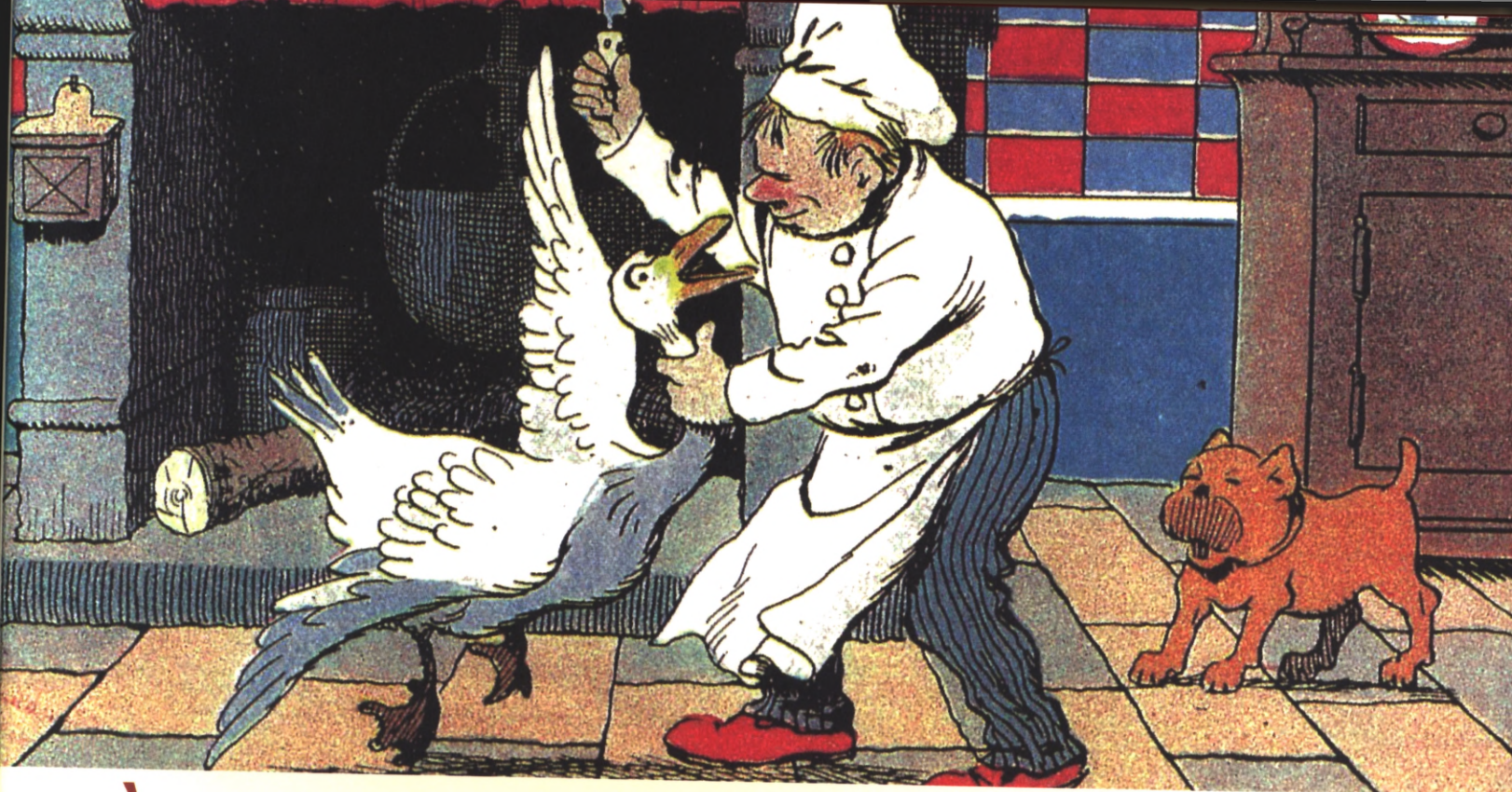
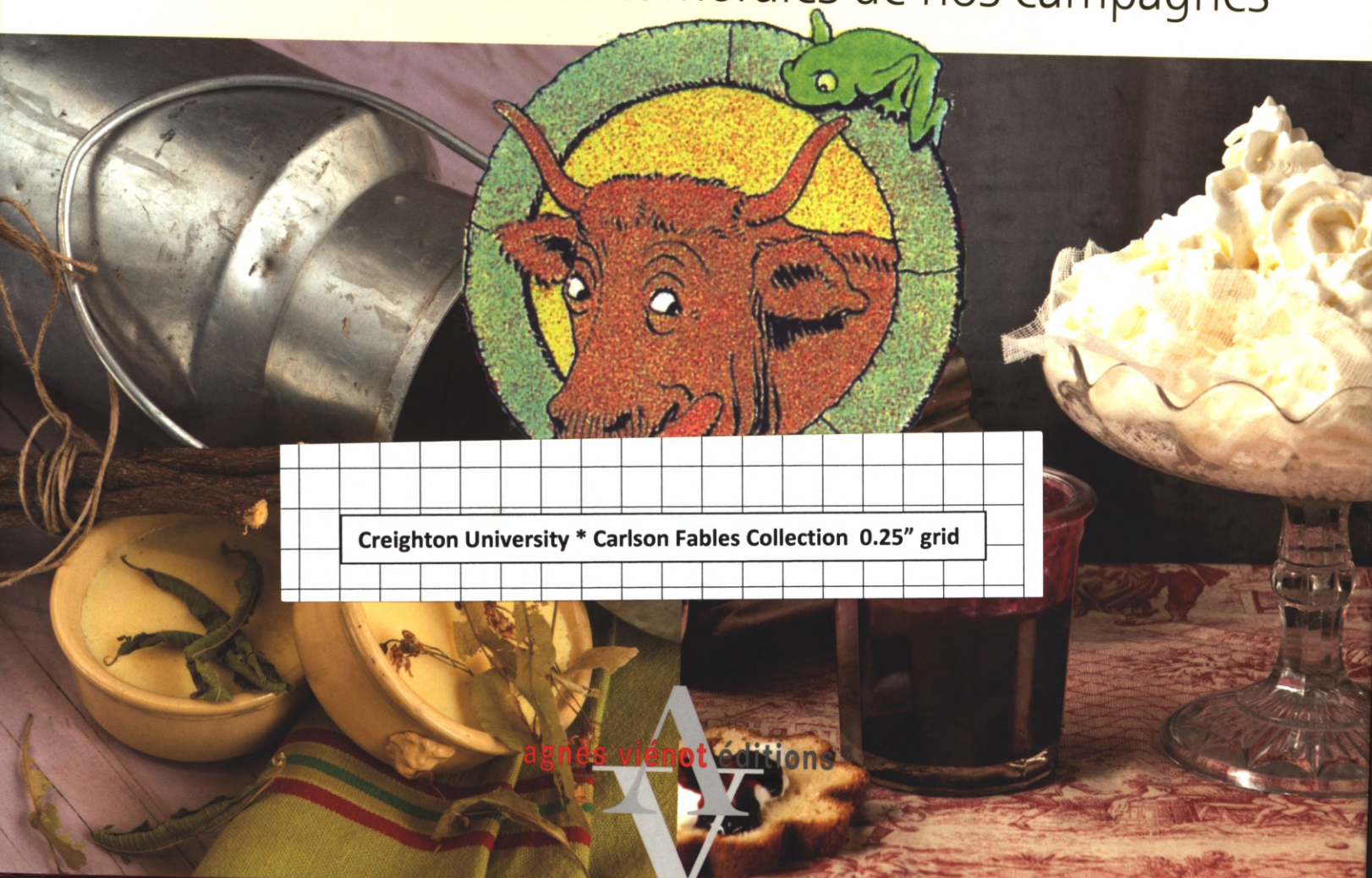




