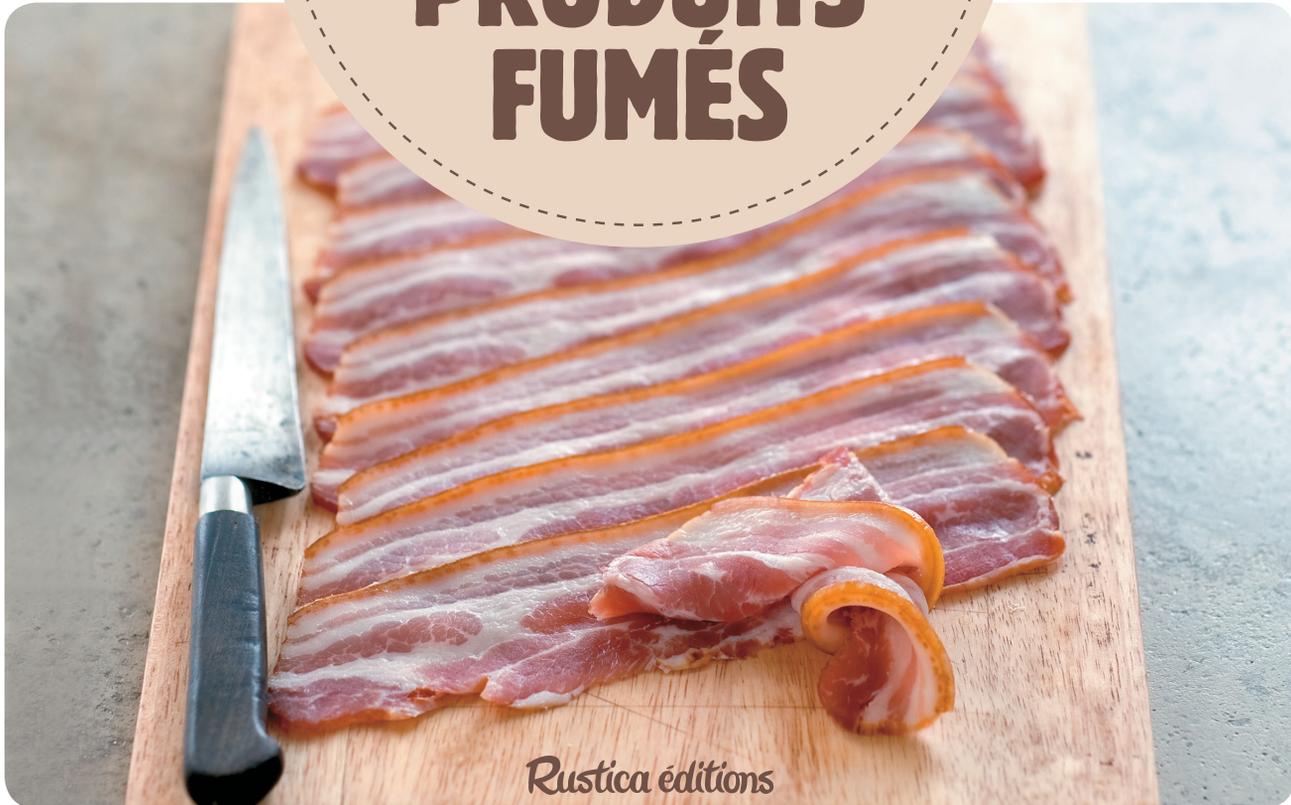




PLUS
DE 100
RECETTES
FACILES

PLUS
DE 80
PHOTOS
GESTES

LE
PETIT TRAITÉ
Rustica
DES
PRODUITS
FUMÉS



Rustica éditions



Sommaire

De l'art de fumer les aliments

Introduction	9
Petite histoire du fumage	10
Le boucanage	13
Le laquage	17
Les différents types de fumoir	28
Les combustibles	42
Fumer viandes, volailles, poissons et fruits de mer	49
Fumer fromages et légumes	61
Fumer les œufs	71
Fumer les œufs de poisson	76
Fumer le sel	80
Comment associer des produits fumés à d'autres aliments dans vos recettes maison ?	84
Trucs et astuces	88

Que faire des chutes des produits avant fumage ?

