

la cuisine au fromage de chèvre

Marie Fougère

collection les bonnes choses

TABLE DES MATIÈRES ALLÉGÉE

Introduction	5
Entrées froides	7
Entrées chaudes	25
Soupes, potages	47
Viandes, volailles	53
Plats consistants	63
Fromages	83
Pâtisseries	91
Boisson	99
Bibliographie	101
Table détaillée des recettes	103

Illustrations : Marie Fougère

nouvelle édition revue et augmentée

Toute reproduction partielle de la présente publication est interdite
sans autorisation de l'éditeur ou du
Centre Français d'Exploitation du Droit de Copie
(C.F.C. 20 rue des Grands Augustin, 75006 Paris).

© Diffusion Différente, Utovie, 2008

Marie Fougère

**LA CUISINE
AU FROMAGE
DE CHEVRE**

éditions d'utovie

Pour trop de gens le fromage de chèvre, c'est ce petit crottin sec, qui rassit encore, sur le plateau rond des fromages, derrière tous les autres...

Et pourtant, qu'il est multiple et parfumé, blanc, gris ou doré !

C'est pour le mettre au menu, lui faire la place plus grande, que nous avons préparé ce livre de recettes.

L'utilisant sous toutes ses formes, des entrées aux desserts, qu'il soit présent dans tous les « mouvements » d'un repas, comme on le dit d'une musique.

Je vous souhaite un bon appétit.

marie fougère.

avocats chèvre-noix

Un avocat par personne, quelques feuilles d'estragon, de cresson, de cerfeuil, une gousse d'ail, huile d'olive, vinaigre, moutarde, un quart de fromage bien sec par personne, quelques noix, quelques feuilles de laitue

Préparez une sauce moutarde : pilez dans un bol les feuilles d'estragon, de cerfeuil, l'ail. Ajoutez de la moutarde puis l'huile en tournant, goutte à goutte. Quand la quantité est suffisante ajoutez un peu de vinaigre. Dans chaque assiette disposez les feuilles de laitue, puis l'avocat épluché et coupé en tranches dans le sens de la longueur comme les pétales d'une fleur. Au centre, disposez la sauce moutarde et le fromage. Décorez avec des cerneaux de noix.

salade d'été

Deux œufs, une cuillerée à café de moutarde, un jus de citron, un fromage bien frais, trois cuillerées d'huile d'olive, sel, poivre, laitue, reste de haricots verts, quelques pommes de terre cuites à l'eau, deux tomates, trois cuillerées à soupe de ciboulette hachée

Dans un bol travaillez deux jaunes d'œufs durs avec la moutarde et le jus de citron. Ajoutez l'huile en filet en tournant toujours. Salez, poivrez. Dans un saladier tapissé de feuilles de laitue, disposez les haricots verts, les pommes de terre coupées en quartiers et la ciboulette hachée. Nappez toute la salade avec la sauce. Mettez au frais jusqu'au moment de servir.

tomates fourrées

Six belles tomates, un fromage frais, une carotte, trois petits navets, huile d'olive, cerfeuil, oignon, sel, le jus d'un demi-citron

Évidez les tomates en réservant les « chapeaux ». Râpez la carotte et les navets. Épluchez l'oignon, hachez-le très fin. Hachez aussi le cerfeuil. Dans un saladier écrasez le fromage, mêlez-y les légumes râpés, le cerfeuil et l'oignon. Ajoutez le jus d'un demi-citron et salez légèrement. Versez environ deux cuillerées à soupe d'huile d'olive. Fourrez les tomates avec cette préparation, remettez les chapeaux et décidez chaque tomate de cerfeuil. Servez très frais.

rarebit gersois

Six tranches de pain de mie, 100 g de beurre, deux crottins bien secs, trois jaunes d'œufs, deux verres de bière blonde, sel, cayenne, une cuillerée à soupe de moutarde forte

Faites griller les tranches de pain de mie au grille-pain (ou à l'huile). Débitez les fromages en copeaux le plus fin possible après les avoir grattés.

Dans une casserole à fond épais, mettez le fromage, un verre de bière, le beurre et la moutarde. Mettez sur feu doux en remuant jusqu'à ce que le fromage fasse une pâte assez lisse sans laisser bouillir.

Hors du feu, ajoutez les jaunes d'œufs un à un en mélangeant bien chaque fois. Assaisonnez de sel et de Cayenne. Remettez sur le feu quelques instants en rajoutant de la bière si nécessaire pour obtenir une pâte coulante et très crémeuse.

