

# Atelier de cuisine thématique

## Repas de cabane à sucre

La Bouffe du Carrefour



## Soupe aux pois à l'ancienne (8 portions)

### Ingrédients :

- 1 1/2 t. de pois jaunes secs
- 6 t. d'eau, pour le trempage
- 1/4 lb de flanc de porc salé (lard salé entrelardé), coupé en 2
- 2 1/2 t. d'oignons hachés
- 2 c. à s. de beurre
- 1 t. de carottes coupées en dés
- 1 t. de céleri coupé en dés
- 6 t. d'eau
- 3 feuilles de laurier
- 1/2 c. à t. de sarriette moulue
- Sel et poivre



### Préparation :

1. Faire tremper les pois dans l'eau environ 4 heures, ou toute une nuit. Égoutter et réserver.
2. Dans un bol d'eau froide, faire tremper le flanc de porc salé pendant 15 minutes. Égoutter et réserver.
3. Dans une grande casserole, dorer les oignons dans le beurre. Ajouter les carottes et le céleri. Poursuivre la cuisson 5 minutes en remuant.
4. Ajouter l'eau, les pois égouttés, le flanc de porc et les feuilles de laurier. Porter à ébullition. Couvrir et laisser mijoter à feu doux de 2 h 30 à 3 heures ou jusqu'à ce que les pois soient tendres.
5. Retirer les feuilles de laurier et les jeter. Retirer les morceaux de porc de la soupe, dégraisser et ne conserver que la viande. Hacher en petits dés et remettre dans la casserole.
6. Ajouter la sarriette. Rectifier l'assaisonnement et servir.

## **Fèves au lard express**

(6 à 8 portions)

### Ingrédients :

- 2 tranches de bacon, émincées
- 1 échalote française, hachée
- 1/2 t. d'eau
- 2 c. à t. de moutarde de Dijon
- 1 c. à s. de mélasse
- 1 c. à s. de cassonade
- 1 boîte de 398 ml ou de 540 ml de petits haricots blancs (voir note)
- 1/2 c. à t. de fécule de maïs, diluée dans 1 c. à s. d'eau
- Sel et poivre, au goût

### Préparation :

1. Dans une poêle, à feu vif, faire revenir le bacon pendant 2 minutes. Ajouter l'échalote, puis poursuivre la cuisson pendant 2 minutes.
2. Incorporer l'eau, la moutarde, la mélasse, la cassonade et les haricots. Laisser mijoter à feu moyen-doux pendant 5 minutes.
3. Verser le mélange de fécule de maïs et remuer pour épaissir la sauce.



## Oreilles de crisse (6 portions)

### Ingrédients :

- 454 g (1 lb) de lard salé (sans chair) avec couenne, tranché finement

### Préparation :

1. Dans une casserole d'eau bouillante, pocher les tranches de lard environ 1 minute. Égoutter et éponger sur du papier absorbant.
2. Dans une poêle en fonte, faire revenir les tranches de lard à feu moyen à doux jusqu'à ce que le gras soit fondu et les tranches bien dorées, soit environ 20 minutes. Déposer sur un papier absorbant.
3. Réserver le gras pour l'omelette rustique.



## **Omelette rustique** **(6 portions)**

### Ingrédients :

- 1/4 t. de farine tout usage non blanchie
- 1 c. à t. de poudre à pâte
- 8 œufs, légèrement battus
- 1 1/2 t. de lait
- 2 c. à s. de gras fondu de lard salé ou gras de bacon
- Sel et poivre

### Préparation :

1. Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 180 °C (350 °F).
2. Dans un bol, mélanger la farine et la poudre à pâte. Ajouter l'équivalent d'un œuf en fouettant jusqu'à ce que le mélange soit homogène. Ajouter le reste des œufs et le lait. Saler et poivrer. Réserver.
3. Dans une poêle en fonte chaude, verser le gras et ajouter le mélange d'œufs. Bien mélanger. Cuire au four environ 25 minutes ou jusqu'à ce que l'omelette soit légèrement gonflée et dorée. Servir immédiatement puisque l'omelette reste gonflée environ 3 minutes.





## Grands-pères dans le sirop (16 unités)

### Ingrédients :

- 2 t. de farine tout usage
- 2 c. à s. de sucre
- 2 c. à t. de poudre à pâte
- 2 c. à s. de beurre fondu
- 1 c. à t. d'essence de vanille
- 3/4 t. de lait
- 2 1/2 t. de sirop d'érable
- 1 1/2 t. d'eau



### Préparation :

1. Dans un bol, mélanger la farine, le sucre et la poudre à pâte. Ajouter le beurre fondu, l'essence de vanille et le lait. Mélanger à la cuillère de bois jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.
2. Dans une casserole, porter le sirop d'érable et l'eau à ébullition.
3. Avec les mains mouillées, façonner environ 16 boules de pâte. S'humecter les mains fréquemment pour éviter que la pâte ne colle aux doigts.
4. Les déposer au fur et à mesure dans le sirop bouillant.
5. Couvrir et laisser mijoter pendant environ 15 minutes.
6. Servir les grands-pères avec le sirop chaud. Accompagner de crème glacée à la vanille, si désiré.