Petits grattons apéritif	92
Œuf en meurette aux parures de sanglier	94
Tartine à la moelle de bœuf sur lit de pissenlits	95
Soupe aux barbes de Saint-Jacques	97

Salade de capitaine à la tahitienne	98
Rillettes de saumon	99
Pâtes fraîches façon carbonara	101
Aiguillettes de lapin aux choux de Bruxelles	102
Brandade de daurade	103
Aiguillettes de lotte panées pour les enfants	104

Recettes à base de porc fumé

Jambon fumé de Bayonne	108
Jambon à l'os	109
Poitrine fumée	110
Épaule roulée	113
Émincé de rôti de porcs fumé au foie gras et aux figues	114
Velouté de lentilles à la palette fumée	115
Terrine de langue de porc fumée aux abricots secs	117
Moussaka de langue de porc fumé	118
Andouille	121
Escalope de veau au jambon fumé et au roquefort	122
Mille-feuilles de pommes de terre au sanglier fumé	123
Tôt-faits au jarret fumé et à la ciboulette	125



Pieds de porc fumés caramélisés	126
Filet mignon fumé gratiné au maroilles.....	128
Pieds de porc fumés en salade	129
Rôti de porc fumé farci aux cèpes	131
Andouille fumée.....	132
Aspics au jambon fumé et aux brocolis	135

Recettes à base de bœuf fumé

Brochettes de joues de bœuf fumées....	138
Filet de bœuf fumé farci aux rognons	141
Châteaubriand de filet de bœuf fumé...	143
Côte de bœuf fumée caramélisée au miel	144
Mille-feuilles de côte de bœuf fumée	145
Osso-buco fumé sur brick de pommes de terre.....	147

Recettes à base de volaille fumée

Roulades aux foies de volaille fumés et aux épinards	150
Cake aux foies de volaille fumés	153
Vélouté de cèpes au canard fumé.....	154
Émincés de magrets de canard fumés au piment.....	155
Cou de canard fumé sur lit d'épinards	157

Soupe chinoise au sot-l'y-laisse fumé....	158
Filets de poulet fumés au curry et à la mangue.....	161
Demi-coquelets fumés frits sur lit de courgettes.....	162
Rillettes de canard fumé.....	163
Râbles de lapin fumés rôtis.....	164

Recettes à base de poissons et de fruits de mer fumés

Tartines de cabillaud fumé et au saint-nectaire	168
Velouté au saumon fumé et aux endives	170
Roulades de cabillaud fumé à la mousse d'avocats	171
Beignets de gambas fumées.....	173
Soufflés aux moules fumées.....	174
Carpaccio de saumon fumé.....	176
Mille-feuilles aux deux truites.....	177
Cannellonis au thon fumé.....	179
Roulades de colin fumé façon andouille.....	180
Brochettes de Saint-Jacques fumées aux tomates cerises.....	181
Gigot de lotte fumé aillé	182
Minestrone aux coques fumées	185
Calamars fumés farcis aux deux poissons.....	187
Index	188



Petite histoire du fumage

Si le fumage perdure et s'intensifie à une époque où la conservation des aliments n'est plus un problème, c'est parce qu'il confère aux aliments un goût inégalable, sublimant même des produits relativement neutres. Ces derniers développent par cette opération un arôme particulier, parfois inattendu. Les Antillais ne s'y trompent pas, en boucanant des poulets dits « de batterie », dont le fumet devient alors une incitation à la gourmandise !

