. 20 minutes dans l'eau bouillante salée doivent suffire ; en autocuiseur, le temps peut être ramené à 7 ou 8 minutes. Les blancs sont plus vite cuits que les feuilles vertes.

Au four à micro-ondes, le poireau reste croquant après 10 minutes de cuisson et, gros avantage, ses couleurs délicates sont préservées. En 20 minutes, le cuit-vapeur donne d'excellents résultats.

Cuits à l'eau ou à la vapeur, les poireaux peuvent faire des entrées variées pour peu qu'on change leur sauce d'accompagnement ; la vinaigrette devient citronnette, et toutes les sauces délicates qui accompagnent les

asperges feront merveilles : sauce à l'avocat ou au roquefort, crème à l'estragon frais, anchoïade...

L'asperge du pauvre devient le "Prince des légumes". Accompagné d'autres légumes, ce timide, ce rustique, joue quand même sa partition, et Hélène Lacas peut affirmer : *"Dans le quatuor des légumes du pot-au-feu, il est comparable à l'alto : s'il n'est pas au premier plan, il est indispensable."*

Le poireau, personnalité officielle, figure sur cette carte téléphonique publicitaire éditée par Maggi.



Le poireau et les flamiches

La Picardie, champ de batailles depuis des siècles, lieu de passage privilégié pour les invasions, détruite à l'arrivée des envahisseurs normands, espagnols ou allemands, martyrisée encore lors du reflux libérateur, devrait pouvoir enfin vivre en paix.

Hélas, elle reste le champ clos de deux grandes querelles certainement éternelles :

- la ficelle picarde : à la crème ou à la béchamel ?
- la flamiche : pâte brisée ou pâte feuilletée ?

Le choix de la pâte de la flamiche divise des villages,

des familles. Plus rarement ces dernières, car chacune est la place forte d'une idée fixe, indiscutable, sectaire : le lieu où habitent les partisans acharnés de l'une des deux pâtes.

Une flamiche pour jour de fête.



La politesse, l'éducation peuvent amener les défenseurs de l'une des deux formules à murmurer lâchement du bout des lèvres, lors d'un repas chez des amis, un : *"ob ! comme ça, c'est bon aussi."* Ne nous leurons pas : au retour, dans l'auto, le clan repu va vivre un grand moment d'émotion, quand l'un de ses membres, après quelques minutes de silence entre deux bâillements, les mains sur le ventre arrondi, va laisser tomber le jugement : *"Ça ne vaut pas celle de maman !"* Un silence, des sourires attendris... Qu'il est doux de se sentir unis dans une même religion, d'être

Pour la cuisine du poireau, il faut toujours avoir à portée de main, une noix de muscade et sa petite râpe. Poireau, muscade : un mariage heureux.

détenteurs d'un secret, du "secret" : celui de la meilleure flamiche.

Flamique - Flamike

Pendant des siècles, le problème du choix entre la pâte feuilletée et la pâte brisée ne s'est pas posé. La flamique, à l'origine, n'est le plus souvent que l'utilisation d'un morceau de pâte lors de la cuisson hebdomadaire du pain. La différence essentielle entre la flamiche et le pain, en dehors de l'épaisseur, provient du mode de cuisson.

Pour cuire du pain, il faut, par un grand feu de bois, chauffer les pierres ou les briques d'un four. Elles jouent le rôle d'accumulateur de chaleur. Quand la température nécessaire est atteinte, les braises et les cendres sont enlevées, et alors seulement la pâte à pain est enfournée.

La flamiche, ainsi que la flammekueche® en Alsace, est mise au four au moment de l'allumage du bois et cuite à la flamme. Ce qui semble être à l'origine de son nom : flamme/flamique (certains linguistes prônaient la filiation Flandres/Flamiche. Cette théorie est maintenant abandonnée). Très tôt, le mot se francise et devient **"flamiche"**. En Picardie, les deux expressions cohabitent encore. A l'écrit on peut trouver **flamique** ou **flamike**, et à l'oral le mot flamique peut être prononcé **flan-mique**. La linguistique n'est pas une science simple !

En 1893, dans son *Petit Glossaire du Patois Picard* de Demuin, Alcius Ledieu opte aussi pour ce sens :

"Flamique : sorte de galette très mince que l'on fait cuire dans le four quand le bois est enflammé ; parfois on la garnit de lardons." Il précise que l'on prononce *"flan-mic"*. La

flamiche devait réclamer beaucoup de soins, puisque cet érudit picardisant, dans ce même glossaire, définit "flamiquer" et "flamicoire" en fonction de la fabrication de ce mets, mais aussi par extension "à s'occuper de choses qui nécessitent des soins très minutieux".

En Italie, il y a deux mille ans.

Tous les peuples du monde ont fabriqué des galettes à base d'eau et de farine. Certains le font encore. Voilà comment Virgile, il y a plus de vingt siècles, décrivait Symilus *"rustique cultivateur d'un petit champ"* préparant son repas avant d'aller travailler.

"Il ouvre alors la porte d'un cellier fermé qui est alors éclairé. Répandu sur le sol se trouvait un maigre tas de blé. Il en puise pour lui autant qu'en contient son récipient soit environ seize livres. Il revient, se tient debout près de la meule et sur une petite tablette fixée au mur et réservée à de semblables usages, il place sa lampe fidèle. Alors il dégage ses deux bras de son vêtement et, ceint d'une peau de chèvre à longs poils, il nettoie avec un goupillon la pierre et l'intérieur du moulin. Puis ses mains se mettent au travail, chacune à son office : la gauche approvisionne l'appareil, la droite le fait fonctionner ; d'un mouvement continu, elle fait tourner le disque de la meule et lui donne de l'élan. Le blé, broyé par le frottement rapide des pierres, s'écoule. De temps en temps, la main gauche succède à sa sœur fatiguée et les rôles sont intervertis... il transporte à la main dans un tamis la farine qui en a coulé et il secoue : les déchets restent dans la partie supérieure ; le blé moulu passe par les trous et se dépose, pur, en dessous. Alors aussitôt Symilus le tasse et fait couler dessus de l'eau tiède, pétrit pour mélanger l'eau à la farine, travaille à la main la pâte qui se durcit et quand elle a absorbé toute l'eau, y incorpore progressivement le sel. Il égalise avec ses paumes la pâte désormais

La "Jane Avril" de Toulouse-Lautrec revisitée par Joëlle Tardieu en hommage à la flamiche. C.P. Santerre Cartophilie.



bien lisse et lui donne une forme circulaire puis y dessine en creux des carrés à intervalles réguliers. Après quoi, il la porte sur le foyer nettoyé et la recouvre de briques sur lesquelles il développe le feu."

Pour agrémenter cette galette et la rendre plus énergétique, il prépare le moretum d'accompagnement. Dans un mortier, il pile quatre têtes d'ail, du persil, de la rue, de la coriandre, des grains de sel, des morceaux de fromage dur. Tout ceci est intimement mélangé grâce à de l'huile d'olive versée goutte à goutte. Le mélange doit être détonant car : *"Souvent l'odeur âcre frappe les narines ouvertes de notre homme et en faisant la grimace, il vitupère contre son repas ; souvent du revers de la main, il essuie ses yeux qui pleurent et, furieux, injurie la fumée innocente."*



En Europe au XVII^e siècle

Pratique très peu différente que Jouvin de Rochefort observa en Irlande et qu'il rapporte dans "Le voyageur d'Europe" publié en 1672 :

"... On y mange une sorte de galette qu'ils appellent "kets" comme en quelque endroit d'Ecosse, qu'ils font cuire sur une platine de fer sous laquelle ils mettent le feu, où étant cuite d'un côté ils la retournent de l'autre, jusqu'à ce qu'elle devienne sèche comme le biscuit. Elle est sans levain et quelquefois si mal cuite qu'une personne qui n'y est pas accoutumée ne peut en manger; bien que servie par tous les cabarets sur les chemins, on ne mange autre pain que ces galettes; aussi n'épargnent-ils point de les couvrir de beurre et de

Des poireaux sur ce magasin de la région de Boulogne-sur-Mer.

fromage fort épais..." De même, Jouvin avait remarqué chez de pauvres paysans italiens :

"...ils font provision de farine pour en faire des galettes qu'ils élèvent toutes droites devant le feu où ils peuvent cuire qu'à demi".

En France, au début du XX^e siècle, les habitudes alimentaires évoluent. Voici le constat de décès que dressait en 1913 la revue culinaire "Le Pot-Au-Feu" :

"Dans toutes les provinces de France, il y a un genre de flamiche, ou plutôt il y avait, car cette préparation d'autrefois est presque inconnue des jeunes générations. Même en pleine campagne, les habitudes et les façons de vivre sont loin d'être ce qu'elles étaient il y a cinquante ans. C'est ainsi que, main-



tenant, même dans les hameaux les plus reculés, bien rares sont les maisons et les fermes où les ménagères s'astreignent à la tâche pénible de pétrir et de cuire le pain. De sorte qu'en laissant s'éteindre les fours, on a oublié la flamiche qui était partout de rigueur les jours de cuisson; la vraie, l'authentique flamiche, doit se cuire à même lâtre du four et à la flamme du sarment..."

Duby et Wallon relèvent aussi dans leur *Histoire de la France rurale* (vol. de 1340 à 1789), ce rapport direct entre la cuisson du pain et celle de la flamiche.

Une flamiche entamée, avec le petit cabochon de pâte qui cache l'ouverture percée dans le couvercle pour l'évaporation.

En France

La référence la plus ancienne du mot flamiche est due à Rutebeuf, le trouvère du XIII^e siècle :

“...Du froment qu'il fera semer me feraz anb'ouan flamiche.”

“...avec du froment qu'il faudra semer, tu me feras une excel-lente flamiche...”

Une autre trace écrite ancienne subsiste dans un texte de 1654 : “Véritable discours d'un logement de gens d'armes en la ville de Ham” de N. le Gras,

“No son chy envoyé por contrewardé HEN. Por quoy, san pu joué, ouvré vo hui en batte, S'apointé à soupé porquatre ouchon gargatte, Se no derchez dé li bien dou et bien moufflez, Quer no venon de loen ; no son bien for maffiez D'allé pu chy pu là conterva chez village, Megnian poulets, capon, vitlo et flamicage.”	“Nous sommes envoyés ici pour garder Ham. En vertu de quoi sans plus tarder, ouvrez vite votre porte, Et préparez à souper pour quatre ou cinq gosiers, Dressez-nous aussi des lits bien doux et bien rembourrés Car nous venons de loin, nous sommes bien fatigués D'aller, ici et là, de village en village, En mangeant poulets, chapons, nouilles et flamiches.”
---	--



En France en 1914

Mais les circonstances peuvent remettre en vogue des procédés archaïques. C'est ainsi qu'Augustin Viseux nous raconte dans “Mineur de fond” sa “flamiche” de 1914 : “Les magasins d'alimentation ouverts dans la ville étaient rares. En partant dès la levée du couvre-feu, vers 6 heures du matin, route de Lille à Lens, nous arrivions parfois, après plusieurs heures de queue devant la boulangerie Yosbergue, à obtenir un morceau de vrai pain. Sinon, tous les blés n'ayant pas été coupés, nous allions dans les champs dérober quelques bottes. Les femmes les battaient au fléau, les gosses les soufflaient à la main. Puis on passait les grains au moulin à café. On en faisait des galettes, cuites sur le couvercle du poêle, des sortes de flamiches dures et noircies par la poudre de café et le son, que nous trempions dans la soupe aux trognons de choux.”

