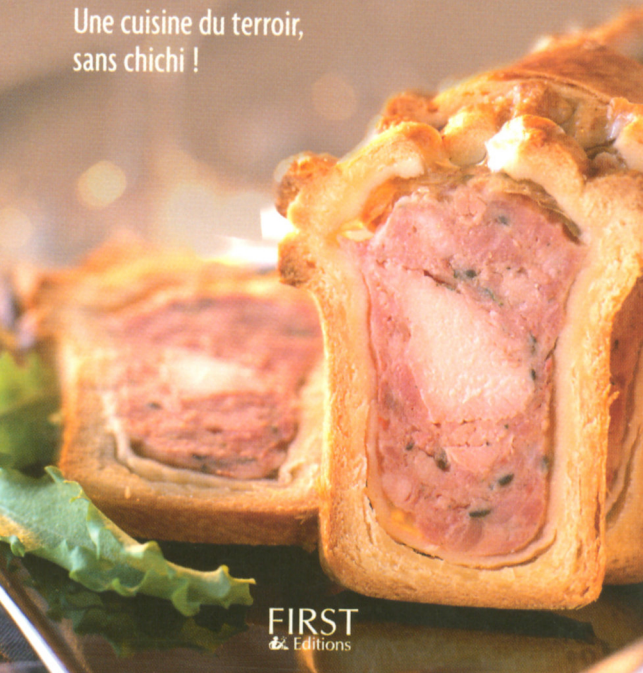


Recettes lyonnaises

Camille Vurpas

Une cuisine du terroir,
sans chichi !



FIRST
& Editions

Recettes lyonnaises

Camille Vurpas

Recettes lyonnaises

Un ouvrage dirigé par Thierry Roussillon

FIRST
 Editions

© Éditions Générales First, 2005

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur, de ses ayants droit ou de ses ayants cause est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Dépôt légal : 4^e trimestre 2005
Conception couverture : Bleu T

Mise en page : Georges Brevière

Nous nous efforçons de publier des ouvrages qui correspondent à vos attentes et votre satisfaction est pour nous une priorité.
Alors, n'hésitez pas à nous faire part de vos commentaires à :

Éditions Générales First
27, rue Cassette, 75006 Paris
Tél : 01 45 49 60 00
Fax : 01 45 49 60 01
e-mail : firstinfo@efirst.com

En avant-première, nos prochaines parutions, des résumés de tous les ouvrages du catalogue. Dialoguez en toute liberté avec nos auteurs et nos éditeurs. Tout cela et bien plus sur Internet à www.efirst.com

ISBN numérique : 978-2-7540-2956-8

Introduction

Entre Rhône et Saône, au pied des collines de Fourvière et de la Croix-Rousse, grands chefs, mères célèbres, et bien des gourmands avec eux, célèbrèrent et célèbrent encore le culte d'une cuisine variée, plantureuse et conviviale. Une institution née de la rencontre entre la grande cuisine bourgeoise, à l'honneur chez les riches soyeux, et de celle des bouchons et des canuts, ouvriers de la soie.

À la croisée des chemins de la région Rhône-Alpes, Lyon draine vers elle les spécialités qui l'entourent. Sur les étals des marchés, bœufs du Charolais, primeurs de la vallée du Rhône, volailles de Bresse, gibiers et poissons de la Dombes, fromages du Dauphiné sont là pour le prouver. À table, gras-double, poulet au vinaigre, tête de veau, saladier lyonnais ou poularde demi-deuil, arrosés de beaujolais ou de côtes-du-rhône, font honneur à la réputation de capitale gastronomique de la ville.

LA GLOIRE DES BOUCHONS

Les tout premiers bouchons accueillait déjà des Romains et on y servait vins du terroir et cochonnailles.

Au début du XX^e siècle, ces troquets de quartier ouvraient très tôt le matin afin d'accueillir les canuts – ouvriers spécialisés dans le tissage de la soie, au temps où l'industrie de celle-ci était l'une des richesses de la ville – qui venaient se restaurer, une fois leur chargement déposé.

Ainsi apparut la tradition des mâchons, en-cas solides pris sur le coup de 9 heures du matin. Charcuteries, tablier de sapeur, clapotons, gras-double cuit au vin blanc et aux oignons, œufs au plat à la crème et aux oignons, cervelle de canut ou saladier lyonnais – un plat étonnant qui réunit, dans une vinaigrette bien relevée, des œufs durs, des clapotons (pieds de mouton), des harengs marinés et des foies de volaille sautés.

