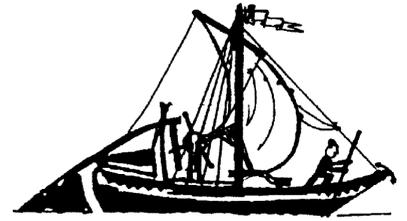


LES RECETTES



des



VOILES de LOIRE

- la lamproie au vin
- Anguilles au vert
- La carpe au four



la lamproie au vin

Patrick Leclèsve



Source Wikipedia

- Prendre une belle lamproie, la dépouiller ou bien, plus facile, l'échauder 1 à 2 minutes.

- Gratter le gras avec le dos du couteau. Ouvrir en récupérant le sang, enlever la seule tripe de l'animal mais garder les oeufs.

- La couper en morceaux de 6 ou 7 cm de long et la mettre dans un saladier.

- Dessus, verser le sang récupéré y mettre un bouquet garni et couvrir de vin. Avec un couteau du layon c'est à mon avis meilleur qu'avec un vin rouge. Si le vin rouge est utilisé, y rajouter des pruneaux pendant la cuisson pour le gout sucré salé ou mettre 2 pierres de sucre.

- Après avoir laissé mariner toute la nuit, prendre une cocote de fonte, mettre un bon morceau de beurre et un oignon coupé.

- Déposer les tronçons de lamproie préalablement égouttés. Bien les faire dorer dans le beurre et ajouter vers la fin une pincée de farine pour épaissir.

- Poivrer, saler, rajouter le vin de la marinade avec le bouquet garni et laisser mijoter à feu doux.

- Prendre des poireaux, ne garder que le blanc, et les rajouter à la cuisson. Rajouter aussi le vin nécessaire pour que le tout soit légèrement recouvert.

- Laisser mijoter à feu doux 1h30 à 2h, la cocote fermée.

« Bonne Boise », expression familiale et ancienne qui signifie « bon appétit »)

Anguilles au vert

Jacques Meunier



Recette à ma façon

Persil émincé : un bouquet
Oseille coupée fin : 400g
Ciboulette coupée fin : un bouquet
Estragon : une cuillère à soupe
Cerfeuil : une cuillère à soupe
1 kg d'anguilles
1 oignon
1 gousse d'ail écrasée
2 ou 3 verres de vin blanc sec
sel, poivre
une cuillère de farine pour lier (singer)

Couper les anguilles en tronçons.

Couper les oignons en deux, les émincer puis les faire revenir dans une grande sauteuse ou cocotte.

Pendant ce temps, faire bouillir de l'eau avec un peu de vinaigre blanc. Dès que l'eau bout, plonger les anguilles jusqu'à ce que l'eau recommence à bouillir. Ensuite, les retirer dans une passoire pour les égoutter et ainsi les dégraisser un peu et bien les nettoyer.

Mettre les morceaux d'anguilles dans la sauteuse. Bien mélanger avec les oignons, puis mettre la cuillère de farine (singer) et mélanger délicatement.

Ajouter l'ail puis arroser avec le vin blanc. Il faut que les anguilles soient recouvertes de liquide. Assaisonner avec le sel et le poivre.

Par dessus, verser persil, estragon, oseille, ciboulette et cerfeuil et laisser cuire à l'étouffée 20 à 30 minutes environ.

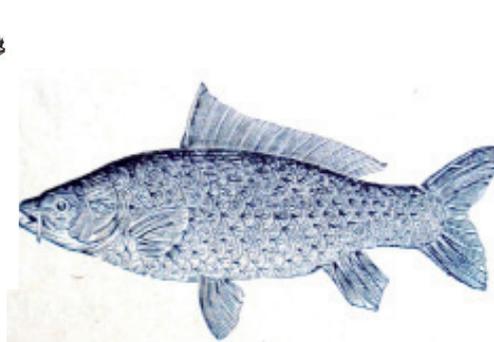
Vérifier la cuisson.

Servir avec des pommes de terre vapeur...

Bon repas !

La carpe au four

Jacques Meunier



1 carpe de 1,5 à 2 kg
1 kg de tomates
3-4 brins d'estragon
1 gros oignon
1 gousse d'ail
une cuillère à soupe d'huile d'olive
1/2 litre de vin blanc sec
herbes de Provence
sel poivre moulu

Préchauffer le four et cuisson thermostat 6 (180°)

1- Vider et écailler bien la carpe, bien la laver. Retirer les nageoires ainsi que la queue et la tête si le plat n'est pas grand.

2- Dans un grand plat en terre pour le four étaler un peu d'huile d'olive.

3- Couper l'oignon en fines lamelles puis le mettre au fond du plat.

4- Placer la carpe sur son lit d'oignon, faire une incision sur le dos du poisson.

5- Ajouter, tout autour de la carpe, les tomates qui auront été coupées en petits morceaux ainsi que l'oseille hachée finement et la gousse d'ail écrasée. Mélanger le tout ensemble. Vous pouvez en mettre à l'intérieur de la carpe

6- Arroser le tout du vin blanc sec, en garder un peu pour rajouter en cours de cuisson et verser le reste d'huile d'olive sur le poisson. Parsemer des herbes de Provence et assaisonner.

Enfourner et cuire 40 à 45 minutes, thermostat 6 (180°). Vérifier la cuisson.

Servir avec des pommes de terre vapeur...

Bon repas !