En France en 1945

Un de mes amis se souvient, lui, de la flamiche de son enfance : souvenir plus doux d'une nourriture plus civilisée. Quand sa mère faisait de la pâtisserie, elle n'oubliait pas de donner à chaque enfant un morceau de pâte en lui disant : “Tiens, fais ta flamiche.” Il fallait écraser avec les mains, puis avec un torchon, le pâton sur le dessus en fonte de la cuisinière pour en faire une galette ronde et mince, la retourner plusieurs fois pour que ce soit bien cuit des deux côtés, et à chaud, étaler dessus un peu de beurre qui fondait, puis pour terminer, saupoudrer de sucre cristallisé. Ses yeux brillent et ses mains écartées me montrent une flamiche grande... grande comme une assiette.



La gastronomie évolue... Image publicitaire du chocolat Pissard à Sallanches (Haute-Savoie).

La flamike améliorée

Plus de deux mille ans après Virgile, on trouve toujours le même processus : broyage, tamisage, pétrissage, cuisson. Pendant des siècles, les progrès techniques ont été très lents. La meunerie moderne a rendu inutiles les moulins à vent et à eau ; les pétrins, enfin mécaniques, ont travaillé des farines plus fines ; et lentement aussi, le goût, la finesse du palais ont évolué au cours de ces deux millénaires, et nos papilles modernes auraient beaucoup de mal à supporter le moretum préparé par Symilus. Ces galettes sont universelles. Que ce soient les kets irlandais, les chap-



Ce cuisinier porte un jambon Olida.
Publicité du début du siècle.

patis indiens ou les flamikes picardes, elles assurent pendant des siècles la base de l'alimentation populaire. Ce plat tout simple est modifié au gré de l'imagination et des moyens financiers de chacun. La flamike peut être tartinée de beurre, de saindoux ou de confiture. On peut aussi la garnir des mêmes ingrédients après l'avoir ouverte en deux. L'incorporation de lardons est la recette la plus courante, ce qui donne une occasion supplémentaire de manger du porc et de confirmer le dicton picard : *“Lard au matin, porc le midi, cochon le soir.”* Elle est meilleure si elle est mangée très chaude.

Ajoutez à la flamike un peu de saindoux, donnez-lui la forme d'un pain rond et, cette fois, cuisez au four comme le pain : vous avez le bissalé, autre friandise du terroir picard qui s'appelle aussi, bizette, bistalo ou lauées dans la région d'Abbeville. Leur fabrication est expliquée en picard - et en vers - (chapitre Annexe p. 203) par Robert de Guyencourt. L'usage n'étant plus de faire cuire son pain, la flamike et le bissalé ont presque entièrement disparu des tables picardes, sauf quand l'habitude a été prise de la cuire à la poêle, par exemple à Louvencourt où elle est appelée : *flamike ale payèle*.

Le plus souvent, il s'agit d'un plat lourd, mais qui a le mérite de tenir au corps. Dans son poème qui s'intitule : L'Flanmique, Robert de Guyencourt décrit avec beaucoup d'humour la fabrication d'une de ces galettes. *“Un peu moins lourde que du plomb”*, qui laisse quand même *“ein goût de r' venez-y”*. C'est de la simple pâte à pain au levain, aplatie quatre fois au rouleau, avec un ajout de beurre à chaque passage. Quand la pâte est cuite et dorée, il faut, pendant qu'elle est

Quelle horreur !

Bien que très diverses, les flamiches ne sont pas appréciées de tous, surtout la flamiche aux poireaux. À la fin du siècle dernier, MM. Larive et Fleury dans leur “Dictionnaire français illustré des mots et des choses”, affirmaient que la flamiche était *“une pâtisserie des plus médiocres”* et pire encore Alphonse Karr, pamphlétaire, prétendait sans rire : *“La flamiche ce serait mauvais si on pouvait en manger.”* Il est ainsi prouvé qu'on peut être humoriste sans être gastro-nome. La Picardie, région déjà trop oubliée de nos gouvernants, semblerait être aussi ignorée de Comus, dieu de la gastronomie.

encore bien chaude, la bourrer de beurre et la porter *“vite, su' l' tabe d' vo Député”*. Un autre mets peut engendrer la confusion par son homophonie. Il s'agit de la **flaniche** qui est ainsi décrite dans “Le cuisinier et le médecin” : *“Pâtisserie flamande composée de fromages gras salés légèrement, de beurre, d'œufs, de farine, de lait. Elle se cuit au four. Cet aliment est assez lourd et ne convient ni aux estomacs délicats ni aux personnes en convalescence.”* Que ce soit, la flaniche ou la flamique originelle, ces aliments n'ont rien à voir avec nos flamiches actuelles.



Image publicitaire de la Maison
Amieux.

La poésie picarde qui suit semble, par sa chute, donner raison aux adversaires de la flamiche (ce texte a été recueilli auprès de monsieur Tardieu de Rosières, né en 1910 dans la région de Péronne).

El’flamique. La flamiche

Savez vous chaq' ché qu'el flamique ?

C'est un plat plus qu'antique

Qui nous vient d'nos tayons.

On' fo po d'flamique

Eutte euq'dans no région.

J'ai si ker del' flamique

Que j'n'en ai jamais merci seu.

J'en mangero l'po d'une bique

Sur l'tête d'un teigneux.

Cho qui m'plait dans l'flamique

C'est ch'porion qu'on met e'd'in.

Asin c'est comme l'odeur d'eine bique,

A pu pire eq' du bren.

Savez-vous ce que c'est que la flamiche ?

C'est un plat très ancien

Qui nous vient de nos aïeux.

On ne fait pas de flamiche

Autre part que chez nous.

J'aime tellement la flamiche

Que j'en ai jamais assez.

J'en mangerai un bon morceau

sur la tête d'un teigneux.

Ce qui me plaît dans la flamiche

C'est le poireau qu'on met dedans.

Il a l'odeur de chèvre,

ça pue pire que du bren.

Oh ! le gros mot. Voilà la preuve que la flamiche n'est pas bonne. Un Picard avoue qu'elle a une odeur de merde ; car c'est bien là le sens du mot “bren” si cher à Rabelais. Bien sûr, on ne prendra pas cette affirmation à la lettre. Ce texte est dit au cours ou à la fin d'un repas. Et pour faire rire des Picards, quoi de mieux qu'une histoire scatologique ? Nul doute qu'après ce poème, un invité tendra son assiette en

disant à la maîtresse de maison : “J'en reprendrais bien une louche.”

Voici un autre texte tiré de *Histoire d'un petit homme* de Marie-Robert Halt où la flamiche est encore décriée : “Toutes les attentions de M. Gallais sont pour la tante Aguite et vont même jusqu'à la bassesse. N'a-t-il pas fini par la persuader qu'il adore la flamiche aux poireaux ? Nous savons tous que c'est peu probable. Que la tante en pense ce qu'elle

voudra, jamais le goût de son favori ne s'élèvera jusqu'au sentiment de la flamiche ; il faut être picard, très picard même, pour se lécher les doigts d'un tel plat, et M. Gallais a beau se les lécher, il n'est point picard. Mlle Florence n'en est pas dupe ; elle qui connaît à fond les abominations de la cuisine anglaise, la mint sauce à la menthe vinaigrée et sucrée qui accompagne sur les bonnes tables le gigot d'agneau, le lièvre à la gelée de groseille, et tout le reste de ces extravagances culinaires, trouve ces horreurs délicates auprès de la flamiche. Voilà pourquoi elle sourit en regardant la tante qui pleure au-dessus de son tamis de poireaux bachés, tandis que ses narines se gaussent de l'odeur âcre et piquante qu'ils répandent... La voix de Thérèse les appelle à table. Là, les flamiches parurent dès le premier service. Et M. Gallais s'y attrapa du plus grand courage sous les regards triomphants de la tante Aguite, qui de temps en temps se tournait avec un air de défi vers l'Angleterre dédaigneuse de cette friandise. Et il fit si bien que, pour le récompenser, elle prit la plus large, la plus rebondie, la plus odorante en poireaux, et dit tendrement : Vous l'emporterez ! Je vais la mettre dans votre malle.”



Dans un même texte, médire du poireau, de la flamiche, des Picards et de la cuisine anglaise, voilà qui ressemble à de la provocation ! Pourtant, ces jugements sévères ne font pas l'unanimité. Alain Decaux, qui cite Alphonse Karr dans *Histoire de la Table*, trouve la flamiche délicieuse.

Les légumes font preuve de tolérance. Ils ne sont pas opposés aux mariages mixtes.



Les flamiches sans poireaux

La cuisine, reflet d'une époque, d'une région, d'un milieu social, est un fait sociologique très important. La flamiche n'échappe pas à cette réalité, c'est pourquoi le titre de ce chapitre est au pluriel. Il y a des quantités de flamiches différentes. On sait qu'il n'y a que la sienne qui soit bonne, mais les autres existent néanmoins.

Les garnitures sont différentes suivant les régions. Des enquêtes ont révélé certaines tendances, mais si la flamiche aux oignons se fait plutôt dans le Ponthieu et celle aux poireaux dans le Santerre, toutes les deux se dégustent dans chaque village de Picardie. Certaines recettes ont gardé un nom local bien précis, mais il s'agit plus d'indiquer leur origine que de délimiter leur bassin de fabrication actuel. L'analyse des différents ingrédients met en valeur le savoir-faire des ménagères rurales. "Faire bon" à partir des produits les plus simples et les moins coûteux, tel

Parmentier Antoine Augustin (1737-1813), le célèbre "inventeur" de la pomme de terre.

