

## Buffet médiéval du vendredi 6 février 2004

### Ordonnancement du repas

1<sup>er</sup> service

fruits, salades, crudités

2<sup>ème</sup> service

potages

3<sup>ème</sup> service

rôtis

4<sup>ème</sup> service

dessertes, issues, boutehors

#### 1<sup>er</sup> service :

Les fruits : pommes séchées, poires confites au miel, fruits rouges

salades : laitue, cresson, persil, échalote avec une vinaigrette à l'huile de noix

crudités : carottes taillées

2<sup>ème</sup> service :

#### Les potages :

**Potage de courge** : éplucher et épépiner la courge. Couper en morceaux et faire cuire à l'anglaise pendant 10'. Il faut qu'elle reste ferme. Egoutter et enlever l'excédent d'eau en pressant bien dessus. Mixer, ajouter le lait d'amande, le beurre et porter à ébullition.

Saler et servir.

#### Ingrédients :

2.5 kg de courge ou potiron

1 l de lait d'amandes

60 g de beurre

Sel

Lait d'amandes : le lait d'amandes était une denrée essentielle de la cuisine médiévale car c'était un substitut du lait de vache ou de brebis pour les jours de carême ou de poisson, alors que les sous-produits animaux étaient interdits à la consommation.

120 g d'amandes non pelées

1 l d'eau

gaze pour filtrer

monder les amandes, les mixer en ajoutant l'eau jusqu'à obtention d'un liquide blanc. Passer à l'étamine.

#### Cretonnée de fèves

Ingrédients :

350 g de fèves

½ l de lait

3 jaunes d'œufs

1 càc de gingembre en poudre

safran filaments

reste de viande cuite (volaille ou veau)

saindoux

Cuire les fèves à l'anglaise. Porter le lait à ébullition, ajouter les épices, hors du feu les jaunes, réchauffer les fèves, les ajouter au lait, mixer. Ajouter les morceaux de viande sautés au saindoux au moment de l'envoi.

**3<sup>ème</sup> service :**

**Les rots : rôtis**

- manchons de volaille rôtis (2 par personne) et 100 g de rôtis de porc.

les sauces d'accompagnement :

| <b>Les sauces froides</b>   | <b>Les sauces chaudes</b>  |
|---|--|
| <p><b>Aillée blanche</b> : mixer les amandes mondées et l'ail, faire tremper la mie de pain dans une partie du bouillon, bien l'écraser et lisser, ajouter au mélange amandes et ail. Monter ce mélange en le délayant avec le bouillon jusqu'à obtention de la consistance désirée. Saler et rectifier l'assaisonnement.</p> <p><b>Sauce verte</b> : faire tremper le pain dans l'eau. Lorsqu'il a bien gonflé, le mixer. Ajouter les herbes, les épices, l'ail écrasé et mixer, ajouter le vinaigre. Passer à l'étamine, rectifier l'assaisonnement.</p> <p><b>Sauce au raisin noir</b> : écraser les raisins, en extraire le jus, ajouter le verjus et filtrer. Faire tremper le pain dans une petite quantité de ce mélange liquide, puis l'écraser et le lisser. Ajouter le reste du liquide et les épices. Saler. Mettre sur le feu et faire réduire en tournant sans arrêt pour éviter que le pain n'attache. Rectifier l'assaisonnement.</p> <p><b>Moutarde</b> : faire tremper pendant une nuit entière les graines de moutarde dans le vinaigre, de manière à ce que le niveau du liquide les dépasse de ½ doigt. Le lendemain, vérifier qu'elles ont bien gonflé. Elles doivent s'écraser assez facilement entre deux doigts. Passer au mixer pour obtenir une pâte très épaisse. Délayer avec un peu de vinaigre. Saler, ajouter les épices. Verser dans un pot, fermer avec un couvercle et entreposer au réfrigérateur pendant 8 à 10 jours avant d'y goûter.</p> | <p><b>Cameline fort excellente</b> : laver, puis faire tremper pendant une heure les raisins secs. Passer au mixer les amandes, puis les délayer dans un peu d'eau. Filtrer le mélange obtenu. Passer les raisins au mixer avec les épices et la mie de pain préalablement trempée dans un peu d'eau. Mélanger le lait d'amandes et les raisins, puis leur ajouter le verjus. Bien amalgamer, saler légèrement et rectifier l'assaisonnement. La consistance doit être fluide, la couleur blond soutenu.</p> <p><b>Jance (Maître Chiquart)</b> : passer le pain au cutter. Battre l'œuf en omelette et l'ajouter au pian. Laisser s'imbiber quelques instants. Incorporer le bouillon en fouettant le tout. Mélanger les épices et les ajouter à la préparation, puis verser le verjus. Porter à ébullition.</p> |

