

Recettes de produits régionaux

Les journées
des
Saveurs

7-11 octobre 2004

Québec 

Mot de la ministre

Françoise Gauthier

Ministre de l'Agriculture, des Pêcheries
et de l'Alimentation



L'Action de grâce est l'occasion de célébrer l'abondance des récoltes.

Les Journées des saveurs, qui se tiendront du 7 au 11 octobre, vous convient à découvrir les produits des spécialités régionales à la faveur d'une multitude d'activités.

Les restaurateurs et les producteurs-artisans sauront à coup sûr séduire et exciter vos papilles gustatives.

Cette quête des saveurs, je vous invite à l'explorer par l'entremise des douze recettes que vous propose M. Philippe Mollé, ambassadeur des richesses agricoles québécoises. Sans aucun doute, ces plats réjouiront vos parents et vos amis, tout en leur faisant découvrir quelques-uns des trésors gastronomiques dont le Québec regorge.

Je vous propose également de profiter des **Journées des saveurs** pour vous rendre chez un artisan, pour faire une promenade dans votre marché local ou encore pour prendre un bon repas à la table d'un restaurateur faisant honneur aux produits de sa région.

Je vous souhaite d'agréables dégustations et d'heureuses découvertes!

A handwritten signature in black ink that reads "Françoise Gauthier".



*Manger, c'est aussi partager
le goût des autres et celui d'ici.*

Philippe Mollé

Philippe Mollé
Chef cuisinier

Diplômé de l'École hôtelière d'Évreux, en France, Philippe Mollé possède une vaste expérience professionnelle tant dans le domaine de la cuisine qu'en ce qui a trait à la recherche alimentaire. Il a été directeur de recherche et chargé d'enseignement à l'Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec, de même que directeur de la restauration et chef des cuisines à l'Hôtel Vogue de Montréal.

Depuis son arrivée au Québec en 1980, Philippe Mollé se fait un point d'honneur de mettre en valeur les produits québécois. Il est également un ardent promoteur du secteur de la transformation. Passionné d'agroalimentaire, Philippe Mollé n'hésite jamais à faire valoir les produits et les artisans de chez nous, nous entraînant par des chemins inédits d'une incomparable richesse gastronomique, pour le grand plaisir de nos sens.

Agneau rôti du Bas-du-fleuve, chapelure d'herbes salées et jus de bière Bruegel

Pour 6 personnes

- 1 gigot d'agneau de 2,5 kg environ
- 125 ml herbes salées maison ou du commerce
- 2 têtes d'ail frais du Québec
- 750 ml bière blanche de Kamouraska (Bruegel)
- 45 ml moutarde à la bière
- 45 ml miel
- 45 ml chapelure de pain
- 30 ml huile de tournesol biologique
- Au goût sel et poivre

Jus d'agneau à la bière

- 1 carotte en dés
- 1 oignon en dés
- 1 os d'agneau du gigot



Préparation

1. Faire désosser le gigot et retirer les os suivant le principe du coulage de l'os. Assaisonner de sel et de poivre l'intérieur du gigot.
2. Mélanger les herbes salées, la chapelure et la moitié de l'ail haché.
3. Dans une plaque à four, ajouter l'huile et déposer le gigot. Faire colorer de 2 à 3 minutes l'agneau puis laisser refroidir. Badigeonner le gigot de moutarde mélangée au miel et saupoudrer ensuite la préparation de chapelure, d'ail haché et d'herbes salées. Cuire au four à 375°F et durant 50 minutes. Retirer le gigot, entourer de papier aluminium et réserver.

Préparation du jus d'agneau à la bière

1. Dans la même plaque à four, ajouter l'oignon, la carotte et les os du gigot désossé. Faire revenir durant 4 minutes et ajouter le restant d'ail grossièrement haché. Verser la bière, laisser réduire aux trois quarts du volume et filtrer ensuite le jus.
2. Découper les tranches de gigot et arroser de jus.