Page de droite :
Pour ne pas pleurer en épluchant un oignon, il faut le faire sous un filet d'eau. Si c'est l'oignon qui pleure, il

est le pari. Pour cela, il faut utiliser le légume disponible dans le jardin ou le moins onéreux sur le marché, et surtout, dans tous les cas, "ne pas laisser perdre". On trouve donc la flamiche aux pommes de terre, à la citrouille ou au potiron, et la très répandue flamiche aux oignons du Ponthieu. Pour compliquer le tout, on peut trouver plusieurs légumes dans la même flamiche. C'est ainsi que dans la recette de Sancourt (Somme), il y a des poireaux et du potiron. L'avesnoise utilise le maroilles, le célèbre fromage régional, et à Pœuilly on mange la flamiche au boudin. Dans une même maison, deux flamiches différentes peuvent cohabiter. Duby et Wallon, dans leur livre déjà cité, notent ce fait : *"Quant à Barbe Ferlet, les jours de cuisson du pain (deux jours par semaine) elle fabrique des tartes aux épinards pour sa famille, et aux poireaux pour le personnel."* Il reste à espérer que maîtres et employés ne mangeaient pas à la même table. Un inventaire succinct des différentes flamiches met en valeur la diversité des garnitures et des présentations.

n'y a rien à faire. C.P. Henry Rox.

Flamiche aux pommes de terre

Dans un plat en terre abondamment beurré, disposer une couche de fines rondelles d'oignons, des tranches de lard, et terminer par une couche de rondelles de pommes de terre. Mettre au four.

C'est une recette où il n'est question ni de tourtière ni de pâte, mais qui s'appelle néanmoins "flamiche" dans quelques villages picards. Un peu de crème et une couche de fromage râpé, et ce plat ressemble au gratin dauphinois. Il y a des constantes dans les cuisines de terroir.

Flamiche à la citrouille

Couper en dés 500 g de citrouille. Les laisser "pleurer" quelques heures dans une passoire. Dans un faitout, mettre un morceau de beurre. Faire fondre doucement. Ajouter le potiron et un oignon coupé en fines rondelles. Laisser cuire doucement à l'étuvée. Si le potiron "attache", ajouter un filet d'eau. Terminer la cuisson à découvert pour éliminer le plus possible de liquide. Ajouter un œuf et une noix de beurre. Saler, poivrer. Ecraser le mélange potiron-oignon. Laisser refroidir. Foncer la tourtière avec une abaisse de pâte feuilletée. Garnir avec la préparation et recouvrir avec une autre abaisse de pâte. Bien souder les bords. Dorer le dessus avec un jaune d'œuf mêlé à un peu de lait. Faire cuire à four modéré.



Flamiche aux oignons

Éplucher les oignons. Les couper en petits morceaux de 1,5 à 2 cm. Les passer à l'eau, les égoutter. Saler, poivrer. Les étendre sur la pâte. Placer çà et là quelques morceaux de beurre. Faire cuire. Cette recette est publiée dans la revue "Notre Picardie" de 1908. Comme souvent à cette époque, beaucoup d'imprécisions quant aux quantités et aux temps de cuisson. Il faut 1,5 kg d'oignons épluchés et émincés. Les faire suer dans le beurre. Éviter de les colorer. Garnir la tourtière et mettre au four 30 min après avoir recouvert d'une abaisse de pâte. Un apport de crème fraîche, de beurre et d'œufs donnera du moelleux et du goût à ce mets.

500 g de pâte Brisée
200 g de poitrine de porc salée ou de jambon
800 g d'endives
25 cl de crème fraîche
2 œufs et 2 jaunes
100 g de gruyère
sel, poivre.

Flamiche aux endives

Pour 6 personnes. Préparation : 30 min. Cuisson : 30 min

Couper la poitrine ou le jambon en dés, les faire sauter au beurre. Les réserver dans un saladier.
Laver et émincer les endives. Les faire étuver dans le fond de cuisson des lardons. Les ajouter dans le saladier. Battre ensemble les œufs, les jaunes d'œufs et la crème. Verser la liaison sur les endives. Ajouter le gruyère râpé, du sel, du poivre, et mélanger.
Abaisser la pâte, la disposer dans un moule. Y verser la garniture.
Faire cuire au four 25 minutes (à 180 °C)
Recette du Recueil de la gastronomie des Flandres et d'Artois de Liégeois et Verraest, édité par Delta 2000.

500 g de pâte Brisée
600 g de carottes
100 g de beurre
125 g de jambon cuit ou cru
200 g d'oignons
80 g de gruyère râpé
3 dl de crème épaisse
2 œufs
1 c à café de sucre
sel, poivre, noix de muscade, quatre-épices.



Dans les hortillonages, tout se fait sur l'eau, y compris le transport du fumier.

Flamiche des hortillons

Pour 6 personnes. Préparation : 40 min. Cuisson : 30 min

Eplucher, émincer et faire revenir doucement les oignons dans 20 g de beurre. Peler et laver les carottes. Les couper en fines rondelles. Les mettre à cuire juste couvertes d'eau, avec sel et sucre, et 60 g de beurre. Laisser complètement évaporer l'eau.
Couper le jambon en dés, les faire rissoler à la poêle dans le reste du beurre.
Battre les œufs en omelette et les mélanger avec les oignons, les carottes, le jambon, le gruyère, la crème, sel, poivre, et une pincée de chaque épice.
Étendre la moitié de la pâte. Foncer une tourtière de 26 cm de diamètre, laisser dépasser les bords de 1 à 2 cm. Piquer le fond à la fourchette. Garnir avec l'appareil. Rabattre les bords et les mouiller avec un pinceau. Abaisser le reste de pâte et en couvrir la garniture. Pincer pour souder les bords. Façonner une cheminée au centre avec un petit carton roulé.
Cuire à four chaud. Servir de suite.

Les flamiches avec poireaux

Si la flamiche a ses détracteurs, elle a aussi ses chauds partisans. Les enfants de chœur de certains petits villages picards n'hésitaient pas à chanter :

Lève-toi, petit chrétien
Lève-toi, c'est pour ton bien
Prends tes habits
Quitte ton lit
C'est pour l'amour de Jésus-Christ
Clic-clic
Eine boenne pièche ed flamique
Un bon morceau de flamiche
Clac-clac
Einne boenne pièche ed tarte.
Un bon morceau de tarte.



Néanmoins, deux dictons picards classent la flamiche dans la catégorie des plats dispendieux dont on ne doit pas abuser si l'on veut bien gérer le budget familial :

Pin ter, Pain tendre,
Bou ver, Bois vert,
Flamique à poèrions : Flamiche aux poireaux :
Ele rubina-syon dèle mazon. la ruine de la maison.

et sa variante plus misogyne :

Jone fame, Jeune femme,
Pin ter, Pain tendre,
Bou ver, Bois vert,
Flamique à poèrions : Flamiche aux poireaux :
Ele rubina-syon dèle mazon. la ruine de la maison.

La flamiche aux poireaux est surtout mangée les jours maigres. Dans les villages, pour pallier l'absence de poissonnier, il est de tradition de faire une flamiche le Vendredi saint. Cet usage est illustré par la chanson de veillée de Pont-de-Metz, datant de 1830, recueillie par H. Vasse et R. Debrrie :

Lectio manche à balai
Lundi du bouilli
Mardi du rôti
Mercredi del soupe à l'oignon
Jeudi du mouton
Vendredi del tarte à poirion
Samedi du poisson
Dimanche au matin del saucisse,
ed l'andouille et pis couère du boudin.

Colette la sensuelle, Colette qui aime les choses authentiques, apprécie la flamiche et la cite dans Sido : *“Deux sauvages aux pieds légers, osseux, sans chair superflue, frugaux comme leurs parents, et qui préféraient aux viandes le pain bis, le fromage dur, la salade, l’œuf frais, la tarte aux poireaux ou à la citrouille - sobres et vertueux - de vrais sauvages.”*

Ce compliment, elle le renouvelle dans Belles Saisons : *...j’aurai toujours un mot d’éloge sur la tarte aux poireaux, le gâteau à la citrouille... confiés au four du boulanger.*

La première des recettes citées sera celle de Bouchavesnes (80), car avec sa pâte à pain (qu'on peut demander à son boulanger) et son rajout de lard fumé, c'est elle qui est la plus proche de l'antique flamique.

- 500 g de pâte à pain
- 100 g de beurre
- 6 tranches de lard de poitrine fumée de 2 millimètres environ
- 1 kg de blancs de poireaux émincés
- sel, poivre et muscade.

Flamiche de Bouchavesnes

Pour 6 personnes. Préparation : 30 min. Cuisson : 1 h

Pétrir la pâte à pain pendant une dizaine de minutes en lui incorporant 50 g de beurre. La mettre dans une terrine après l'avoir farinée, couvrir d'un torchon et laisser lever à l'abri des courants d'air pendant 2 h.

Pendant ce temps, cuire doucement au beurre les poireaux émincés. Pétrir à nouveau la pâte levée, puis au bout de quelques minutes de repos, l'étendre au rouleau de façon à obtenir un cercle de 1,5 cm d'épaisseur.

Disposer au centre de ce cercle les tranches de lard de poitrine fumée. Les recouvrir des poireaux étuvés. Assaisonner de très peu de sel, de poivre blanc moulu et d'une pointe de muscade.

Rabattre jusqu'au centre les bords de la pâte, de façon à recouvrir complètement la garniture de lard et de poireaux. Avec les doigts mouillés, il faut pincer les épaisseurs de pâte de façon à les souder. Aplatir avec les paumes de main la galette ainsi formée, attention de ne pas crever la pâte, et laisser de nouveau lever 1 h.

Préchauffer le four et cuire 1 h ; on peut badigeonner le dessus avec du jaune d'œuf délayé dans un peu de lait.



- 2 abaisses de pâte feuilletée pour une tourtière de 28 cm
- 500 g de blancs de poireaux finement émincés
- 250 g de potiron coupé en dés
- 2 œufs
- 1 cs de farine
- sel, poivre et muscade.

Flamiche aux poireaux et potiron

Pour 6 personnes. Préparation : 30 min. Cuisson : 30 min

La veille, préparer les poireaux et le potiron. Les laisser “pleurer” séparément toute la nuit, chacun dans une passoire. Prévoir une assiette creuse sous chacune d'elles, car si les légumes sont frais ils vont “rendre” beaucoup de jus.

Le lendemain, foncer la tourtière avec une abaisse de pâte. Mélanger intimement poireaux, citrouille, œufs et farine. Saler, poivrer, muscader. Garnir la tourtière de ce mélange ; recouvrir avec la deuxième abaisse de pâte. Bien souder. Piquer de cinq coups de fourchette et mettre au four (240-250 °C) pendant 30 min.

Recette de M. Albert Arrasse, boulanger à Sancourt (Somme).

La recette de la flamiche aux poireaux et potiron en carte postale.
Edition : Promotion du Poireau Picard.