Un moyen de conservation

Les grandes découvertes sont souvent l'effet du hasard. Le fumage n'échappe pas à cette règle puisque nos ancêtres, pour protéger leurs morceaux de viande des prédateurs, les suspendaient au-dessus du feu. Les vols d'aliments ne diminuèrent pas pour autant, mais la technique du fumage était née ! Les hommes de Cro-Magnon, qui maîtrisaient admirablement le feu, comprirent rapidement que la viande gagnait ainsi en temps de conservation et en goût. À cette époque, la viande de renne était la viande la plus consommée, car cette espèce animale était très prolifique, facile à attraper et consommable du museau à la queue. Des fouilles archéologiques récentes prouvent que la

viande de renne fumée faisait partie de l'alimentation quotidienne de cette époque, tout comme le saumon fumé. Nos ancêtres maîtrisaient donc les techniques de séchage et de fumage pour assurer la conservation de la viande et du poisson. Cela leur permit sans doute d'éviter au mieux les disettes ou la famine.

De la conservation à la recherche du goût

Plus tard, la sédentarisation progressive des hommes entraîna la domestication d'animaux sauvages. Ils purent ainsi s'approvisionner en viande tout au long de l'année. Le besoin primordial de conserver le surplus de la chasse disparut alors peu à peu. Le fumage n'était plus nécessaire au quotidien, mais était néanmoins utilisé ponctuellement, lors du sacrifice de gros animaux, comme le porc ou le bœuf. En outre, les produits fumés constituaient une monnaie d'échange, permettant le commerce.

Le savoir-faire lié au salage et au fumage s'affina et apparurent alors des produits annexes comme les saucisses ou les andouilles. Le fumage correspondait alors autant à un besoin de conservation qu'à une recherche de goût. Chaque région acquit lentement sa (ou ses) spécialité(s) de viande ou de poisson. Elles furent alors exportées vers des régions où ces

LA CONSERVATION DES PRODUITS FUMÉS

- Dans le bas du réfrigérateur, emballés dans du film alimentaire, les produits fumés se conservent 1 mois. Après ouverture, emballez-les à nouveau et consommez-les sous 8 jours pour le poisson et sous 10 à 15 jours pour la viande.
- Congelés dans des sacs à congélation, ils se conservent 1 an.
- Mis sous vide grâce à une machine spécialisée, ils se conservent 5 à 6 mois au frais.
- Mis sous vide et congelés, ils se conservent plusieurs années.



produits n'existaient pas. Ainsi, le salage et le fumage des poissons de mer permettaient de les transporter dans les terres sans risque de pourrissement. Dès le ^{XIX}^e siècle, l'essor démographique provoqua une demande en produits fumés croissante, entraînant la création d'usines locales.

Canadiens et Européens : une tradition de fumage différente

Si l'engouement lié au fumage familial est plutôt récent en France, c'est en revanche une tradition culturelle chez nos amis canadiens. Cela s'explique par leur passé : les Amérindiens maîtrisaient parfaitement cet art et le transmirent naturellement aux colons qui arrivaient d'Europe. De nombreux fumoirs taillés dans la pierre il y a des siècles ont été retrouvés, généralement dans les régions côtières et en Gaspésie.

Les Indiens étaient de grands consommateurs de poissons qui foisonnaient à l'époque. Ils les fumaient de façon intensive durant la saison chaude pour faire face à la dureté de l'hiver, souvent redoutable dans ces contrées où le froid rendait l'agriculture ainsi que toute chasse et toute pêche quasiment impossibles.

Les colons adoptèrent rapidement le fumage pour une raison très simple : la majorité d'entre eux s'était installée sur les rives du Saint-Laurent, créant des agglomérations nouvelles là où les échanges avec les bateaux de commerce étaient possibles. Mais l'arrivée souvent épisodique de ces navires chargés, entre autres, de vivres, les poussa à composer avec les autochtones pour leur survie et à découvrir ainsi une alimentation nouvelle et locale.



Durant les déplacements sur de longs trajets, souvent nécessaires pour le commerce, le poisson ou la viande fumés constituaient un aliment idéal tant au niveau de sa conservation que de son poids. De plus, les interdits religieux catholiques, interdisant de consommer de la viande plus de 150 jours par an,

Petite histoire du fumage / 11





Le laquage

Si nous abordons ici le laquage, c'est que cette technique permet de sublimer les pièces devant être fumées à chaud. Contrairement à une simple marinade, la « laque » doit être assez épaisse, le but n'est pas de pénétrer la viande ou le poisson, mais de créer autour une croûte que le fumage va intensifier. Il faut trouver le bon équilibre afin que la fumée puisse la traverser. Elle doit, en fait, avoir la consistance d'une pâte à crêpes.