Une cuisine à la fois roborative, familiale et simple, généreusement arrosée de pots de beaujolais « au mètre », c'est-à-dire la longueur de douze pots de 46 cl alignés !

De quoi faire honneur au vieux dicton lyonnais « Au travail, on fait ce qu'on peut, mais à table on se force. »

LA CUISINE DES MÈRES

« Mère », c'est le surnom affectueux donné aux cuisinières qui s'installèrent à leur compte à la fin du siècle dernier. La mère Filloux fut la première de ces fameuses « mères » lyonnaises.

Épouse d'un patron de bistrot, cuisinière privée au service d'un gourmet exigeant, elle eut l'idée d'accompagner les cochonnailles que servait son mari de quelques-uns des plats bourgeois qu'elle cuisinait chez son ancien patron.

Potage velouté aux truffes, quenelles au gratin, poularde demi-deuil, fonds d'artichaut au foie gras. Un succès qui suscita des vocations. Chez elle, la jeune Brazier fait ses classes, et d'autres – Brigousse, Blanc, Brigot, Guy, Brijean, Pompom, Charles, Vittet – suivent l'exemple. La dernière des authentiques mères lyonnaises, Léa, cessa d'exercer en 1981.

Chez ces « mères », toutes anciennes cuisinières de maisons bourgeoises, on savourait les plats classiques de la région : gratin de courge, quenelles, tablier de sapeur, cardons à la moelle, gâteau de foies blonds, gratinée à l'oignon, poulet au vinaigre, fricassée de poulet à la crème, poularde en vessie, poulet Célestine... Avec cette cuisine généreuse, exécutée de main de maître, ces femmes portèrent haut le renom de la cuisine lyonnaise.

LES PRODUITS TYPIQUES

Les cochonnailles

S'il est une ville qui a la fibre charcutière, c'est bien Lyon. Au cœur même de la ville, les charcutiers concoctent les cochonnailles tant appréciées des

Lyonnais : rosettes, sabodets, tête roulée, grattons... Très courant, le saucisson à cuire est aussi appelé « cervelas », parce qu'autrefois il comportait de la cervelle. Cependant, les charcutiers de la région lyonnaise ont pris l'habitude de dénommer « saucisson à cuire » le produit nature et « cervelas » le saucisson enrichi de pistaches ou de truffes. Il se sert en entrée solide ou en plat principal. Tiède, coupé en rondelles épaisses, il est accompagné de petites pommes de terre à l'huile ou vapeur, généreusement relevées d'échalotes. On peut aussi le servir « brioché », cuit à l'étouffée dans du beaujolais ou en tranches froides. Le sabodet est une de ses variantes, d'origine dauphinoise, embossée en forme de sabot d'où son nom. Mais les saucissons secs ne sont pas en reste. La rosette est un saucisson pur porc qui pèse entre 700 g et 1,5 kg. Préparé avec du jambon et de l'épaule hachés, il est embossé dans le rectum du porc. Quant au Jésus, c'est en fait une grosse rosette, pouvant peser jusqu'à 4 kg !

Les volailles

De la Bresse voisine viennent les volailles réputées : pigeons, poulets, poulardes et chapons à la finesse inégalée. Protégées par une AOC, elles offrent

une chair moelleuse et fondante. Elles se distinguent par un plumage entièrement blanc, des pattes bleues et une peau très fine. Avec l'essor de la cuisine bourgeoise des « mères », les recettes autour des volailles vont se multiplier : poulet Célestine ou au vinaigre, poularde demi-deuil, en vessie ou en sauce suprême...

Grenouilles et brochets

Les étangs de la Dombes regorgent de grenouilles dont les cuisses savoureuses s'apprécient à la crème ou en persillade. Pêché dans les mêmes étangs (ou dans ceux du Forez), le brochet a joué un rôle important dans la gastronomie locale : sa chair était très appréciée pour la confection des quenelles, si bien accompagnées par la sauce Nantua, un délicat coulis d'écrevisses. Par ailleurs, le brochet au bleu faisait fureur au temps où la Saône regorgeait encore de poissons.