- 300 g de pâte brisée
- 250 g de maroilles
- 40 g de beurre plus 10 g pour le moule
- 20 cl de crème fraîche
- 30 g de farine
- 2 endives
- 3 poireaux
- 3 jaunes d'œufs
- 50 g de farine
- sel, poivre du moulin.

Flamiche des Flandres

Pour 6 personnes. Préparation 1 h. Cuisson : 25 min

Passer rapidement les endives à l'eau courante, les essuyer, ôter un petit cône de 2,5 cm à la base, c'est là que se concentre toute leur amertume. Nettoyer les poireaux. Retirer la moitié du vert, les laver, les égoutter, puis les émincer, ainsi que les endives.

Faire chauffer 40 g de beurre dans une casserole, y mettre les poireaux et les endives, saler, poivrer, puis laisser fondre doucement 10 min. Préchauffer le four sur thermostat 7 (210 °C) et beurrer un moule à tarte. Étaler la pâte sur une épaisseur de 3 mm. En garnir le moule en la faisant bien adhérer.

Mélanger la crème fraîche et les jaunes d'œufs. Tailler ensuite le maroilles en fines tranches, en tapisser le fond de tarte. Etaler par-dessus poireaux et endives émincés. Répartir ensuite sur l'ensemble le mélange de crème fraîche et de jaunes d'œufs. Enfourner la flamiche. Laisser cuire cette tarte des Flandres pendant 25 min. Lorsqu'elle est cuite, la sortir du four et la servir bien brûlante.

- 250 g de pâte brisée
- 1 kg de poireaux
- 800 g d'anguille fraîche coupée en petits dés
- 400 g de crème fraîche épaisse
- 6 œufs entiers
- sel, poivre, muscade
- 1 belle échalote
- 150 g de gruyère râpé
- 150 g de beurre.

Flamiche aux poireaux et aux anguilles

Pour 8 personnes. Préparation : 30 min. Cuisson : 30 min

Foncer la pâte dans un moule de 32 cm de diamètre. La faire précuire recouverte de haricots secs 15 min à four 180 °C.

Pendant ce temps, faire “suer” les poireaux émincés au beurre 10 bonnes min et rissoler les petits dés d'anguille avec l'échalote hachée finement également 10 min.

Disposer dans le fond de tarte, les poireaux et les dés d'anguille, puis ajouter la crème fraîche fouettée avec les œufs entiers, sel, poivre, muscade, et pour finir le gruyère râpé.

Cuire au four 30 min à 180 °C. Servir très chaud.

Maurice Happart - Restaurant : La Côte d'Opale. Le Touquet.



- 350 g de pâte brisée
- 1 kg de blancs de poireaux coupés en rondelles fines
- 3/4 de l de crème
- 6 œufs
- 200 g de jambon cru coupé en dés
- 100 g de fromage râpé
- sel, poivre et muscade.

Flamiche beauvaisienne

Pour 6 personnes. Préparation : 40 min. Cuisson : 30 min

Foncer une tourtière avec toute la pâte, car cette flamiche n'aura pas de couvercle. Prévoir un léger gonflement de la garniture.

Faire étuver les rondelles de poireaux dans une casserole avec 50 g de beurre. Bien les ramollir sans qu'ils attachent (on peut ajouter une cuillère à soupe d'eau).

Passer les dés de jambon quelques minutes à la poêle dans du beurre. Battre ensemble la crème, les œufs, du sel, du poivre et un peu de muscade.

Répartir les dés de jambon sur la pâte, puis verser la garniture. Saupoudrer de fromage râpé et de quelques lamelles de beurre. Mettre à cuire une 30 min à four moyen. Servir chaud.

Le jambon et la garniture peuvent être cuits directement à la poêle sans fond de pâte ; et ça s'appelle quand même une flamiche. Allez comprendre !

Livret de publicité pour les plats préparés de la maison Olida. Déjà en ce début de siècle, une liste impressionnante !

500 g de poireaux épluchés
100 g de beurre
3 à 4 cs d'eau environ
sel, poivre,
150 g de crème fraîche
500 g de pâte feuilletée
1 jaune d'œuf dilué avec une goutte
d'eau.



Le logo du restaurant "La Flamiche" à Roye (Somme).

Flamiche aux poireaux du restaurant "La Flamiche" de Roye

Émincer finement les poireaux en utilisant tout le blanc et une partie du vert seulement. Dans un faitout, faire étuver les poireaux dans la moitié du beurre indiqué, ajouter le reste par petites quantités au cours de la cuisson. Mouiller avec l'eau indiquée pour faire "tomber" les poireaux. Cuire doucement à couvert sans colorer jusqu'à ce que le poireau soit très fondu et le liquide absorbé. Ajouter la crème et assaisonner fortement.

Partager la pâte en deux pâtons. Sur une plaque humide, étendre le premier pâton en abaisse ronde. Mettre la préparation de poireau en boule, au milieu, en réservant un bord de 3 cm tout autour, sur lequel on passera le pinceau mouillé d'eau. Appliquer le second pâton abaissé de la même manière que le premier en le pressant avec tous les doigts sur tout le tour de la partie mouillée pour bien sceller entre elles les deux abaisses de pâte. Dorer au pinceau la surface du feuilletage avec l'œuf dilué, puis avec la pointe du couteau, quadriller la surface. Mettre la flamiche à four chaud : 210-220 °C pendant 10 min, puis diminuer l'intensité du four à 165-170 °C environ. Le temps de cuisson total étant de 30 à 35 min environ. La surface du feuilletage doit être bien dorée.

Marie-Christine Borck-Klopp - Restaurant "La Flamiche" à Roye.



Deux produits picards dans ce restaurant étoilé de Roye (80) : le poireau et le canard, (illustration du Dr. Cacheux).



750 g de pâte feuilletée
1 kg de blancs de poireaux coupés en
tronçons de 4 cm
Sauce :
1/4 de l de bouillon de viande (on peut
le préparer avec un sachet)
15 g de farine
1 œuf + 1 jaune
1 dl de crème épaisse
sel, poivre, muscade
1 jaune d'œuf pour dorer.

Certaines ménagères n'aimant pas utiliser les
bouillons de viande du commerce mettent volontaire-
ment un excès de poireaux lorsqu'elles cuisinent un

Buvard publicitaire Maggi.

Flamiche au bouillon de viande

Préparation et cuisson : 1 h 20

Cuire les tronçons de poireaux à l'eau salée pendant 30 min. Les égoutter en les pressant légèrement. Les faire étuver au beurre quelques minutes à découvert jusqu'à ce que l'eau soit évaporée.

Dans un bol, mettre la farine, verser lentement le bouillon en tournant avec une cuillère pour obtenir une espèce de velouté qu'il faut mélanger avec les poireaux. Continuer la cuisson 10 min.

Battre les œufs et la crème, et hors du feu les mélanger aux poireaux. Ajouter le poivre, la muscade et rectifier l'assaisonnement. Faire deux abaisses de pâte de 3 mm d'épaisseur.

Foncer une tourtière avec une partie de la pâte, piquer le fond à la fourchette et verser la garniture.

Couvrir avec un disque de pâte et souder les bords. Rayer le dessus à la fourchette. Badigeonner avec l'œuf battu. Faire cuire à four chaud 35 min. Servir chaud.

pot-au-feu. Elles se servent de ce superflu dans la
flamiche qu'elles confectionnent le lendemain.

250 g de farine
125 g de beurre
7 œufs
3 poireaux
crème fraîche
300 g de rollot
sel, poivre et muscade
salade verte.

Flamiche à la noyonnaise

Pour 6 personnes. Préparation : 30 min. Cuisson 45 min

Faire une pâte brisée avec farine, beurre, deux œufs et 3 g de sel. Prendre les poireaux lavés, les émincer finement et les faire “suer” au beurre. Mélanger 500 g de crème liquide, cinq œufs, sel, poivre, muscade, et y mettre les poireaux avec la crème. Étaler la pâte et mouler dans une tourtière. Couper 250 à 300 g de fromage de Rollot. Disposer sur la pâte. Verser dessus le mélange crème-poireaux. Cuire 45 min à 180 °C. Servir chaud avec une salade.

Cette recette de Jean-Guy Paternotte du restaurant “Dame Journe” de Noyon (60) peut se faire également en remplaçant le rollot (fromage picard) par la

lichette (fromage fabriqué au restaurant “Dame Journe”). Dans les deux cas, cette recette est 100 % picarde.

250 g de pâte brisée
1 kg de poireaux
3 tasses de crème fraîche
1 tasse de Roquefort
3 œufs
sel, poivre.

La flamiche au roquefort

Pour 6 personnes. Préparation : 30 min. Cuisson : 30 min

Emincer très finement les poireaux et les mettre dans un poêle avec un peu d’huile d’olive. Couvrir et faire fondre doucement. Lorsque les poireaux sont devenus brillants, saler et poivrer. Dans un bol, mélanger avec une fourchette la crème fraîche et le roquefort. Verser ce mélange sur les poireaux. Bien mélanger. Etaler la pâte au fond d’un moule à tarte beurré. Piquer le fond avec les dents d’une fourchette. Verser par-dessus la préparation et faire cuire à four thermostat 6-7 environ 30 min. La flamiche chaude ou froide s’accompagne très bien d’une salade. L’ami des jardins.

À lire toutes ces recettes des inquiétudes doivent naître : et mon poids ? et ma ligne ? La société Weight

Watchers y a pensé et a concocté une recette pour ses adeptes que nous appellerons : Flamiche taille fine.

250 g de pâte brisée non étalée
600 g de blancs de poireaux
2 œufs
8 cc de crème fraîche allégée
sel, poivre.

Flamiche aux poireaux taille fine ou allégée

Pour 4 personnes. Préparation : 15 min. Cuisson : 55 min

Ouvrir en partie les blancs de poireaux pour mieux les laver. Bien les essorer. Les couper en tronçons. Les faire cuire à feu doux dans une poêle antiadhésive. Les poireaux étant cuits (ils doivent rester légèrement croquants), les égoutter s’il reste du liquide. Étaler la moitié de la pâte sur la tourtière. Y répartir les poireaux. Battre les œufs avec la crème. Saler, poivrer. Verser ce mélange sur les poireaux. Recouvrir de l’autre moitié de pâte. Faire une cheminée avec un petit carton souple (genre carte de visite). Cuire au four préchauffé th. 6 (180 °C), 45 min environ. Servir bien chaud.

Cette recette est parue dans “Les plus grands succès de Weight Watchers” de 1996. Elle n’apporte que 40 kcal par personne.



Des fromages de qualité étaient fabriqués par la famille Censier. Le plus renommé étant le rollot.