Tout le monde connaît le canard laqué, fleuron de la cuisine chinoise. À l'origine, le canard qui avait subi une préparation minutieuse était cuit dans un four traditionnel à bois qui tenait lieu de fumoir : le bois devait impérativement être celui d'un arbre fruitier,

poirier ou pêcher, car cette essence ajoutait à la perfection de ce mets. Élaborée sous la dynastie Ming, cette recette suivait un protocole précis : le canard était découpé devant le convive qui ne recevait que la peau sur des petites galettes, la chair retournant en cuisine pour être déclinée sous forme de soupe riche servie en plat principal.

Le laquage s'est étendu depuis à d'autres viandes et aux poissons ; le fumage qui suit en exalte la saveur. La pièce de viande ou de poisson peut être précuite au four si elle est imposante puis fumée lentement ensuite. Différents laquages sont possibles. La marinade doit être épaisse et appliquée au pinceau à plusieurs reprises sur le produit qui attend au frais. Il est impératif de continuer à laquer durant le fumage afin que la pièce s'imprègne à la fois de la saveur de la marinade et de celle de la fumée.

Quelques recettes vous sont proposées dans les pages suivantes. Selon la grosseur ou le nombre de pièces à fumer, il vous faudra peut-être doubler les doses des laques présentées ici, prévues pour 1,5 kg environ.

ATTENTION !

Ne jamais mettre de l'huile dans la marinade car celle-ci créerait une barrière à la fumée.





Laque douce

*Pour 1,5 kg de viande
ou de poisson à laquer*

Temps de marinade : 4 à 6 h

- 5 cuil. à soupe de miel liquide
- 5 cuil. à soupe de sauce Worcestershire
- 5 cuil. à soupe de vin blanc
- 1 sachet de levure chimique
- 3 cuil. à soupe de Maïzena
- Sel et poivre à discrétion

- 1) Mélangez tous les ingrédients et badigeonnez-en la pièce de viande ou le poisson toutes les heures en la laissant mariner 4 à 6 heures au frais.
- 2) Lors du fumage, continuez à enduire le produit une fois par heure au moins.

Idéal pour :

rôti de porc, ribs de porc, rôti de veau, langues d'agneau ou de veau, jarret de veau, filet de saumon, filet de requin.

Conseil

Le rôle de la levure est de lier les ingrédients, cela aide à faire adhérer la laque. Déposez un bac afin de récupérer la laque qui va couler et réutilisez-la.

Laque « yenyen »

Aux Antilles, les yenyens sont les abominables moustiques microscopiques qui vous dévorent le soir... cette laque est donc très épicée !

*Pour 1,5 kg de viande
ou de poisson à laquer*

Temps de marinade : 4 à 6 h

- 5 cuil. à soupe de miel liquide
- 1 cuil. à soupe rase de purée de piments
- 5 cuil. à soupe de rhum
- 3 cuil. à soupe rases de Maïzena
- 1 sachet de levure chimique
- Sel et poivre à discrétion

- 1) Mélangez tous les ingrédients et badigeonnez-en la pièce de viande ou le poisson toutes les heures en la laissant mariner 4 à 6 heures au frais.
- 2) Lors du fumage, continuez à enduire le produit une fois par heure au moins.

Idéal pour :

ribs de porc, joue de bœuf, palette de porc, râbles de lapin, cuisse de dinde, ailes de raie, gros filets de poisson (thon, thazard, espadon).

Conseil

Comme vous devrez ouvrir régulièrement le fumoir pour badigeonner votre viande ou votre poisson, faites-le plutôt lorsque la fumée commence à manquer et que vous devez réamorcer le feu de la sciure.