Suggestion

Servir avec une purée maraîchère constituée d'un mélange de pommes de terre, de carottes et d'épinards.

Pour 4 personnes (une tarte de 8 pouces)

Pâte Brisée au blé entier (pour 2 tartes)

250 g	farine de blé entier de la Ferme Éliro
250 g	farine tout usage
45 ml	sucré à glacer
1	œuf (facultatif)
1	pincée de sel
15 ml	poudre à pâte
175 ml	beurre ou gras végétal
125 ml	eau

Tarte au cheddar fin

1	boule de pâte Brisée sucrée (voir ci-haut) ou 1 fond de tarte du commerce
100 g	fromage cheddar doux Perron râpé
3	œufs entiers de grosseur moyenne
60 ml	crème à 10 %
60 ml	lait
15 ml	fécule de maïs
45 ml	miel

Crème de bleuets au miel

1	casseau de bleuets du Lac-Saint-Jean
45 ml	miel
60 ml	crème à cuisson 35 %
15 ml	fécule de maïs
15 ml	jus de citron

Tarte au cheddar fin et crème de bleuets au miel

Préparation de la pâte

1. Mélanger les farines avec le sucre à glacer et la poudre à pâte. Incorporer du bout des doigts la matière grasse et l'œuf, puis ajouter le sel. Incorporer l'eau très froide petit à petit, faire une boule et réserver au frais 2 heures.
2. Séparer la pâte en deux et en conserver une partie au congélateur pour une autre tarte.

Préparation de la tarte

1. Étaler la pâte Brisée et en garnir un moule à tarte. Au mélangeur, battre les œufs entiers avec le miel et la fécule de maïs. Ajouter la crème et le lait.
2. Dans un robot, ajouter le cheddar râpé et, à petite vitesse, verser le mélange d'œufs, de crème et de miel sans jamais trop travailler le mélange.
3. Garnir le fond de tarte avec le mélange et cuire au four à 350°F de 40 à 45 minutes. Sortir du four et laisser refroidir au moins 2 heures.

Préparation de la crème de bleuets au miel

1. Dans une casserole, porter à ébullition la crème et les bleuets et poursuivre durant 2 minutes. Diluer la fécule de maïs dans 15 ml d'eau et le jus de citron et ajouter au mélange pour l'épaissir. Passer le tout au robot et laisser refroidir.
2. Découper la tarte en pointe et servir avec la crème de bleuets au miel.

Suggestion

La recette de pâte Brisée peut être faite entièrement avec de la farine tout usage et le cheddar doux peut être remplacé par du cheddar fort.

Sabayon au cassis et compote de fraises à la mistelle de pomme

Pour 4 personnes

8 jaunes d'œufs
60 ml sirop de cassis
60 ml crème à 35 %
15 ml sucre d'érable

Compote de fraises

3 tasses fraises lavées et équeutées
30 ml sirop d'érable
45 ml cidre
60 ml mistelle de pomme
2 ml cannelle

Préparation du sabayon

Fouetter les jaunes d'œufs avec le sirop de cassis, puis cuire à feu moyen au bain-marie jusqu'à consistance d'un mélange onctueux. Fouetter la crème et ajouter un peu de sucre d'érable râpé. Ajouter délicatement au sabayon. Dresser en dôme la compote de fraises et verser sur le sabayon au cassis. Décorer à votre goût avec des fruits ou des feuilles de menthe.

Préparation de la compote de fraises

Dans une casserole à fond épais, mettre les fraises coupées en morceaux et verser la mistelle de pomme, le sirop, la cannelle et le cidre. Laisser cuire doucement jusqu'à ce que la moitié du liquide s'évapore. Laisser reposer 10 minutes puis écraser grossièrement. Réserver.

Suggestion

On peut dresser ce dessert en cercle sur un fond de biscuit imbibé d'alcool de cassis. Ajouter la compote, lisser avec le sabayon et finir en caramélisant à la torche.