La recette suivante donne au poireau le rôle-vedette. Elle lui conserve toute son authenticité. La saveur et l'odeur ne sont pas étouffées par des ingrédients dominateurs. Une recette à faire lentement, à déguster en jouissant de chaque bouchée. Elle sera accompagnée avantageusement par un vin blanc tel que le ménetou-salon ou un rouge léger, un saumur-champigny par exemple.



Flamiche de la Saint-Florent

Pour 6 personnes. Préparation : 45 min. Cuisson : 30 min

Eplucher les poireaux, en gardant un peu de vert. Les laver, les fendre en deux dans le sens de la longueur. Les couper en morceaux de 1 cm. Faire fondre le beurre dans une large poêle, y faire revenir longuement et très doucement les poireaux, en remuant souvent. (Cuisson environ 20 à 25 min à feu doux.) En fin de cuisson, ajouter la crème fraîche, remuer pour bien imprégner les poireaux, continuer jusqu'à évaporation du liquide. Saler, poivrer.

Foncer la tourtière d'un peu plus de la moitié de la pâte, étaler la garniture, recouvrir du restant de la pâte, souder soigneusement les bords avec un peu d'eau. Faire un trou de la taille d'une pièce de 5 centimes au centre. Dorer au jaune d'œuf.

Cuire à thermostat 6, 30 min dans un four préchauffé. Servez chaud.

Recette Éric Jacquy, 80700 La Chavatte

La Tahitienne de Gauguin revisitée
par Joëlle Tardieu en l'honneur de la
flamiche. Éd. Santerre Cartophilie.

La flamiche s'adapte facilement à toutes les circonstances de la vie familiale. Des difficultés financières en fin de mois ? une part de flamiche après un bol de soupe, et le repas du soir est terminé ! et si parmi les convives il s'en trouve un à l'estomac plus exigeant, il suffit de tremper quelques tranches de pain dans la soupe et de faire une flamiche avec une pâte plus épaisse, avec un gros "trottoir". Du roboratif par excellence.

Un dimanche de fête ? des invités à honorer ? une flamiche plus riche, plus fine, fera l'affaire, mais l'occasion exige une couverture décorée ; de petites incisions dans la pâte ou, mieux, des petites bandelettes de pâte disposées en losanges font de cette galette une lune dorée prisonnière des rets de Spiderman. Un décor composé d'éléments découpés dans de la pâte

(feuilles, pétales) partant de la cheminée centrale et rayonnant vers le bord peut, par sa régularité, faciliter le partage de la flamiche par le "géomètre" de service. On peut aussi écrire le prénom ou l'âge de l'invité. La décoration est un moyen de faire participer les enfants à ce plat de fête. Il faut beaucoup de patience pour rouler avec des petits doigts des dizaines de petites boules, éléments du décor, mais la récompense suprême n'est-elle pas de manger les chutes de pâte et la grande fierté d'avoir participé à la fabrication du chef-d'œuvre et de recevoir sa part des applaudissements.

Pour terminer par un sourire, voici la recette d'el Flamike telle que la préconisait la revue Picardie au début du siècle.

Flamiche en picard

Pour 6 matcheus. Du travail pindant 30 min. Tchuire à ch'four 30 min itou

Y feu éplutcher, laver sous ch'robinet, keuper en tchots morcieux eine botte ed porions. Mette à tchuire den eune castrol avu un mollé ed'bure, du poif, du sé pi eune tchotte goutte d'ieu.

Fouère tchuire tout duchemin. Quin ché finite, o metté padsus troè boennes tchuillères ed frine pi o touillé avu un mollé d'lait et pi d'ieu por qu'ça rattache pas et qu'ça fuche pas intoquant. Tchuire encore eune dizaine ed' minutes en touillant. Y feu garnir el flanière avuc el moitié del pâte, pad'sus o metté ché poirions pi cor pad'sus un couverc avec el reste del pâte. Un tchot coup d'jaune d'œuf pourqu'ça fuche brillant, doré.

Met' à tchuire ed'dan ch'four ko pindint eune tchote demi heure. Por qu'ça coinch' pas din s'gargate, por pas s'intotcher i feut boère ein bon tchout coup, pas d'l'ieu bien sur !



Carte postale éditée par la margarine Astra. Recette du "Potage Parmentier". En fait, une soupe "poireaux-pommes de terre" avec lait et jaunes d'œufs.



À vos fourneaux !

*Les soupes
Les entrées froides
Les entrées chaudes
Le poireau accompagnement
Le poireau et la mer
Le poireau en compagnie de...
Tartes, tourtes et quiches
Repas complets
Le pain*

Carte postale des éditions Bergeret 1906. Pot-au-feu d'un goût douteux.



Une ronde

J'ai l'honneur de monter la garde pour une heure de faction
(bis)

La garde est montée, la soupe est trempée
Changez de femme ou prenez le balai !

Très amusante cette ronde ! Des couples de filles et de garçons se tenant par le bras décrivent en chantant un large cercle autour d'un joueur tenant un balai. A un moment qu'il juge opportun, celui-ci jette le balai par terre ; à ce signal, tous les garçons doivent obligatoirement changer de cavalière. Le meneur de jeu profite du tohu-bohu ainsi créé pour choisir une partenaire.

Carte postale des éditions J.K., 1909.
Il s'agit d'une série avec vers de mirilton. Coll. G.J.

Les soupes

Soupe “Marguerite Duras”

Soupe “Claude Monet”

Irlandaise
poireaux-pommes de terre

Soupe vichyssoise

Soupe aux châtaignes
et aux deux lardons

Soupe de poireaux à la bière

Soupe des hortillons

Soupe de poule aux poireaux

Soupe aux huîtres et aux poireaux

Un garçon se trouve donc esseulé, il prend le balai, et le jeu recommence. Ah ! les soirs d'été de l'enfance... Une chose, cependant, me troublait : comment faire pour tremper la soupe alors que c'est un liquide ? Il m'a fallu attendre plusieurs années pour apprendre que le mot soupe ou souppe désignait initialement la tranche de pain que l'on mettait dans l'assiette et que l'on recouvrait de bouillon. Elle pouvait être nature, un bon moyen d'écouler le pain rassis, grillée, recouverte de fromage râpé ou imbibée de quelques gouttes d'huile d'olive comme dans l'aïgo boulido*. Ce sens primitif est aujourd'hui abandonné. Seule me



revient en mémoire l'expression “trempé comme des soupes”, lorsque les petits enfants rentrent de l'école sous la pluie.

Une cuisine sommaire

La ménagère rurale a de multiples tâches : ménage, vaisselle, lessive, jardinage et soins à apporter aux gens et aux bêtes. La cuisine ne doit pas être dévoreuse de temps. Les légumes épluchés et lavés sont mis dans un chaudron plein d'eau, abandonnés dans un coin de l'âtre ou sur le bord de la cuisinière. On les retrouvera après la traite des vaches ou à la fin de la lessive. Un petit morceau de porc, lard ou os tient lieu de parfum et permet de voir flotter en surface quelques yeux de graisses. Dans la pauvre Ardèche du début du siècle, quand le jambon séché avait été mangé, l'os servait au propriétaire, charité bien ordon-



née... à faire une bonne soupe. Puis, dès le lendemain commençait pour l'os une longue pérégrination. Il faisait tous les chaudrons du village. Les derniers utilisateurs devaient en tirer seulement un vague parfum, mais aussi un sentiment de solidarité et d'amitié.

Restaurant*

La soupe, ou plutôt les soupes, sont pendant des siècles, avec le pain, la base de l'alimentation. Elles varient selon les régions ; la soupe du pêcheur boulonnais diffère totalement de la potée du paysan auvergnat. Dans tous les cas, mangée après une journée de travail, elle doit revigorer l'ouvrier fatigué. Ceci à moindres frais, en utilisant les ressources du jardin ou de l'environnement immédiat. Actuellement, le potage n'est plus le plat unique qui tous les jours doit remplir les estomacs. Mieux équi-

pée, la ménagère peut faire meilleur en économisant du temps. La soupe est pensée, préparée avec minutie, sa cuisson est surveillée. Elle n'est plus seulement utilitaire. C'est l'entrée parfumée du repas. Néanmoins, elle garde toujours l'image d'aliment de classe laborieuse, ou pire encore de nourriture de paysan. Il y a ségrégation. La sémantique ne s'y trompe pas : tout en bas de l'échelle sociale, on va à l'enterrement d'un ami et on mange une assiette de soupe ; un peu plus haut, on déguste une tasse de consommé et on assiste aux obsèques d'une personnalité. La soupe, comme tous les plats mijotés, est un ciment pour la famille, pour le cercle des amis. Une simple odeur, et la famille Pasquier de Georges Duhamel se

réunit autour de la table plus vite qu'une compagnie répondant à l'appel du clairon sonnait au “drapeau”. *“Maintenant, murmura notre mère, je vais tremper la soupe. L'odeur insidieuse du poireau se répandait, soudain plus hardie, dans les chambres et l'escalier, et cet appel muet rallia toute la famille.”* Un appel parfumé très efficace.

Les poireaux et les pommes de terre sont économiques et disponibles toute l'année. Ils sont utilisés pour l'élaboration de la classique parmi les classiques : la soupe aux poireaux et aux pommes de terre. Un plat aussi simple permet cependant des variantes. Il a su inspirer Marguerite Duras et Claude Monet.

Soupe “Marguerite Duras “

Pour 4 personnes. Préparation : 20 min. Cuisson : 20 min

Après avoir épluché les pommes de terre, les couper en dés (choisir une variété pour la soupe, Bintje par exemple). Les mettre dans de l'eau froide. Quand l'eau bout, y plonger les poireaux. Saler, poivrer. Cuire 20 min. Servir en ajoutant dans chaque assiette un peu de crème fraîche.

Soupe de Claude Monet

Pour 4 personnes. Préparation : 20 min. Cuisson : 45 min + 20 min

Faire revenir les rondelles de poireaux dans le beurre chaud. Lorsqu'elles sont bien revenues, les mouiller avec un bon litre d'eau chaude salée. Laisser cuire à petits bouillons pendant 45 min. Ajouter quatre pommes de terre coupées en morceaux. Servir au bout de 20 min. Mettre une noix de beurre dans la soupière.

1 kg de pommes de terre
2 blancs de poireaux émincés
50 g de beurre ou de crème fraîche
croûtons, huile, sel, poivre.

5 ou 6 blancs de poireaux coupés en rondelles
50 g de beurre
4 belles pommes de terre.

N'en déplaise à Marguerite Duras, la recette de Monet est meilleure ; les proportions poireaux-pommes de terre sont plus équilibrées, et faire revenir les poireaux dans le beurre apporte un supplément de goût certain ; par contre, le temps de cuisson, 45 min plus 20 min, est trop long ; à chacun d'adapter.