Mettez les tranches de pain dans des petits plats individuels, et recouvrez-les de cette pâte au fromage. Juste avant de servir passez les toasts au four pour les faire dorer. Là non plus ils ne doivent pas bouillir.

Accompagnez de la même bière.

cake aux olives vertes

Deux fromages frais, 250 g de farine, un paquet de levure chimique, quatre œufs, un verre d'huile d'arachide, un verre de vin blanc sec, 200 g de jambon de pays (en tranches épaisses), 160 g d'olives vertes dénoyautées, poivre (pas de sel : olives et jambon étant déjà assez salés), coulis de tomate

Mettez à tremper les olives dans plusieurs eaux pour les dessaler un peu. Dans un grand saladier, mélangez la farine et la levure. Ajoutez les 4 œufs entiers avec une cuillère en bois.

Ajoutez l'huile, battez au fouet électrique, ajoutez le vin blanc, puis les fromages bien écrasés et battez encore au fouet électrique pour obtenir un mélange bien crémeux et lisse.

Ajoutez alors les olives, le jambon coupé en tout petits dés. Poivrez. Versez dans un moule à cake bien beurré (30 cm de long) et mettez à cuire à four chaud (Th 6,5) environ 1h10 minutes. Pour voir si le cake est cuit, enfoncez-y une lame de couteau, il faut qu'elle ressorte sèche. Démoulez chaud sur une volette à pâtisserie. Laissez refroidir. Servez en entrée avec un coulis de tomates.

soupe de pomme de terre

Un fromage mi-sec, deux oignons, 60 g de beurre, 500 g de pommes de terre, deux cuillerées à soupe de purée de tomate, un litre de bouillon de viande, sel, poivre, bouquet garni

Émincez les oignons. Faites-les fondre dans le beurre sans laisser brunir. Pelez les pommes de terre et coupez-les en rondelles bien fines. Ajoutez les pommes de terre aux oignons, versez le bouillon sur les pommes de terre. Salez, poivrez, ajoutez le bouquet garni et la purée de tomates. Amenez à ébullition et réduisez le feu. Laissez cuire jusqu'à ce que les pommes de terre se défassent. Enlevez le bouquet garni, ajoutez le fromage bien écrasé et passez la soupe au mixer. Remettez sur le feu, donnez un petit bouillon et servez.

Si la soupe est trop épaisse, on peut rajouter du lait ou du bouillon.

sauce pour grillades

Un fromage bien frais, persil, cerfeuil, le jus d'un citron, 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive, une cuillerée à soupe de bonne moutarde ancienne, sel, poivre ou Cayenne

Battez à fond le fromage, ajoutez les herbes finement ciselées, la moutarde, le jus de citron et l'huile en filet, en battant toujours. Il faut arriver à une sauce très onctueuse et bien lisse. Mettez dans un bol avec une petite cuillère et posez sur la table à côté des grillades.

poulet farci

Un fromage bien frais, un poulet de grain (tant qu'à faire) avec son foie, beurre, sel, poivre, deux jaunes d'œufs, cerfeuil, persil et ciboulette

Préparez une farce bien fine en battant le fromage frais avec les jaunes d'œufs, le foie, les herbes hachées, ajouter une grosse noix de beurre. Farcissez le poulet, recousez-le, recouvrez-le d'une bande de lard. Mettez-le à rôtir.

Quand le poulet est bien doré, mouillez-le avec une louchée de bouillon. Laissez-le encore un peu au four.

Au moment de servir, ajoutez une poignée de cerfeuil cru finement ciselé.

steacks un peu sauvages

Un fromage pas trop sec, 500 g de bœuf haché, un oignon, une cuillerée à café de poivre noir, un œuf, du beurre, 30 g d'amandes en poudre

Épluchez un oignon, hachez-le et faites le fondre avec un peu de beurre dans une poêle.

Mélangez le bœuf haché avec l'oignon, le poivre, le fromage de chèvre bien écrasé, un œuf et la poudre d'amandes. Divisez en huit petits steacks et faites frire dans la poêle où l'oignon a cuit, avec un peu de beurre.

quiche barbichette

200 g de caillé de chèvre, 200 g de farine (+ une cuillerée à soupe), 100 g de beurre (ou margarine), un demi-verre d'eau, une pincée de sel, 150 g de lard maigre coupé en dés, une cuillerée à soupe de crème fraîche, un jaune d'œuf, cerfeuil haché, sel, poivre

Préparez la pâte à tarte en mélangeant rapidement la farine, le sel, le beurre en petits morceaux et l'eau. Pétrissez du bout des doigts et le moins longtemps possible. Roulez en boule et laissez reposer au frais.