Émincé de cerf acidulé à la bière et à l'érable

Préparation

1. Dans une casserole, verser la bière, le vinaigre et le sirop d'érable.
Faire réduire aux trois quarts du volume. Réserver.
2. Chauffer l'huile dans une poêle et faire revenir vivement le cerf et l'oignon émincé. Assaisonner légèrement, puis ajouter l'ail et le bouillon épaissi.
Laisser cuire 2 ou 3 minutes et transférer le tout dans la casserole après la réduction. Ajouter les petits fruits, le miel et le beurre avant de servir.

Suggestion

Servir dans de petites cassolettes en terre cuite avec une garniture de purée de courge Butternut.
Le vinaigre de fruits est en vente et distribué dans différentes régions du Québec.

Pour 4 personnes
500 g émincé de cerf taillé en languettes
45 ml huile végétale
1 oignon émincé
1 gousse d'ail haché
125 ml bouillon de volaille épaissi à l'aide
de féculé de maïs ou de farine
15 ml miel de sarrasin
175 ml bière ambrée de sarrasin des Bières
de la Nouvelle-France
ou bière brune
60 ml sirop d'érable
45 ml vinaigre de fruits
30 ml beurre non salé
12 mûres ou canneberges
100 ml petits bleuets ou
autres petits fruits
Au goût sel et poivre



Tourte de canard et d'agneau au vin de l'Orpailleur et à la fleur d'ail

Pour 4 à 6 personnes

- 2 cuisses de canard confites et désossées
- 125 ml agneau préalablement cuit
- 500 ml vin blanc de l'Orpailleur
- 125 ml bouillon au choix (volaille ou bœuf)
- 1/2 oignon haché
- 1 blanc de poireau haché
- 1 casseau de champignons café
- 30 ml fleurs d'ail Le Petit Mas
- 45 g fromage Bleu bénédictin
- 45 ml huile de tournesol biologique Champy
- 1 ml muscade
- 1 ml cannelle
- 1 soupçon de clou moulu
- 2 feuilles de pâte phyllo
- 45 ml beurre fondu
- Au goût sel et poivre

Préparation

1. Dans une casserole, chauffer l'huile et faire suer le poireau et l'oignon durant 3 minutes. Ajouter le canard et l'agneau découpés en gros dés, les fleurs d'ail ainsi que les champignons tranchés. Verser le vin blanc et le bouillon, puis les épices. Assaisonner et laisser cuire très doucement durant 30 minutes. Par la suite, ajouter le fromage bleu et rectifier l'assaisonnement. Laisser ensuite refroidir complètement.
2. Prendre un cercle à gâteau ou un moule à tarte de 8 à 10 pouces et étaler au fond les feuilles doublées de pâte phyllo. Garnir l'intérieur du cercle à gâteau ou du moule à tarte de la préparation au canard et à l'agneau. Badigeonner le tour de beurre fondu et refermer la pâte sur le dessus de façon à couvrir le tout. Badigeonner de nouveau de beurre et cuire à 350°F durant 30 minutes environ. Servir lorsque le tout est encore tiède.

Suggestion

Il est possible d'utiliser un restant de gigot ou encore un morceau d'épaule cuit au four. Quant à la pâte phyllo, elle peut être remplacée par de la pâte à bric. La tourte peut aussi être faite au moyen d'une pâte brisée classique ou d'une pâte feuilletée.


