



Compagnie de l'Ypocras

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

Omelette aux oranges pour Ribaudes et Ruffians

Source	Le registre de cuisine, Jean de Bockenheim, cuisinier du pape Martin V, Bruno Laurieux
Texte d'origine	https://www.persee.fr/doc/mefr_0223-5110_1988_num_100_2_2987 N°49. « <i>Sic fac fritatem de pomeranciis. Recipe ova percussa, cum pomeranciis ad libitum tuum, et extrahe inde succum, et mitte ad illa ova cum zucaro. Post hoc recipe oleum olive, vel segimine, et fac califieri in patella, et mitte illa ova intus. Et erit pro ruffianis et leccatricibus.</i> »
Ingrédients	Oranges amères (ou oranges et citrons), sucre, œufs. Pour 4 œufs, 3 oranges amères (assez peu de jus) ou 1 orange+1citron, 30-40g. de sucre en fonction de votre goût.
Recette adaptée	On trouve facilement des oranges amères (oranges connues au Moyen-Âge) pour les fêtes de Noël en boutique bio. Il faut en presser le jus très acide, sinon prendre 1 citron pour 2 oranges sucrées. Batre les œufs en omelette, ajouter le jus, le sucre. Huile d'olive dans la poêle (<i>un doute quant au « vel segimine » : de « sagina », saindoux, donc graisse, beurre ? passons</i>). Verser l'omelette et cuire à feu doux en remuant. L'acidité de l'orange amère va empêcher l'omelette de prendre. On obtient ainsi une crème sucrée, parfumée, unanimement appréciée de nos convives. Charmant entremet servi tiède, ou plat de dessert. <i>Nota bene : conserver précieusement l'écorce des oranges amères, très parfumée, pour les confire en orangeats, ou pour infuser dans un vin chaud.</i>