

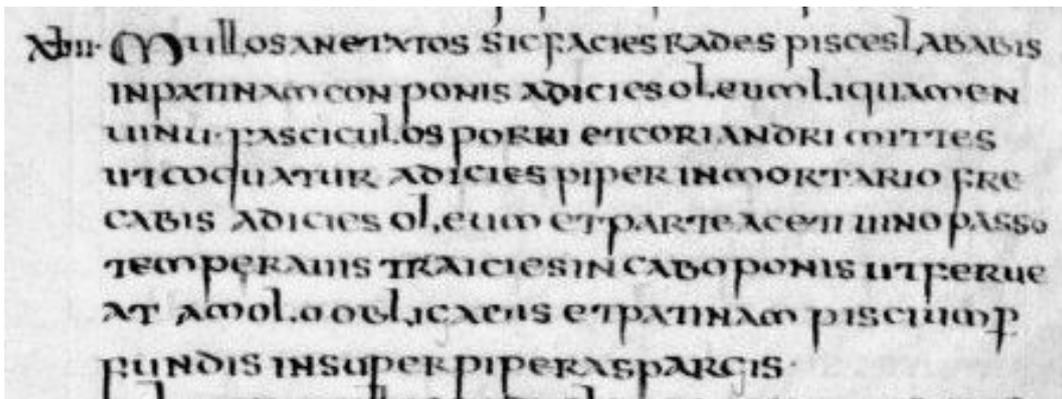


Compagnie de l'Ypocras

1 rue de la fontaine
77115 Blandy
compagnie@ypocras.net

MVLLVS¹ ANETATUS²

Rouget à l'aneth



Source	BREVIS PIMENTORUM , Apicius, recette XIII
Texte d'origine	<p>XIII Mullos anetatos sic facies rades pisces lababis in patinam con ponis adicies oleum liquamen uinu fasciculos porri et coriandri mittes ut coquatur adicies piper in mortario fre cabis adicies oleum et parte aceti uino passo temperabis traicies in cabo ponis ut ferue at amolo obligabis et patinam piscium per fundis insuper piper asparcis</p> <p><i>Ainsi se prépare le rouget à l'aneth : tu écailles les poissons, tu les laves, tu les déposes dans un plat, tu ajoutes de l'huile, du garum, des petits bouquets de poireau et de coriandre, tu mets à cuire. Tu mets du poivre dans un mortier, tu le malaxes, tu ajoutes de l'huile et un peu de vinaigre, tu mélanges avec du vin et du vin de paille, tu verses dans une marmite, tu mets à bouillir, tu lies avec de l'amidon et tu en baignes ton plat de poissons. Tu asperges de poivre par dessus.</i></p>

1 MVLLUS : surmulet, variété de rouget.

2 =ANET(H)ATVS : parfumé à l'aneth selon le Gaffiot ; mais, pas d'aneth dans le reste du texte ! On peut supposer que, comme d'autres recettes d'Apicius, l'aneth vert est déposé dans le plat de poisson en même temps que les autres « herbes » (poireaux et coriandre).



Ingrédients	Rougets, huile d'olive, garum, un blanc de poireau, un bouquet de feuilles de coriandre, poivre moulu, vinaigre, vin blanc, vin de paille (à défaut, vin blanc liquoreux comme du Monbazillac), amidon de blé ³ ou gélatine (+ 1 petit bouquet d'aneth...)
Recette adaptée	<ol style="list-style-type: none"> 1. Prendre quatre rougets vidés et bien écaillés. Apicius ne donnant aucune précision quant à la cuisson, et connaissant la cuisson du rouget, nous optons pour une cuisson à l'étouffée, donc cocotte avec couvercle. 2. Couper un blanc de poireau en julienne 3. Verser dans la cocotte 5 cs* d'huile d'olive et autant de garum. Déposer les rougets. Ajouter le poireau et le bouquet de coriandre et celui d'aneth, grossièrement ciselés. 4. Mettez au four à 180° pendant 15 mn. 5. Dans une casserole, mélanger 1 cc* de poivre fraîchement moulu, 1 cs* de vinaigre, 1 verre de vin blanc, 1 verre de vin de paille (à défaut, vin blanc liquoreux comme du monbazillac). 6. Chauffer à feu moyen en remuant doucement. Quand le liquide est chaud, y plonger 5 feuilles de gélatine (ou 1 cs* d'amidon). Remuer jusqu'à émulsion complète. Réserver au chaud 7. Sortir la cocotte du four. Disposer son contenu délicatement dans le plat de service (gardé au chaud), verser le contenu de la casserole, poivrer à votre convenance. Servez.

* cs : cuillère à soupe * cc : cuillère à café



Rougets à l'aneth de la Compagnie

- 3 l'amidon est un glucide et un liant (presque) sans gluten, assez bon marché, en pharmacie et en boutique bio. *Amidon* de blé, de maïs, ou *fécule* de pommes de terre, deux noms communs pour une même substance.

Mais... un article du magazine POUR LA SCIENCE, Édition française de Scientific American, n°504, octobre 2019, p. 96, a éveillé notre attention. [Hervé This](#), physicochimiste, directeur du Centre international de gastronomie moléculaire AgroParisTech-Inra, à Paris, y explique que les liants à l'amidon (et farine) piègent certains petits composés odorants et en réduisent le goût. Dans une recette de sauce au vin rouge et aux épices, il préconise l'utilisation de gélatine. Nous l'avons essayée. Nous avons été séduits.