Soupe froide ou chaude de melon et épinards confits à l'érable

Préparation

1. Éplucher le melon et retirer tous les pépins à l'intérieur. Découper en gros morceaux le melon et réserver. Passer au robot le pain grillé avec la crème et la moitié du melon. Assaisonner, ajouter le reste du melon et assaisonner de nouveau. Ajouter les tomates en dés et réserver au froid.
2. Chauffer l'huile de tournesol, faire tomber les épinards et l'ail 1 minute, puis égoutter. Dans une autre casserole, verser le sirop d'érable et ajouter les épinards. Cuire doucement durant 30 minutes et laisser ensuite refroidir. Garnir le fond des bols à soupe d'épinards confits à l'érable, assaisonner de nouveau la soupe de melon froide et verser sur les épinards. Servir en ajoutant des dés de fromage Oka sur le dessus.

Suggestion

Pour servir la soupe chaude, faire chauffer à feu doux le mélange de tomates et de melon et ajouter les épinards légèrement cuits au micro-ondes. Terminer avec le fromage.



Pour 4 personnes

- 1 beau melon du Québec
- 2 tranches de pain grillé sans croûte
- 30 ml huile de tournesol biologique
- 60 ml crème à cuisson 15 %
- 2 tomates des champs rouges ou jaunes émondées et en dés
- 2 tasses feuilles d'épinard équeutées et lavées
- 1 gousse d'ail haché
- 175 ml sirop d'érable
- 45 g fromage Oka à l'ancienne coupé en dés
- Au goût sel et poivre

Tuiles de fromage Allegretto, rillettes d'esturgeon et tombée de tomates et de pleurotes

Pour 4 personnes

150 g	fromage Allegretto bien sec et râpé
1	blanc d'œuf
15 ml	ciboulette ou estragon haché
150 g	esturgeon fumé
60 ml	crème sure
30 ml	mayonnaise
15 ml	vinaigre de cidre
45 ml	huile de tournesol
8	pleurotes bleus
2	tomates coupées en dés
1	gousse d'ail haché
1	petit oignon haché
Au goût	sel et poivre



Préparation

1. Bien mélanger le fromage râpé et le blanc d'œuf.
2. Faire chauffer une plaque à four ou un tapis à biscuit au préalable, puis étaler avec une cuillère 8 portions de fromage et d'œuf et laisser cuire au four à 375°F. Surveiller la cuisson de près et retirer les tuiles lorsqu'elles prennent une coloration dorée. Les poser sur une surface arrondie comme une bouteille.
3. Passer au robot l'esturgeon, la crème sure, la mayonnaise et le vinaigre de cidre. Assaisonner, ajouter la ciboulette puis réserver.
4. Dans une poêle, chauffer l'huile et faire revenir l'oignon et les pleurotes 2 minutes. Ajouter la tomate et l'ail, puis assaisonner. Garnir les tuiles de rillettes d'esturgeon et les accompagner de la tombée de tomates et de pleurotes.

Suggestion

À défaut de fromage Allegretto, on peut utiliser l'excellent cheddar Le Cru du clocher. Les pleurotes bleus peuvent aussi être remplacés par d'autres champignons.

Filet de maquereau, compote de canneberges et de salicornes et copeaux de Pied-de-vent

Pour 4 personnes

- 4 filets de maquereau fumés au poivre
- 1 tasse canneberges fraîches
- 1 pomme McIntosh pelée et coupée en dés
- 45 ml miel ou sirop d'érable
- 1 ml cannelle
- 1 ml muscade
- 1 oignon émincé finement
- 1 salicorne
- 1 tasse copeaux de fromage Pied-de-vent
- 50 g



Préparation de la pâte

1. Dans une casserole, mettre le miel ou le sirop d'érable et les oignons et faire revenir durant 4 minutes à feu doux. Ajouter les canneberges, la pomme et les épices. Laisser cuire doucement de 25 à 30 minutes. Laisser ensuite refroidir la compote protégée par un couvercle.
2. Prendre la salicorne et la blanchir 30 secondes à l'eau bouillante, puis la refroidir aussitôt. Disposer dans chacune des assiettes une part de salicorne et ajouter sur le dessus la compote de canneberges froide. Mettre un filet de maquereau par assiette et décorer avec les copeaux de fromage Pied-de-vent.