Mélangez le caillé avec la crème, l'œuf, la farine, le sel, le poivre et le cerfeuil haché. Ajoutez les petits dés de lard.

Foncez un plat à tarte beurré et légèrement fariné. Piquez à la fourchette et garnissez avec le mélange au fromage. Faites cuire à four chaud 20 à 25 minutes. Servez chaud.

petits pâtés chèvre blanche

Pour la pâte :

200 g de farine, une cuillerée à café de sucre, 200 g de beurre deux jaunes d'œufs, trois cuillerées à soupe d'eau, une pincée de sel, un œuf pour dorer

Pour la farce :

4 fromages ni trop secs ni trop frais, 50 cl de lait, 200 g de jambon coupé en petits dés, 50 g de beurre, 50 g de farine, 3 œufs, sel, poivre, carvi, huile

Préparez la pâte en fraisant entre les deux mains la farine salée et sucrée et le beurre, puis assouplissez avec les jaunes d'œufs et l'eau ajoutée par cuillerée pour obtenir une pâte lisse assez ferme. Laissez reposer au frais une heure ou deux.

Pendant ce temps dans une casserole sur feu doux, préparez une béchamel épaisse : faites fondre le beurre, ajoutez la farine, mouillez avec le lait, faites cuire une dizaine de minutes sans cesser de remuer. Incorporez alors les jaunes de deux œufs, le jambon coupé en petits dés et le fromage bien écrasé. Goûtez pour savoir s'il y a besoin de sel, poivrez.

Étendez la pâte au rouleau et parsemez-la de carvi, étendez à nouveau pour bien enfoncer les petites graines dans la pâte. Découpez des ronds de pâte d'environ 8 cm de diamètre. Posez sur chaque rond une bonne cuillerée de farce au fromage, pliez les pâtés en deux et soudez bien les bords avec les doigts. Dorez à l'œuf battu et mettez à four chaud (Th 6 ou 7) environ 30 minutes. Servez tiède ou chaud.

fromage aux herbes

6 fromages frais mais pas trop , un demi-litre d'une bonne huile d'olive, cinq feuilles de laurier, deux branches de thym, deux branches de romarin, poivre en grains, baies de genièvre, trois gousses d'ail

Rangez les fromages dans un grand bocal les uns au-dessus des autres. Entre chaque fromage, rangez aussi les feuilles de laurier, le thym, le romarin, les grains de poivre, les baies de genièvre et les gousses d'ail laissées entières. Quand le bocal est bien rempli versez-y l'huile d'olive qui va combler tous les vides : il faut qu'elle recouvre bien le tout. Bouchez le bocal et laissez le temps aux fromages de se gorger du parfum des herbes. L'huile les rend moelleux.

Dans le bocal, au fur et à mesure que vous prendrez les fromages, vous pouvez en remettre d'autres.

gâteau aux fruits confits

750 g de caillé bien égoutté, 1 dl de crème fraîche, 300 g de beurre, une cuillerée à café de vanille en poudre, 100 g de fruits confits, un zeste de citron, six jaunes d'œufs, 300 g de sucre en poudre

Le caillé doit être utilisé très frais et parfaitement égoutté.

Coupez le beurre en tout petits morceaux et travaillez-le en pommade dans une terrine. Incorporez-y 100 g de sucre en poudre. Travaillez encore. Travaillez ensuite les six jaunes d'œufs avec le reste du sucre jusqu'à obtenir une crème lisse et presque blanche. Incorporez alors la vanille et le zeste bien haché du citron. Écrasez bien le caillé avec une fourchette. Ajoutez la crème. Mélangez. Ajoutez ensuite les deux préparations (beurre et jaunes) et travaillez longtemps pour obtenir une pâte lisse et homogène. Incorporez les fruits confits. Prenez une passoire de bonne taille et garnissez d'une mousseline : versez-y la préparation et tassez bien. Maintenez bien pressé avec une assiette ou une planchette et un poids.

Mettez toute la nuit au réfrigérateur et démoulez le lendemain sur un plat.

le tourteau fromagé

Deux fromages très frais, 500 g de farine, 120 g de beurre, deux œufs + cinq œufs, deux grosses cuillerées à soupe de crème fraîche, 250 g de sucre, sel, cognac

Mélangez ensemble la farine, le beurre en copeaux, deux œufs entiers, une pincée de sel. Ajoutez l'eau nécessaire pour faire une pâte à tarte. Laissez reposer deux bonnes heures.

