

# La cuisine huguenote

« Recettes poitevines,  
saveurs d'antan pour réjouir petits et grands »

« De la poule au pot au tourteau,

**l'influence du protestantisme sur la cuisine traditionnelle poitvine »**

*Ouvrages en consultation et vente au*

*Musée du Protestantisme Poitevin Place de la Mairie à Beaussais, extraits :*

La huguenote est un petit récipient avec un couvercle. Placé au fond d'une marmite, les « huguenots » pouvaient y cuisiner leur « poule au pot » sans qu'aucune odeur ne parvienne au nez des dragons du roi les jours de carême...

La tourtière ou tourte est un plat cuisiné de forme ronde composé de lapin, pommes de terre et œufs. Il se préparait à la fin de l'hiver, le jour de Pâques et il fallait que « le soleil se raie dessus ».

Les camisards mettaient le bœuf en daube dans des pots en terre cuite pour le conserver. Un jour, l'un d'eux eut l'idée d'ajouter des œufs au peu de viande qui restait et quelques gouttes de vinaigre car elle commençait à faisanter... La recette des œufs à la huguenote est issue de cette légende.

<i>Ingrédients</i>	<b>Recette de la Poule au Pot</b>
<p><i>1 poule tendre avec abattis et foie, ½ livre de jambon de pays, ½ livre de mie de pain, ½ verre de lait, 3 œufs, 2 gousses d'ail, 1 bouquet de persil, poivre</i></p> <p><i>Le bouillon : 1 livre de pommes de terre, 2 oignons, 4 clous de girofle, 6 carottes, 3 navets, 6 poireaux ficelés en botte, 6 gousses d'ail, 1 bouquet garni (thym, laurier, sauge, menthe, origan, persil), sel, poivre</i></p>	<p>Porter 3 litres d'eau à ébullition dans une marmite.</p> <p>Préparer la farce : hacher menu le foie, le cœur, le gésier de la poule, le jambon de pays, l'ail et le persil. Placer le hachis dans un saladier et poivrer. Tremper la mie de pain dans du lait, l'essorer et l'ajouter au hachis. Casser un par un les 3 œufs et les incorporer au hachis.</p> <p>Lorsque l'eau bout, mettre les oignons piqués de clous de girofles, les navets et la poule farcie avec les abattis (ailerons, gésiers). Ecumer souvent pendant la cuisson.</p> <p>Une heure après, ajouter les carottes et les poireaux ficelés en botte. Laisser sur feu très doux pendant 2 heures. Saler et poivrer.</p> <p>Ouvrir la poule au bas de l'abdomen. Garnir l'intérieur avec la farce. Coudre avec de la ficelle de cuisine.</p> <p>45' avant la fin de la cuisson, éplucher et laver les pommes de terre. Prélever un peu de bouillon et le mettre dans une casserole avec les pommes de terre à servir avec la poule. Trancher la farce.</p>

<i>Ingrédients</i>	<b>Recette de la Tourtière</b>
<p><i>Morceaux de poulet</i>  <i>4 oignons</i>  <i>2 pâtes brisées</i>  <i>500 g de pommes de terre</i>  <i>6 œufs durs</i>  <i>½ verre de crème fraîche</i></p>	<p>Mettre les morceaux de poulet et les oignons coupés grossièrement dans une cocotte et les faire cuire au beurre à feu doux.</p> <p>Faire revenir les pommes de terre coupées en dés dans du beurre.</p> <p>Etaler une première pâte dans un plat à bord haut.</p> <p>Verser les pommes de terre, le poulet émincé, les œufs coupés en rondelle et la crème fraîche dans le plat. Saler et poivrer.</p> <p>Recouvrir du second rouleau de pâte.</p> <p>Pincer les deux pâtes pour les réunir et ménager une cheminée au centre de la tourte.</p> <p>Passer au four, thermostat 200°C pendant 40' environ et déguster chaud.</p>

<i>Ingrédients</i>	<b>Recette des Œufs à la Huguenote</b>
<p><i>1 reste de daube, gardianne, civet de sanglier, ou autres.</i>  <i>Des œufs. Du vinaigre.</i></p>	<p>Faire chauffer le reste de daube dans une poêle. Quand la viande est chaude, écarter la viande avec une cuillère, afin de créer des alvéoles dans lesquelles il faut casser des œufs. Saler et poivrer.</p> <p>Saupoudrer de gruyère râpé et ajouter quelques gouttes de vinaigre par-dessus. Couvrir et laisser cuire comme pour des œufs au plat, et servir lorsque le gruyère est fondu.</p>



# Le Tourteau Fromager

Recette testée et transmise par Anne-Lise

Les protestants préparaient le Tourteau fromagé au printemps pour les mariages et les grandes fêtes villageoises. Appelé «le gâteau du diable», il ne rentrait jamais dans les églises.

## ***Pour 3 tourteaux fromagers***

*1 pâte Brisée,*

*250 g de fromage de chèvre frais,*

*170 g de sucre semoule,*

*60 g de farine,*

*6 œufs,*

*5 cl de lait,*

*1 pincée de sel,*

*1 doigt de Cognac (facultatif)*

Préchauffer le four à 250°.

Dans une jatte, battre le fromage avec 120 g de sucre et 5 cl de lait jusqu'à obtenir un mélange homogène.

Casser les œufs. Séparer les blancs des jaunes. Battre les blancs en neige ferme avec le reste de sucre.

Mélanger les jaunes avec le fromage du 1<sup>er</sup> mélange, les 60 g de farine et le cognac.

Incorporez les blancs sans les casser.

Mettre la pâte Brisée dans un moule à tourteau. Verser l'appareil dessus et enfourner 20' à 250° puis 20' à 180°.

La pâte se bombe et se recouvre peu à peu d'une croute noire.



## « Le farci à ma façon » ,

recette transmise par Odette Rousseau née à La Couarde

### **Ingrédients**

*5 poignées d'oseille finement hachée (si l'oseille est acide, ajouter un peu de laitue ou de bettes appelées « joutes à farci »),  
5 œufs, 5 cuillères de farine,  
3 cuillères de crème fraîche ou de saindoux (facultatif),  
3 cuillères de fromage blanc,  
1 cuillère à soupe de sel.*

Dans un saladier, étendre un morceau de mousseline assez grand. Le tapisser de larges feuilles de chou après en avoir enlevé les grosses nervures et les avoir ébouillantées pour les ramollir.

Triturer le tout convenablement à la main puis verser la préparation sur les feuilles de chou. Les rabattre soigneusement et recouvrir le tout d'une grande feuille supplémentaire. Replier la mousseline et la ficeler fortement.

Plonger le tout dans l'eau bouillante. Laisser cuire entre 2 heures et demie et 3 heures.

Servir le farci enveloppé de ses feuilles de chou.

**Bon appétit !**

Expression populaire d'affirmation féminine : « Ce n'est pas lui qui coupe le farci ! »