Le potager

Doucette (mâche), éclairgeon (jeunes pousses de laitue) et pissenlits se partagent la vedette des grosses salades composées dont les Lyonnais sont si friands. Salade de « groins d'âne » ou de « dents de

lion » (pissenlit), avec croûtons à l'ail et œufs mollets, ou la fameuse salade lyonnaise avec ses petits lardons rissolés, sont des modèles du genre. Souvent accommodés en gratin, les légumes connaissent de nombreux apprêts. Stendhal avait dénombré jusqu'à vingt-deux manières de cuisiner les pommes de terre ! Véritable fierté lyonnaise, les cardons sont de tendres légumes, de la même famille que les artichauts, essentiellement cultivés du côté de Vaux-en-Velin. À la moelle, mais aussi au jus de viande, à la crème, à la béchamel ou en gratin, on les sert en accompagnement, avec une côte de bœuf, une volaille de Bresse pochée ou un gigot d'agneau. La saison de ce délicieux légume se résume aux mois d'hiver, c'est pourquoi les Lyonnais l'apprécient tout particulièrement lors des fêtes de fin d'année.

Les champignons

À l'automne, les Lyonnais quittent la ville pour aller se promener dans les vastes prés et bois de la campagne alentour, en particulier dans les Monts du Beaujolais, et ramasser les champignons fraîchement poussés. Des cèpes bien sûr, mais aussi mousserons, rosés des prés, chanterelles (girolles) ou trompettes-

de-la-mort. Des champignons que l'on mange sautés au beurre, en omelette ou servis avec le jus d'une viande rôtie ou dans la sauce crémeuse d'une volaille. Les ménagères prévoyantes préparent des bocaux de cèpes ou de chanterelles. D'autres préfèrent les congeler en prévision de l'hiver.

Les fromages

C'est du Bas-Dauphiné que viennent les fromages de Saint-Marcellin, que l'on déguste avec gourmandise à la cuillère, c'est-à-dire très affinés et faits à point. Aux XV^e et XVI^e siècles déjà, les consuls de Lyon faisaient servir des « marcellins » lors des banquets qu'ils offraient en l'honneur des invités prestigieux. Mais n'oublions pas la célèbre « cervelle de canut », toujours à l'honneur dans les bouchons. Elle est faite de fromage blanc, assaisonné de sel, de poivre, d'huile, d'échalote hachée, de vinaigre, de chaillotes (fines herbes), d'une pointe d'ail, de crème fraîche et d'un trait de vin blanc de Mâcon. On la déguste bien froide avec du pain grillé et un verre de beaujolais.

Dessert et gourmandises

Si le matefaim – une crêpe épaisse et robora-

tive – a disparu de la devanture des boulangeries et pâtisseries lyonnaises, les bugnes demeurent une institution toujours en vogue. Ce sont de petits beignets traditionnels de carnaval, en forme de nœud, de rectangle ou de losange que l'on trouve au moment de Mardi-Gras. Il en existe deux sortes : les bugnes craquantes, plates, fines et très légères parce qu'elles sont fabriquées sans ajout de levure, que l'on trouve en général chez les charcutiers, et les bugnes levées (avec levure), gonflées et moelleuses, aux formes inattendues, plutôt vendues chez les boulangers. Les confiseries sont, pour la plupart, des créations d'artisans de la ville. Le coussin de Lyon par exemple a été mis au point par la maison Voisin en 1962 afin d'apporter une nouvelle spécialité à la ville. Mais Lyon est surtout la capitale de la papillote. La légende veut que ces douceurs, emballées dans un papier frangé et accompagnées d'un rébus, aient vu le jour grâce à un apprenti qui, une nuit, eut la bonne idée de dérober des chocolats chez son maître, un confiseur lyonnais nommé Papillot, et de les plier joliment dans un papier avec un mot doux pour sa belle.

ENTRÉES



SOUPE DE POTIRON

4 pers. Préparation : 30 min Cuisson : 2 h

• 1 potiron de 1,5 kg • 1/2 baguette • 150 g de gruyère • 30 cl de crème fleurette • 2 cuil. à soupe d'huile • sel, poivre

Réalisation

Nettoyez le potiron. Détachez une calotte sur le haut. Avec une cuillère, enlevez les graines et les parties blanchâtres. Creusez un peu de façon à former une cavité. Tranchez la baguette, faites frire les tranches à la poêle avec l'huile. Râpez le gruyère. Disposez au fond de la partie creuse du potiron une couche de croûtons, une couche de gruyère, une autre de croûtons, puis encore une de gruyère. Recommencez l'opération jusqu'au trois quarts de la cavité. Salez, poivrez au fur et à mesure. Recouvrez avec la crème fleurette. Replacez la calotte en couvercle. Enfournez pour 2 h à th. 5 (150°C). Retirez du four. Retirez la calotte et, avec une louche, détachez la chair intérieure puis mélangez-la avec le reste de la préparation. Servez aussitôt.