D'autre part, battez ensemble les fromages frais, cinq œufs entiers, la crème fraîche et le sucre en poudre.

Ajoutez à cette pâte un bon verre de cognac.

Étendez la première pâte au rouleau dans un moule à manqué, et relevez les bords sur au moins 3 cm de hauteur. Remplissez l'intérieur avec la pâte au fromage. Poudrez de sucre. Mettez à cuire à four chaud une heure environ.

Servez le gâteau complètement refroidi.

Table des recettes

Introduction	5
Entrées froides	7
Salade, chèvre et poivre	9
Chèvre et noix de pécan	10
Avocats chèvre-noix	11
Cornes aux petits oignons	12
Poivrons farcis esmeralda	13
Cœur de chevrette	14
Verte au fromage	15
Concombre blanc	16
Caillé aux herbes	17
Chèvre frais aux herbes	18
Salade d'été	19
Timbales de concombre au saumon	20
Crevettes des prés salés	21
Fonds d'artichauts farcis	22
Tomates fourrées	23
Entrées chaudes	25
Figues fraîches au fromage de chèvre	27
Epinards chauds en croûte de chèvre	28
Chèvre en ramequin	29
Rarebit gersoïis	30
Chèvres à la poêle	31
Crêpes à cornes	32

Crêpes chevrettes	33
Bichèvres	34
Chèvre et chou	35
Croquettes à l'italienne	36
Fritots	37
Casse museau poitevin	38
Boulettes de chèvre au maïs	39
Fondants au fromage de chèvre	40
Millaci	41
Subrics de chèvre et pomme	42
Croquettes chèvre et pain	43
Galettes aux noix	44
Cake aux olives vertes	45

Soupes, potages **47**

Soupe d'or	49
Soupe de pommes de terre	50
Soupe au fromage	51

Viandes, Volailles **53**

Sauce pour grillades	55
Gigot surprise	56
Poulet à la cocotte	57
Poulet farci	58
Fricandelles de veau à l'estragon	59
Escalopes de Suzanne	60
Boulettes d'agneau	61
Steacks un peu sauvages	62

Plats consistants 63

La Tartifouette	64
Chèvre verte	65
Quiche barbichette	66
Pommes de terre du dimanche soir	67
Feuilletés d'épinards	68
Gratin d'aubergines biquette	69
Chante-coucou	70
Petatou	71
Œufs brouillés de M. Seguin	72
Ragoût à la crème	73
Caillé en fondue	74
Petits pâtés chèvre blanche	75
Petits pâtés chèvre brune	76
Petits pâtés chèvre noire	77
Tourte aux herbes de Pâques	78
Quiche du pêcheur	79
Pain des quatre sabots	80
Fromage au pain	81
Tarte de Pâques	82

Fromages 83

Fromage aux raisins secs	85
Fromage peau rouge	86
Fromage aux poireaux	86
Fromage à l'eau de vie	87
Fromage au lard	87
Fromage de Joanna	88
Fromage aux herbes	89
Fromage de Nathanaël	90
Fromage sous béret	90

Pâtisseries 91

Gâteau russe 92

Gâteau aux fruits confits 93

Le tourteau fromagé 94

Gâteau aux cerises 95

Gâteau américain 96

Tarte à la flamande 97

Boisson 99

Liqueur au lait de chèvre 99

Bibliographie 101

Table détaillée des recettes 103

Notre collection
Les Bonnes choses
comprend

LA CUISINE AU FROMAGE DE CHÈVRE
LES OLIVES DU SOLEIL DANS LA CUISINE
(versions française et allemande)
LES BONNES ADRESSES DU VIN BIO
LA CUISINE DES HUITRES
LA CUISINE DES ESCARGOTS
LE MENU DES ÉCRIVAINS
LA CUISINE A LA BIÈRE
LA CUISINE DE LA COURGETTE
JE CUISINE AVEC LE MIEL
LES BONS PAINS à faire à la maison
CONFIDENCES D'UNE CUISINIÈRE PROVENÇALE
LA CUISINE DES AROMATES
COOKIES ET DESSERTS DES U.S.A.
LA CUISINE DU POIREAU
LA CUISINE DE LA POMME DE TERRE
LE VIN, MODE D'EMPLOI
LES BONNES CONFITURES à faire à la maison
LES BONNES SOUPES pour toute l'année

envoi du catalogue complet
des titres disponibles sur simple demande à :

Diffusion Différente
EDITIONS D'UTOVIE
40320 BATS (France)

ou consultation sur :

www.utovie.com