Parmi les nombreuses recettes de la soupe “poireaux et pommes de terre”, celle-ci, toute simple, donne des résultats satisfaisants : quatre pommes de terre cuisent dans un peu d'eau salée. Pendant ce temps les poireaux émincés fondent dans une cocotte avec un peu de beurre. Les pommes de terre cuites sont versées, avec leur eau de cuisson, sur les poireaux. Il faut laisser mijoter 6 min, puis mixer. Enfantin ! ne pas oublier de mettre une partie du vert des feuilles, pour la couleur et pour les vitamines.

4 oignons émincés
3 poireaux émincés
3 gousses d'ail
750 g de pommes de terre coupées en dés
70 g de beurre
1 poignée de flocons d'avoine
1/2 l de bouillon de volaille
1/2 l de lait
sel, poivre et muscade.

Irlandaise de poireaux-pommes de terre

Pour 6 personnes. Préparation : 25 min. Cuisson : 30 min

Dans un faitout, faire revenir, sans colorer, les rondelles d'oignons et les poireaux émincés dans le beurre fondu. Y ajouter les cubes de pommes de terre. Dès qu'ils sont dorés, incorporer les gousses d'ail écrasées et ajouter les flocons d'avoine. Les laisser cuire 1 ou 2 min. Ajouter le bouillon et le lait. Amener à ébullition et réduire la chaleur. Le liquide ne doit que “sourire”. Après 30 min, le bouillon aura épaissi et les légumes seront cuits. Saler, poivrer, muscader à votre goût. Cette soupe avec des ingrédients classiques ne ressemble pas aux autres compositions “poireaux-pommes de terre”. Les flocons d'avoine, le lait en font déjà un plat “exotique”.



Encore une soupe où se retrouvent poireaux et pommes de terre. Elle se sert glacée et présente donc l'avantage de pouvoir se préparer la veille. Très prisée en Angleterre, elle s'est trouvée, en 1940, mêlée à l'histoire de la lutte contre les Allemands. Impensable de manger à Londres, pendant la Seconde Guerre mondiale, une soupe qui se réfère à Vichy, symbole de la “collaboration” avec l'ennemi ! Shocking ! elle est débaptisée, et l'humour anglais, à l'aide du néologisme “gaulloise”, parvient à lui conserver ses racines gauloises, tout en lui donnant grâce au “l” doublé un brevet de Résistance, une soupe gaulliste en quelque sorte. Un potage qui aurait répondu “Présent” à l'appel du 18 juin. Avec la fin des hostilités, la soupe vichyssoise a repris son nom et sa place dans les menus. Amnistie.



- 4 blancs de beaux poireaux
- 1 oignon
- 6 pommes de terre
- 60 g de beurre
- sel et poivre blanc
- 1 l de bouillon de poulet
- 1/2 l de lait chaud
- 1/2 l de crème liquide
- 1/4 l de crème double
- ciboulette.

Soupe vichyssoise ou crème gaulloise

Pour 4 ou 5 personnes. Préparation : 30 min. Cuisson : 30 min

Emincer finement les blancs de poireaux. Hacher l'oignon en petits morceaux. Faire revenir oignon et poireaux dans le beurre chaud jusqu'à ce qu'ils soient tendres, mais toujours blancs. Mouiller avec le bouillon de poulet, ajouter les pommes de terre en morceaux et laisser cuire. Saler, poivrer, mixer très finement. Verser la soupe dans la casserole, avec le lait et la crème liquide, sans cesser de tourner. Porter à ébullition. Vérifier l'assaisonnement, retirer du feu et mettre à refroidir. Ajouter ensuite la crème double, et laisser glacer. Saupoudrer de ciboulette avant de servir. Cette recette reste délicieuse même en diminuant un peu les quantités de crème.

Soup by Robin Howe.

Recette de la soupe “vichyssoise” sur une carte postale éditée par l'association Promotion du Poireau Picard.

C'est cette vichyssoise que choisit Jules Maigret, le célèbre commissaire, dans le roman “Maigret se défend”. Une bonne occasion pour lui de faire “chabrot*” d'un verre de saint-pourçain rouge. Le commissaire ne prend aucun risque, car “*faire chabrot c'est voler 40 sous au médecin*”... pour les hommes, mais cette façon de faire est très déconseillée aux femmes car il y a “*de gros risques d'avoir de la barbe*”. Courtine, dans “Le cahier de recettes de madame Maigret”, donne une excellente recette personnelle de la vichyssoise, avec les petits plus qui sont la marque d'un grand chef.

Dans les fiches cuisines de Elle, cette recette se nomme vichyssoise américaine. La préparation est la même, mais au moment de la servir en tasse, il faut y ajouter des glaçons. Elle se boit en croquant des oignons nouveaux ou des cives*.

Une recette pour passer une bonne soirée avec des amis cévenols après avoir ramassé des châtaignes toute la journée. Cette soupe sera suivie de l'inévitable “rôtie” de châtaignes, des pourrettes si possible, arrosée d'un cru ardéchois, un buziges par exemple.

- 36 châtaignes
- 4 blancs de très beaux poireaux
- 100 g de lardons fumés
- 150 g de lardons frais
- sel, poivre.

Soupe aux châtaignes et aux deux lardons

Pour 4 personnes. Préparation : 1 h. Cuisson : 40 min

A l'aide d'un couteau, enlever à sec la première peau des châtaignes. Ensuite, les mettre 3 min dans de l'eau bouillante pour ôter la deuxième peau. Ce travail est assez long, ne trempez que neuf ou dix fruits à la fois.

Eplucher les poireaux en conservant un peu de vert. Les laver soigneusement, les fendre en quatre, les hacher en petits morceaux de 3 cm. Dans une grande casserole, faire revenir les lardons, les châtaignes et les poireaux. Couvrir d'eau et mettre à cuire 40 min après avoir salé et poivré.

Conseils : ne pas dépasser la dose de lardons fumés car leur goût dominant effacerait celui des poireaux.

Les châtaignes ont tendance à se démonter. En réserver quelques-unes pour les mettre à cuire 15 min avant la fin de la cuisson. Ainsi, il y en aura deux ou trois entières par assiette.



Recette de la soupe “soupe aux châtaignes et aux deux lardons” éditée par l'association Promotion du Poireau Picard.



Soupe de poireaux à la bière

Pour 4 personnes. Préparation : 45 min. Cuisson : 30 min

- 2 poireaux émincés en bâtonnets de 10 cm
- 2 grosses pommes de terre
- 2 gros oignons
- 10 g de beurre
- 1/2 botte de persil plat
- 2 cs d'huile d'olive
- sel, poivre, muscade
- 1 l de bière, 1 l d'eau,
- 25 cl de crème liquide.

Pour la garniture, faire fondre sans coloration quelques bâtonnets de poireaux dans un peu de beurre. Réserver.

Dans le fond d'une cocotte, verser l'huile. Faire “suer” ensemble le reste de poireaux, oignons et persil. Déglacer avec la bière. Faire bouillir. Ajouter les pommes de terre coupées grossièrement. Mouiller d'eau. Saler et laisser cuire 20 min.

Mixer la soupe et la filtrer dans une passoire. Ajouter la crème. Rectifier l'assaisonnement en ajoutant poivre et muscade. Disposer au centre de la soupière la julienne de poireaux. Verser la soupe. Servir.

Pour cette recette, le biérologue Ronny Coutteure conseillait d'employer une bière blonde d'abbaye ou une bière blanche. Une bière brune donnerait trop d'amertume au potage.

Les bâtonnets de poireaux passés au beurre ne jaunissent pas quand ils sont salés dès le début de la cuisson.

Recette de la soupe “soupe aux poireaux et à la bière” éditée par l'association Promotion du Poireau Picard.



Cette soupe pourrait tout aussi bien s'appeler soupe des maraîchers, car elle doit se manger dans toute la France. Les hortillons sont les jardiniers d'Amiens. Le terme “maraîcher” a supplanté des noms locaux : les hardillons travaillent dans les hardines à Péronne et Ham, les lègres à Saint-Omer, les airiers à Beauvais, les saccarauds à Moulins, les marxouagers à Pont-à-Mousson, les plantiers à Montauban, les surchamp-teurs en Bretagne...

La soupe des hortillons

Pour 6 personnes. Préparation : 30 min. Cuisson : 1 h.

- 1 cœur de chou pommé
- 6 blancs de poireaux
- 250 g de pommes de terre
- 250 g de petits pois écossés
- 1 laitue
- 100 g d'oseille, du cerfeuil
- 75 g de beurre
- sel, poivre.

Couper le cœur du chou en très fines et courtes lanières. Couper les poireaux en fines rondelles. Ecosser les petits pois. Éplucher et couper en dés les pommes de terre. Faire chauffer doucement 30 g de beurre et y faire étuver en remuant le chou et les poireaux pendant une dizaine de minutes.

Mouiller de deux litres d'eau et verser les pommes de terre et les petits pois ; amener à ébullition, saler et poivrer, couvrir et cuire 45 min à petits bouillons.

Laver l'oseille et la sécher ; laver la laitue et la couper en lanières ; faire chauffer doucement le reste du beurre et y faire étuver en remuant l'oseille, la laitue et deux cuillères à soupe de cerfeuil haché.

10 min avant la fin de la cuisson des légumes, ajouter et délayer la fondue de laitue, d'oseille et de cerfeuil.

Servir sur des tranches de pain.

Cette charmante cuisinière a été expédiée en 1904. Carte postale n° 13 de la série éditée par les éditions “La cloche”.



Pour 4 l de soupe :

- 1 poule de 5 livres
- 4 l d'eau froide
- 10 gros poireaux, avec 5 cm de vert, coupés en biais en tronçons de 1 cm
- 1/3 de bol d'orge (1 dl 1/3)
- 1 cs de sel
- 2 cs de persil ciselé.

Soupe de poule aux poireaux Cock-a-leekie

Poser la poule dans un grand faitout. Ajouter les quatre litres d'eau et amener à ébullition sur feu vif. Ecumer très souvent. Ajouter les poireaux, l'orge, le sel et, en couvrant partiellement, laisser frémir, sur feu doux, entre trois et cinq heures.

Disposer la poule sur un plat. Dégraisser au maximum la surface du bouillon. Quand la poule est refroidie, ôter la peau et désosser. Couper la chair en languettes de 5 cm. L'ajouter au bouillon et réchauffer. Rectifier l'assaisonnement.

Verser le bouillon dans une soupière chaude. Servir dans les assiettes et saupoudrer de persil.

Carte postale des éditions C. et Cie.
Une volaille et des poireaux dans son panier, la petite fille peut réaliser le Cock-a-leekie. Coll. G.J.