Suggestion

Le fromage Pied-de-vent peut être remplacé par un fromage Oka ou un autre fromage du même type, alors que le maquereau peut être remplacé par n'importe quel poisson fumé. À défaut de salicornes, on peut utiliser une julienne de cornichons sucrés.

Mise en valeur des produits suivants : vin Le Ricaneux, sarrasin du moulin de Saint-Roch-des-Aulnaies, sucre d'érable, fromage Mi-Carême et cheddar de la Fromagerie de l'Île-aux-Grues.

Galettes de sarrazin au Mi-Carême, sucre d'érable et Ricaneux

Pour 4 personnes

Pâte à galettes

250 ml	farine de sarrasin
2,5 ml	poudre à pâte
1	œuf entier
1	pincée de sel
1 tasse	eau (environ)
30 ml	beurre noisette fondu

Finition

8	galettes déjà cuites
250 g	fromage Mi-Carême
15 ml	feuilles de livèche ou
	feuilles de céleri hachées
30 ml	sucré d'érable râpé
60 ml	vin Le Ricaneux
60 ml	cheddar
Au goût	sel et poivre

Préparation

Dans un saladier, mélanger la farine et la poudre à pâte. Ajouter l'œuf et le sel, puis petit à petit incorporer l'eau pour faire un mélange lisse. La quantité d'eau peut varier de 100 ml selon la farine utilisée. Finir de mélanger avec le beurre noisette et réserver pendant deux heures.

Confection des galettes

Dans une poêle antiadhésive, verser un peu d'huile, faire cuire les galettes des deux côtés et les réserver pour la garniture.

Finition

Écraser le fromage grossièrement et mélanger avec la livèche et la moitié du vin Le Ricaneux. Garnir le centre des galettes d'une noix du mélange et ajouter le cheddar de la même façon en le répartissant. Refermer les galettes et disposer sur un plat à four. Répartir sur le dessus le sucre d'érable râpé et cuire à 350°F durant 4 minutes. À la fin, badigeonner avec du vin Le Ricaneux restant et servir aussitôt.

Suggestion

Le vin Le Ricaneux est en vente en tant que produit de spécialité dans certaines succursales de la SAQ. D'autre part, on peut ajouter dans la garniture du jambon, de la dinde ou encore du magret de canard comme celui du Canard Goulu, de Saint-Apollinaire. Enfin, le fromage Mi-Carême peut être remplacé par un brie de Vaudreuil par exemple.



Salade d'oie confite et fondue au Victor et Berthold

Pour 4 à 6 personnes

- 2 cuisses d'oie confites
- 2 tasses haricots verts équeutés
- 8 petites betteraves blanches ou jaunes
- 1 échalote grise hachée
- 1 gousse d'ail haché
- 1 vin blanc au choix
- 250 ml vin fortifié La Fortune
- 60 ml fromage Victor et Berthold
- 200 g sans croûte, coupé en dés
- 30 ml beurre
- 15 ml estragon haché
- 1 ml noix de muscade
- 15 ml fécule de maïs
- Au goût sel et poivre



Préparation

1. Faire cuire séparément les haricots et les betteraves à l'eau bouillante salée et refroidir ensuite.
2. Retirer la chair autour des os des cuisses d'oie et disposer dans un plat à four sur les betteraves en tranches. Cuire à 350°F durant 15 minutes, puis réserver la préparation recouverte de papier aluminium dans le four éteint.
3. Dans une casserole, faire chauffer le vin blanc, ajouter tout en remuant le fromage Victor et Berthold jusqu'à ce qu'il soit entièrement fondu. Diluer la fécule de maïs dans le vin fortifié et ajouter à la fondue.
4. Chauffer le beurre et faire revenir les haricots avec l'échalote; assaisonner et ajouter l'estragon et l'ail. Disposer dans chacune des assiettes les haricots, le morceau d'oie et les petites betteraves. Servir en trempette à part, dans de petits bols, la fondue au Victor et Berthold.