**4<sup>ème</sup> service :**

Gingembre confit, orangeat, pâte de coing et pomme

Hypocras

**Gingembre confit** : blanchir des panais, les confire dans un sirop, les rouler dans un mélange d'épices (gingembre râpé, galanga râpé, poivre moulu, muscade râpée)

**Orangeat** : zestes d'oranges confits dans le miel

**Pâte de coing et pommes** : ajouter de la pectine si nécessaire

**Vins :**

Pour le 1<sup>er</sup> service : vin doux (par exemple muscat) + cannelle + gingembre

Pour les autres services vin rouge ou vin blanc léger

A la fin du repas : hypocras

**Pain** : petits pains blancs ronds

Ingrédients des sauces :

|  |   |   |
|--|---|---|
| <p><b>Aillée blanche :</b><br/>70 g d'amandes<br/>3 gousses d'ail<br/>une tranche de mie de pains<br/>40 cl de bouillon de viande</p>  | <p><b>Sauce verte :</b> 40 à 50g de pain de campagne<br/>5 càs de persil haché<br/>2 feuilles de sauge hachées<br/>poivre moulu pm<br/>clou de girofle pm<br/>noix de muscade pm<br/>¼ de cuillère à café de cannelle et gingembre en poudre<br/>3 càs de vianigre de vin<br/>2 gousses d'ail<br/>10 cl d'eau<br/>sel</p> | <p><b>Sauce cameline :</b><br/>70 g d'amandes mondées<br/>40 g de raisins secs<br/>40 g de mie de pain sec<br/>30 cl de verjus<br/>1 cuillère à café de cannelle en poudre<br/>¼ de càc de clou de girofle<br/>en<a href="https://fr.wikipedia.org/wiki/Patrick_Rambourg">https://fr.wikipedia.org/wiki/Patrick_Rambourg</a> poudre<br/>sel</p> |
| <p><b>Jance :</b><br/>2 belles tranches de pain de campagne sec<br/>1 eouf<br/>25 cl de bouillon<br/>5 cl de verjus<br/>½ càc de maniguette broyée<br/>¼ de gingembre moulu<br/>¼ de poivre moulu<br/>1 pincée de safran en filament<br/>sel</p> | <p><b>Sauce au raisin noir :</b><br/>20 g de pain sec<br/>¾ l de jus de raisin rouge (soit le jus de 1kg de raisin)<br/>10 cl de verjus<br/>1/3 de càc de cannelle en poudre,<br/>1/3 de gingembre en poudre<br/>1 pincée de poivre<br/>1 pincée de cardamome<br/>sel</p>   | <p><b>Moutarde :</b><br/>250 g de graines de moutardes blanches<br/>40 cl de vinaigre de vin blanc<br/>1 càc d'épices noires (autant de poivr<a href="https://fr.wikipedia.org/wiki/Patrick_Rambourg">https://fr.wikipedia.org/wiki/Patrick_Rambourg</a>, cannelle, gingembre, ¼ de gingembre, clou de girofle une pincée)<br/>sel fin</p>      |

**Pour l'hypocras :**

Pour 5 litres de vin rouge :

60g de cannelle

33g de gingembre

10 g de girofle

graines de paradis? 10 g

800 g de sucre

**Bibliographie :**

La gastronomie au moyen-âge (stock) Redon, Sabban, Serventi

Fêtes gourmandes au moyen-âge (imprimerie nationale) Flandrin, Lambert