Détail d'un menu des années 1950
avec ornementation celtique.



- 15 g de beurre
- 2 gros poireaux émincés
- 2 cc de thym frais
- 3 gousses d'ail finement hachées
- 12,5 cl de vin blanc sec
- 60 cl de fond de poisson
- sel, poivre noir fraîchement moulu
- 250 g de chair d'huîtres
- 4 cs de crème allégée.

Soupe aux huîtres et aux poireaux

Pour 6 personnes. Préparation : 1 h. Cuisson : 25 min

Les éditions Time-Life proposent une recette plus onéreuse, mais toute en finesse et en douceur.

Faire fondre le beurre à feu moyen dans une grande casserole à fond épais. Ajouter les poireaux et le thym, couvrir et faire cuire pendant 10 min en remuant à plusieurs reprises.

Ajouter l'ail et le vin, et poursuivre la cuisson pendant 5 min en remuant fréquemment, jusqu'à ce que le vin soit évaporé. Ajouter le bouillon, puis le sel et un peu de poivre, et laisser frémir 10 min.

Réserver douze huîtres et passer les autres dans un mixeur avec leur liquide pour les réduire en purée.

Retirer la cocotte du feu et mettre dedans la purée d'huîtres et la crème, en fouettant. La remettre sur feu très doux pendant 3 min jusqu'à ce que la soupe soit bien réchauffée. Répartir les huîtres dans six assiettes chauffées et verser la soupe par-dessus. Servir.



Les entrées froides

Poireaux à la turque

Poireaux à la grecque

Poireaux à la polonaise

Terrine de poireaux au saumon

Terrine de chèvre frais aux poireaux

Flan vert

Pâté végétal aux poireaux

Cette petite marchande limousine nous dit en occitan qu'elle a de "brâvo pourrado" c'est-à-dire de beaux poireaux. Editions l'Hirondelle.

Les poireaux dits "à la vinaigrette" ou encore appelés "Poireaux à l'huile et au vinaigre" sont aussi célèbres que la soupe poireaux-pommes de terre. C'est un plat simple, rafraîchissant, qui autorise de nombreuses variantes.

Les trois recettes suivantes, à la turque, à la grecque et à la polonaise le prouvent, le poireau est bien citoyen du monde.

Poireaux à la turque

Pour 6 personnes. Préparation : 15 min. Cuisson : 50 min

Couper les blancs de poireaux en tronçons de 5 cm. Emincer l'oignon et la carotte. Dans une cocotte, les faire revenir doucement dans l'huile d'olive, en évitant de les laisser brunir ; ajouter les poireaux et les faire revenir également. Saler, poivrer et verser l'eau et le jus du demi-citron. Faire cuire à feu doux environ 30 min. Ajouter le riz et cuire encore 12 à 15 min. Servir froid avec éventuellement un filet d'huile d'olive.

18 blancs de poireaux jeunes et tendres
Pour la marinade :
10 petits oignons nouveaux
4 échalotes, 3 gousses d'ail
thym, romarin et sarriette effeuillés
2 feuilles de laurier
fenouil en grains, cumin, safran, paprika
vinaigre de vin
sel, poivre, citron, huile d'olive.

Poireaux à la grecque

Pour 4 personnes. Préparation : 20 min. Cuisson : 50 min

Couper les blancs de poireaux en deux ou trois tronçons. Faire bouillir dans un peu d'eau, les oignons, les échalotes, l'ail, les aromates, une cuillerée de vinaigre de vin, du sel, du poivre concassé et une petite cuillerée de safran, de paprika, de graines de fenouil et de cumin, ainsi que le zeste du citron. Laisser bouillir environ 10 min. Verser le tout sur les poireaux. Ajouter, au besoin, de l'eau tiède, pour que les légumes soient bien recouverts. Porter à ébullition et laisser cuire 30 min. Passer le tout. Mettre les poireaux avec les oignons et les aromates dans un plat long. Les arroser d'huile d'olive, d'un filet de vinaigre de vin. Servir le tout bien frais.

24 blancs de poireaux jeunes et tendres

Pour la vinaigrette :

1 dl d'huile, 4 cuillerées de vinaigre

1 cs de moutarde

1 cs de crème fraîche

persil, estragon ou ciboulette

1 œuf dur, sel, poivre.

Pour servir : 4 œufs durs.

Poireaux à la polonaise

Pour 4 personnes. Préparation : 30 min et le temps de macération.
Cuisson : 20 min

Faire cuire les poireaux à grande eau bouillante salée. Egoutter et laisser refroidir. Les coucher dans un plat rectangulaire et préparer la vinaigrette.

Mélanger la moutarde, la crème, le vinaigre, le sel, le poivre. Ajouter l'huile, les herbes finement hachées et le jaune d'œuf pilé. Faire une sauce épaisse et liée que l'on verse sur les poireaux. Laisser macérer quelques heures. Au moment de servir, passer les œufs durs à travers un tamis, hacher le persil et saupoudrer le dessus des poireaux de ces deux ingrédients mélangés.

C'est un hors-d'œuvre très frais, simple et délicieux.

1 kg de blancs de poireaux

600 g de saumon mariné à l'aneth

15 cl de vin blanc sec

2 feuilles de gélatine

1/2 cc de baies roses

2 branches d'aneth, sel, poivre.

Terrine de poireaux au saumon

Pour 5 ou 6 personnes. Préparation : 30 min. Cuisson : 20 min + 3 h au réfrigérateur

Faire cuire 15 min les blancs de poireaux à la vapeur. Les égoutter et les presser pour leur faire rendre leur eau.

Faire ramollir la gélatine dans un petit bol d'eau froide. Faire chauffer 5 cl de vin blanc dans une casserole et y mettre la gélatine égouttée à fondre. Mélanger au vin restant.

Dans un moule à cake, dresser une couche de poireaux, une couche de saumon, poivrer et saupoudrer de baies roses. Recommencer et terminer par une couche de poireaux.

Verser le vin blanc, décorer avec l'aneth et les baies roses restantes.

Mettre au réfrigérateur pour 3 heures au moins. Servir avec une mousseline à l'aneth. Le mélange saumon et poireau peut être utilisé comme garniture d'une excellente tarte.



12 blancs de poireaux très jeunes

1 bouquet de ciboulette

750 g de fromage blanc de chèvre

2 cs de crème épaisse

10 cl de lait, 2 cs d'huile d'olive

4 feuilles de gélatine, sel et poivre.

Terrine de chèvre frais aux poireaux

Pour 6 personnes. Préparation : 45 min. Cuisson : 20 min la veille

Recette plus difficile, mais qui peut se préparer à l'avance.

Cuire les poireaux à l'eau salée et les laisser égoutter toute la nuit.

Faire ramollir la gélatine dans un bol d'eau froide, puis l'incorporer dans le mélange tiédi lait et huile.

Dans un bol, mettre le fromage blanc, la crème, la ciboulette ciselée, sel et poivre, et mélanger la gélatine au fouet.

Chemiser une terrine (genre moule à cake) avec du film alimentaire.

Disposer une couche du mélange, puis quatre poireaux tête-bêche, et continuer jusqu'en haut en terminant par le mélange. Replier le film sur le tout et mettre au froid quelques heures.

Découper au couteau électrique ou à l'aide d'un couteau très aiguisé, et servir accompagné d'une vinaigrette à l'huile d'olive et aux fines herbes, ou avec des tomates crues concassées arrosées d'un filet d'huile d'olive.



- 6 œufs
- 200 g de poireaux
- 150 g de blettes
- 100 g de vert d'oignon
- 2 cs de farine
- 2 dl de lait
- 50 g de coriandre ciselée
- 50 g de persil ciselé
- 20 g d'aneth, 20 g de menthe
- 2 pincées de noix de muscade
- sel, poivre
- une noix de beurre pour le moule.

Flan vert

Pour 4 personnes. Préparation : 15 min. Cuisson : 30 min

Préchauffer le four th. 5. Casser les œufs dans une terrine, les battre en omelette, ajouter la farine et fouetter le mélange. Verser le lait, ajouter la muscade, sel et poivre. Laver et mixer les légumes. Les ajouter, ainsi que les fines herbes, dans la terrine et mélanger. Beurrer un moule à bord haut et y verser la préparation, glisser au four et laisser cuire 25 à 30 min, jusqu'à ce que le flan soit pris. Servir froid.

- 200 g de pain complet rassis et mis à tremper
- 3 carottes coupées en rondelles
- 2 navets coupés en rondelles
- 2 poireaux coupés très fin
- 1 oignon émincé
- 1 œuf, 1 yaourt nature
- 3 gousses d'ail hachées
- 1 cc d'herbes de Provence, du persil, du sel.

Pâté végétal aux poireaux (régime végétarien)

Pour 2 ou 3 personnes. Préparation : 15 min. Cuisson : 15 min

Cuire les légumes 15 min environ, puis les mixer avec le yaourt et le pain bien égoutté et pressé. Ajouter l'œuf, l'ail, le persil, les herbes et le sel, puis mixer à nouveau quelques secondes. Verser la préparation dans un moule à cake huilé et cuire à four chaud 30 min environ. Démouler le pâté lorsqu'il est froid. Décorer. Les nouveaux pâtés végétaux de Chantal et Lionel Clergeaud.

Illustration de Corentin Philippe pour Zigomar de l'Ecole des Loisirs.



Les entrées chaudes

- Poireau “Madame”
- Poireaux à l'orientale
- Poireaux aux œufs
- Poireaux à la Poitevine
- Gratin de poireaux à la toulousaine
- Poireaux confits
- Soufflé picard
- La Picardine
- Blanquette de poireaux
- Feuilleté léger de foies de lapin à la fondue de poireaux

Carte postale des éditions J.K., 1909. Même série.

Les recettes d'entrées chaudes sont très nombreuses, certaines très simples, d'autres plus sophistiquées. Parmi elles, les très classiques “Poireaux au gratin” ; cuits, les poireaux sont ensuite passés au four pour être gratinés avec différents ingrédients : lardons, jambons, fromages, etc.



Poireau “Madame”

Pour 4 personnes. Préparation : 15 min. Cuisson : 20 min

Faire cuire les poireaux, 15 min, dans une casserole d'eau bouillante bien salée. Les égoutter et les rafraîchir sous l'eau froide afin de préserver leurs couleurs. Les égoutter de nouveau et réserver dans du papier absorbant au réfrigérateur.

Dans une poêle, faire dorer les deux côtés des tranches de pain dans le beurre.

Disposer un poireau sur chaque tranche de pain de façon à former un nid. Y casser un œuf. Saler, poivrer.