Fabriquer un fumoir en pin « maison »

Outils nécessaires

- Scie sauteuse et scie cloche
- Marteau
- Perceuse
- Pointes
- Vis

Matériel

- 2 planches en pin de 100 x 34 cm (A)
 - 2 planches en pin de 100 x 51 cm (B)
 - 2 planches en pin de 51 x 34 cm (C)
 - 4 m de tasseaux de pin de 3 x 3 cm
 - 1 tube de cheminée et son chapeau pour poêle d'un diamètre de 10 cm et d'une longueur de 30 cm
 - 18 petites équerres
 - 1 tube de joint « bleu » pour moteur de voiture
 - 4 petites charnières
 - 4 grilles de 50 x 30 cm
 - Des crochets
- 1) Avec une scie cloche, faites un trou de 10 cm de diamètre au centre de l'une des deux planches C. Insérez la cheminée et fixez-la à l'aide de vis. Étanchéifiez-la avec du joint « bleu ».
 - 2) Avec des vis, fixez 2 tasseaux de 34 cm de long sur les côtés de même longueur de la seconde planche C : ce sont les pieds du fumoir.
 - 3) Vissez les tasseaux qui serviront de supports aux grilles : découpez 8 tasseaux de 30 cm de long. Fixez 4 tasseaux à l'aide de pointes sur une planche A, en les répartissant tous les 20 cm environ. Procédez de la même manière sur la seconde planche A, en veillant bien à ce que les tasseaux soient exactement à la même hauteur.
 - 4) Avec des vis, fixez les planches A, tasseaux vers l'intérieur, sur l'une des planches B qui servira de fond. Renforcez

la structure en plaçant 6 équerres : 3 sur chaque planche A. Étanchéifiez avec du joint « bleu ».

- 5) Avec des vis, assemblez la planche C et ses tasseaux à la base de la structure précédente. Renforcez la structure en plaçant 6 équerres. Étanchéifiez avec du joint « bleu ».
- 6) Avec des vis, fixez la planche C munie de la cheminée sur cet ensemble. Renforcez la structure en plaçant 6 équerres. Étanchéifiez avec du joint « bleu ».
- 7) Découpez à la scie sauteuse la planche B restante à une hauteur de 25,5 cm.
- 8) Sur la partie de 25,5 cm de haut, pratiquez 3 trous de ventilation de 5,5 cm de diamètre à l'aide d'une scie cloche.
- 9) Placez 2 charnières sur chacune des portes et fixez-les sur le corps du fumoir pour constituer la porte. Veillez à laisser le moins d'espace possible entre les 2 parties de la porte.
- 10) Placez les 4 grilles sur les tasseaux. Sur la grille supérieure, accrochez quelques crochets qui vous permettront de suspendre les grosses pièces.
- 11) Disposez un contenant métallique – une vieille casserole, une bassine en acier... – pouvant supporter la chaleur dans la partie inférieure du fumoir. Avant la première utilisation de votre fumoir, procédez à des essais à vide afin de vous familiariser avec le fumoir et de le « culotter ».