Suggestion

L'oie peut être remplacée par du canard confit et le fromage Victor et Berthold, par du fromage Oka. Le vin fortifié La Fortune peut être remplacé par un cidre de glace ou encore par une mistelle de prunes.

Gratin de citrouille au jambon, à la crème d'hydromel

Pour 4 à 6 personnes

1	petite citrouille épluchée et épépinée
2	gousses d'ail
200 g	jambon découpé en dés ou en lanières
375 ml	crème épaisse à cuisson 35 %
125 ml	hydromel La Cuvée du diable
45 ml	miel de trèfle et de menthe Anicet Desrochers
125 g	fromage Windigo râpé
Au goût	sel et poivre

Préparation

1. Découper la chair de citrouille en petits dés et la cuire à l'eau salée durant 8 minutes. Égoutter et refroidir aussitôt.
2. Pocher les dés de jambon dans le mélange de crème et d'hydromel durant 4 minutes à feu doux. Filtrer la crème et l'incorporer à un nouveau mélange comprenant l'œuf, le miel et le fromage Windigo. Assaisonner.
3. Prendre 4 plats à gratin et les frotter avec les gousses d'ail. Garnir de jambon le fond des plats. Ajouter la citrouille et verser la préparation de crème à l'hydromel. Gratiner au four à 375°F durant 30 minutes, puis servir aussitôt.

Suggestion

Le jambon d'Au Petit Poucet peut être remplacé par un autre jambon de qualité et le miel de trèfle et de menthe, par du miel d'une autre région. L'hydromel La Cuvée du diable est en vente à la SAQ. Le fromage Windigo peut aussi être remplacé par un bon cheddar.

Longe de porc braisée aux pommes et aux petites cerises de terre

Préparation

1. Faire des incisions sur le pourtour de la longe de porc et y insérer de petits morceaux d'ail. Faire chauffer une plaque à four avec l'huile et le beurre et colorer durant 3 minutes le porc sur toutes les faces; assaisonner. Ajouter l'oignon et les dés de carottes puis cuire au four à 375°F pendant 20 minutes. Verser ensuite le bouillon, le cidre et le bouquet garni et faire cuire 5 minutes. Ajouter les pommes et cuire de nouveau, toujours à la même température, durant 30 minutes. Retirer le porc et le bouquet garni et laisser reposer le porc sur un papier d'aluminium.
2. Pendant ce temps, réduire la garniture et le jus avec les cerises de terre. Filtrer le jus restant et assaisonner de nouveau la garniture et la viande. Disposer dans des assiettes la garniture, les pommes, les légumes et les cerises de terre. Faire chauffer le jus et ajouter le cidre de glace. Découper le porc en tranches et répartir sur la garniture; arroser de jus et décorer de fines herbes.


Suggestion

Les cerises de terre peuvent être remplacées par des canneberges.
Les pommes Cortland peuvent aussi être changées pour des pommes McIntosh ou Golden Russet.

Pour 4 personnes
1,5 kg longe de porc du Québec
8 pommes Cortland pelées et coupées en quartiers
3 gousses d'ail émincé
1 oignon émincé
3 carottes coupées en dés
1 bouquet garni
45 ml huile végétale (huiles naturelles d'Amérique)
15 ml beurre
500 ml cidre doux Michel Jodoin
250 ml bouillon de volaille
60 ml cerises de terre
60 ml cidre de glace La Face Cachée de la Pomme
Au goût sel et poivre

La programmation des
Journées des saveurs
est disponible sur le site Internet
www.agr.gouv.qc.ca

**Agriculture, Pêcheries
et Alimentation**

Québec 

Crédits photos MAPAQ :
Paul Breton, Éric Labonté, Marc Lajoie,
Michel Langlois, Olivier Malenfant,
Micheline Tardif et Réal Thériault.