Mettre à four préchauffé, th. 7, pendant 8 min, servir chaud.

- 1 douzaine de gros poireaux
- 2 oignons
- 1 petite boîte de tomates concassées
- huile d'olive, 1 citron
- 1 cc de curcuma
- paprika, sel.

Poireaux à l'orientale

Pour 4 personnes. Préparation : 20 min. Cuisson : 40 min

Ne garder que les blancs des poireaux. Les laver et les faire cuire à l'eau bouillante ou à la vapeur.

Pendant ce temps, faire revenir les oignons hachés très finement dans l'huile et, lorsqu'ils commencent à blondir, ajouter les tomates concassées et une cuillerée à soupe de jus de citron, le curcuma et le paprika.

Saler et laisser cuire à feu doux pendant 15 à 20 min environ.

Bien égoutter les poireaux. Les disposer sur un plat chaud. Napper de sauce avant de servir aussitôt.

Quand le poisson d'avril devient poireau d'avril.

Poireaux aux œufs

Pour 4 personnes. Préparation : 20 min. Cuisson : 30 min

Faire cuire les poireaux à l'eau bouillante salée. Faire durcir les œufs pendant 8 min.

Couper les poireaux en quatre morceaux et les placer dans un moule beurré.

Emincer les œufs durs et les écraser dans une assiette avec une fourchette. Ajouter le gruyère (ou parmesan) et la muscade. Verser le tout sur les poireaux. Napper avec la crème et mettre au four (à 220 °C) pendant 10 min. Servir très chaud.

La Cuisine du Potager

- 24 blancs de petits poireaux
- 6 œufs
- beurre, gruyère râpé
- 1/2 verre de crème
- noix de muscade.

Poireaux à la poitevine

Pour 4 personnes ; Préparation : 20 min. Cuisson : 40 min

Mettre les lardons dans une casserole. Les recouvrir d'eau froide. Porter à ébullition 30 sec, juste pour les blanchir, puis les égoutter. Faire fondre le saindoux dans une cocotte. Dès qu'il grésille, ajouter les lardons et les colorer légèrement (ils doivent être à peine blonds). Couper les poireaux en tronçons de 2 cm. Les ajouter dans la cocotte, bien les enrober du saindoux, les saler légèrement et les poivrer. Mélanger. Couvrir et laisser cuire 30 à 35 min sur feu très doux. Mélanger de temps en temps pendant la cuisson. Quand les poireaux sont bien compostés, vérifier l'assaisonnement et les servir avec des petits croûtons aillés.



Illustration de Corentin Philippe pour Zigomar de l'Ecole des Loisirs.

1,5 kg de poireaux
250 g de crème fraîche
200 g de gruyère râpé
1 tranche de jambon de Toulouse
sel, poivre.

Gratin de poireaux à la toulousaine

Pour 4 personnes. Préparation : 25 min. Cuisson : 50 min

Couper le haut des poireaux en gardant un peu de vert. Laver abondamment. Egoutter et faire blanchir à l'eau salée pendant 10 min environ. Les égoutter, puis les éponger dans un torchon. Beurrer un plat à gratin, répartir une couche de poireaux, les saupoudrer de fromage râpé et de jambon haché fin, poivrer et saler légèrement. Etaler une deuxième couche de poireaux. Recouvrir de fromage râpé, jambon haché, etc. Verser la crème et saupoudrer le tout avec le reste de fromage râpé. Faire cuire 35 min à four doux pour faire réduire la crème et l'eau que rendent les poireaux. Il doit rester très peu de liquide au fond du plat. Faire dorer le dessus et servir chaud.

12 blancs de poireaux
50 gr de beurre
3 cs de sucre en poudre
sel, poivre, thym et muscade.

Poireaux confits

Pour 4 personnes. Préparation : 20 min. Cuisson : 25 min

Couper les blancs de poireaux en deux tronçons. Dans une grande sauteuse, faire fondre 50 g de beurre. Placer les tronçons de poireaux les uns contre les autres. Les faire cuire à feu doux en les retournant régulièrement, jusqu'à ce qu'ils deviennent dorés. Saupoudrer ensuite de sucre, saler, poivrer, muscader légèrement et effeuiller un peu de thym. Mouiller avec un peu d'eau et couvrir pendant la cuisson, qui doit durer 15 min. Découvrir alors pour laisser l'évaporation caraméliser le sucre et le suc de poireau. Cette opération exige une surveillance très attentive. Du jardin à la table, Lise et Charles Coutin, La Maison Rustique

Poireaux : pour faire 350 g de purée de légumes cuits.
25 g de beurre
25 g de farine
45 cl de lait écrémé
6 œufs, blancs et jaunes séparés
sel, poivre.

Soufflé picard

Pour : 4 personnes. Préparation : 15 min. Cuisson : 50 min

Faire fondre des blancs de poireaux avec une partie de vert, de façon à obtenir 350 g de purée de poireaux parfaitement mixés et égouttés au chinois. Faire fondre le beurre dans une casserole, ajouter la farine et tourner 2 min. Incorporer suffisamment de lait pour obtenir une sauce épaisse. Retirer du feu, ajouter les jaunes d'œufs un à un, puis la purée de légumes. Saler et poivrer. Battre les blancs en neige très ferme et les incorporer délicatement au mélange. Verser dans un moule à soufflé et faire cuire 45 min dans un four à 200 °C. Le soufflé doit être bien levé et doré. Servir aussitôt. Dans une variante de cette recette, on remplace la farine par huit tranches de pain rassis que l'on fait ramollir dans le lait.

4 crêpes salées de 24 cm aux fines herbes (ciboulette, persil, cerfeuil)
4 beaux poireaux
200 g de filet d'anguille fumée finement tranchée
3 cs de crème fleurette.



La Picardine

Pour 4 personnes. Préparation : 30 min. Cuisson : 30 min

Réaliser les crêpes. Cuire doucement au beurre deux poireaux émincés. Dans un plat allant au four, étaler les crêpes, y déposer un peu de fondue de poireaux, l'anguille fumée, puis 1/2 cuillère à café de crème. Refermer la crêpe comme une aumônière avec un lien de poireau (les feuilles vertes ébouillantées deviennent très souples). Ajouter un peu de crème au sommet. Cuire les deux autres poireaux dans une casserole d'eau bouillante légèrement salée sans couvercle, puis les mixer pour obtenir un coulis velouté épais. Mettre les aumônières au four th. 5 pendant 7 min, puis th. 8 pendant 3 min afin que le bord de la crêpe soit craquant. Sur une assiette préalablement chauffée, déposer la Picardine sur le coulis de poireaux et servir. Recette créée par Claudie Séminet, chef du restaurant L'Escalé à Cappy (80). Il ne faut pas confondre ce plat avec la délicieuse confiserie fabriquée à Moreuil (80) qui porte le même nom.



12 blancs de poireaux
600 g de champignons de Paris,
nettoyés et détaillés en lamelles
4 échalotes
30 g de farine
25 g de beurre
40 cl de bouillon de volaille
25 cl de crème fleurette
3 cs d'huile d'olive
1 citron, sel, poivre.

Blanquette de poireaux

Pour 6 personnes. Préparation : 25 min. Cuisson : 45 min

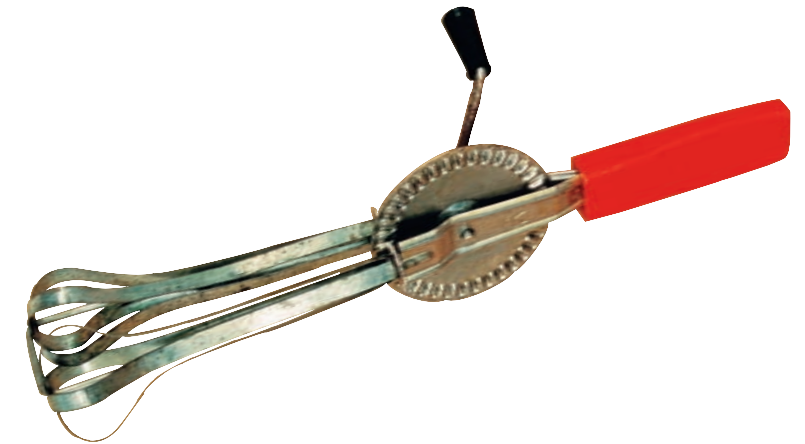
Citronner les lamelles de champignons.

Plonger les blancs de poireaux pendant 15 min dans de l'eau bouillante salée. Les égoutter et les détailler en tronçons de 5 cm. Réserver au chaud. Préparer un roux blanc. Mettre la farine dans le beurre fondu. Laisser cuire 2 min sans cesser de remuer le fouet. La farine ne doit pas colorer. Hors du feu, verser par petites quantités le bouillon de volaille chaud et continuer la cuisson 8 min, en tournant à la spatule sur feu modéré. Saler et poivrer.

Dans une poêle, faire "suer" les échalotes hachées et les champignons dans l'huile chaude pendant 10 min sur feu moyen. Saler, poivrer. Garder au chaud. Faire bouillir la crème, l'ajouter au roux blanc et faire réduire d'un quart afin d'obtenir une sauce veloutée.

Mélanger les poireaux avec les champignons. Assaisonner de sauce veloutée. Servir sans attendre.

La sauce veloutée peut se préparer la veille, elle sera alors réchauffée au bain-marie. Servir ce plat avec des œufs mollets ou durs et le parsemer d'estragon, c'est un délice.



Feuilleté léger de foies de lapin à la fondue de poireaux

Pour 4 personnes. Préparation : 30 min. Cuisson : 20 min

Étaler des carrés de feuilletage de 10 sur 10 cm et sur 5 mm d'épaisseur. Quadriller le dessus avec un couteau et dorer au jaune d'œuf. Laisser reposer au réfrigérateur.

Pendant ce temps, laver et émincer les poireaux nouveaux. Dans du beurre, les faire étuver doucement pour en retirer l'eau. Assaisonner et incorporer un peu de crème épaisse. Mélanger le tout. Garder au chaud.

Mettre les feuilletés en cuisson à 180 °C (th. 7-8) pendant 15 à 20 min. Émincer les foies de lapin en lanières de 1 cm d'épaisseur. Quand les feuilletés sont cuits, les couper en deux pour retirer la partie supérieure. Réserver.

Faire cuire à l'huile bien chaude les foies de lapin quelques secondes (qu'ils restent bien rosés). Dans le fond des feuilletés, mettre la fondue de poireaux et les foies de lapin. Recouvrir avec la deuxième moitié de pâte et sur celui-ci poser encore de la fondue et du lapin.

Servir avec un coulis de poireaux confectionné avec la moitié de la fondue.

La cuisine de Picardie. Alain Blot à Rethondes (Oise).