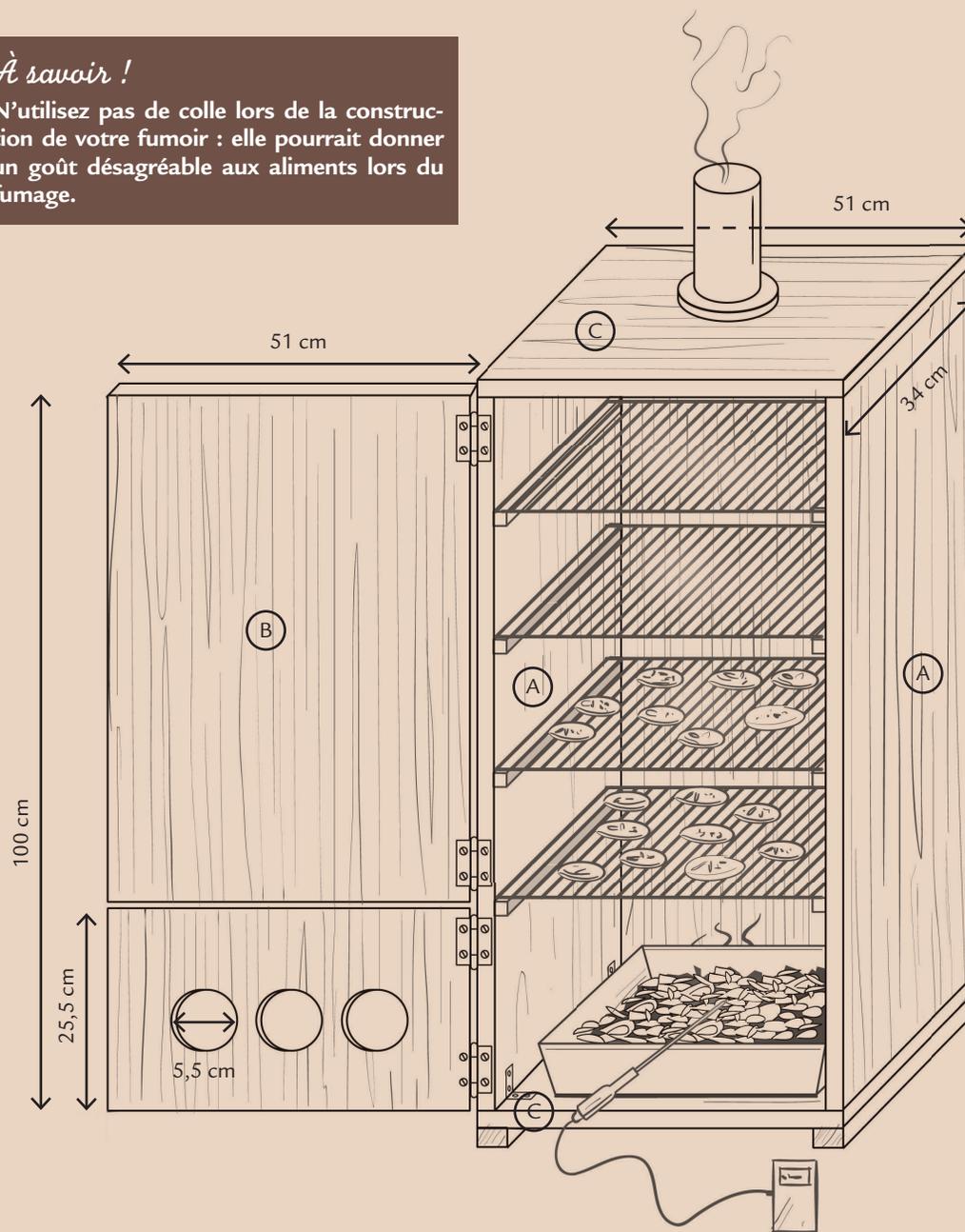
Deux points sont à ajuster pendant ces essais :

- **l'étanchéité du fumoir** : bouchez à l'aide du joint « bleu » les quelques trous desquels s'échappera la fumée lors des premiers essais.
- **le réglage de la température de fumage** : munissez-vous d'un thermomètre à sonde déportée pour contrôler la température. Il est possible de fixer la sonde directement dans le fumoir. La température dépend des combustibles utilisés et de la manière dont vous entretenez leurs braises.

Fumoir en pin « maison »

À savoir !

N'utilisez pas de colle lors de la construction de votre fumoir : elle pourrait donner un goût désagréable aux aliments lors du fumage.







Osso-buco fumé sur brick de pommes de terre

Dans la région Rhône-Alpes, on appelle «brick» des galettes de pommes de terre râpées et liées avec un œuf battu. Elles constituent une base idéale pour servir un osso-buco fumé dans sa sauce veloutée.

Temps de préparation : 1 h 30

Temps de cuisson : 1 h

Plat pour 6 personnes

- 6 tranches de jarret de bœuf fumé
- 2 cuil. à soupe de farine
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 3 oignons
- 4 tomates
- 50 cl de vin blanc sec
- 3 gousses d'ail
- 1 cuil. à soupe de persil plat

Pour les bricks de pommes de terre

- 2 œufs
- 4 pommes de terre
- 1 pincée de noix de muscade râpée
- 1 cuil. à café d'huile de tournesol
- Sel, poivre du moulin

Fumer un jarret de bœuf

Type de saumure : liquide

Technique de fumage : à chaud

Temps de fumage : 5 à 6 h

- 1) Enduisez les tranches de jarret de bœuf fumé de farine. Dans une cocotte, faites-les dorer pendant 5 minutes sur chaque face dans l'huile chaude.
- 2) Pelez et émincez les oignons. Ajoutez-les dans la cocotte avec les tomates lavées et détaillées en dés. Arrosez avec le vin blanc et laissez cuire pendant 10 minutes.
- 3) Pelez et écrasez les gousses d'ail, puis mettez-les dans la cocotte avec le persil plat lavé et ciselé. Laissez réduire pendant 20 minutes sur feu doux.
- 4) Pendant ce temps, préparez les bricks : battez les œufs. Épluchez les pommes de terre, lavez-les et râpez-les à la grille fine. Mélangez les pommes de terre et les œufs. Salez, poivrez et saupoudrez de noix de muscade.
- 5) Dans une grande poêle, faites chauffer l'huile. Lorsqu'elle est chaude, faites six tas avec la préparation et aplatissez-les dans la poêle. Laissez cuire 15 min par face sur feu doux. Disposez une brick au centre de chaque assiette, couvrez de viande et nappez de sauce. Servez bien chaud avec une salade Feuille de chêne.

Recettes à base de bœuf fumé / 147



1)



2)



3)





Beignets de gambas fumées

Les gambas sont de grosses crevettes très abordables, elles sont disponibles toute l'année au rayon surgelés. Leur chair tendre et ferme permet de réaliser des beignets croustillants et légers au goût fumé inattendu.

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 10 min

Entrée pour 6 personnes

- Huile de friture
- 150 g de farine
- 1 œuf
- 150 cl de lait
- 18 gambas fumées
- Sel, poivre du moulin

Fumer des gambas

Type de saumure : sèche

Technique de fumage : à froid

Temps de fumage : 3 à 4 h

- 1) Faites chauffer l'huile dans une friteuse. Dans un saladier, mélangez la farine, l'œuf et le lait, jusqu'à l'obtention d'une pâte fluide. Salez et poivrez.
- 2) Décortiquez les gambas fumées en conservant la carapace de la queue.
- 3) Trempez les gambas dans la pâte et faites-les frire pendant 2 minutes sur chaque face, jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. Égouttez-les sur du papier absorbant et servez-les aussitôt.

Variante

Pour donner un petit goût de noisette à la pâte à beignets, incorporez 1 cuillerée à soupe de graines de sésame lors de la préparation.



Retrouvez dans cet ouvrage tous les conseils pour apprendre facilement les meilleures techniques de fumage. Quel type de fumoir utiliser ? Quel combustible convient le mieux ? Qu'est-ce que le boucanage ? Toutes les réponses à vos questions se trouvent dans les pages de ce livre !

Jambon fumé de Bayonne, andouille fumée, osso-buco fumé sur brick de pomme de terre, cou de canard fumé sur lit d'épinards, beignets de gambas fumées, calamars fumés farcis aux deux poissons... Retrouvez plus de 100 recettes pour cuisiner le porc, le bœuf, la volaille et les poissons fumés, et visualisez le meilleur geste technique grâce aux nombreux pas-à-pas photos.

Caroline Guézille a déjà écrit plusieurs livres de cuisine pour les éditions Rustica (*Le petit traité Rustica des fromages maison*, *Mes produits fumés...*) et est reconnue pour son excellente connaissance de la cuisine tradition et de terroir.

www.rustica.fr

19,95 € TTC



MDS : 46243