À table avec Jean de La Fontaine

Fables de Jean de La Fontaine illustrées par Benjamin Rabier et aquarelles d'Hippolyte Romain
55 recettes fabuleuses Et morales de nos campagnes



Creighton University * Carlson Fables Collection 0.25" grid

agnès viénot éditions





À table avec Jean de La Fontaine

55 recettes fabuleuses & morales de nos campagnes

Remerciements

Coco Jobard remercie chaleureusement toutes les personnes qui l'ont aidée

Johan Attali pour sa gentillesse et son efficacité

Marie Quatrehomme, meilleur ouvrier de France, fromagère, pour le coulommiers truffé et le vacherin mont d'or
(Fromagerie Quatrehomme 62, rue de Sèvres 75007 Paris)

Eddy Zouari pour son authentique quenelle de brochet Louis XIV
(Restaurant *Le Laumière* 4, rue Petit 75019 Paris)

Madame Camfa pour ses accessoires du *Prince Jardinier* (Deyrolles 46, rue du Bac 75007 Paris)

Jeannine Cros pour son linge de maison teint (06 60 17 90 39), Fanette, antiquaire (1, rue d'Alençon 75014 Paris)

José, *Graineterie d'Aligre*, marché d'Aligre.

L'éditeur adresse ces remerciements à

Frédéric Cassel, pâtissier *Relais Desserts*, Fontainebleau, pour ses magnifiques gâteaux battus

Son équipe élargie (Benjamine, Coco, Delphine, Émeline, François, Johan, Fabrice) pour son soutien indéfectible

Sa famille de cœur (Pierre & Sophie) pour sa présence et sa relecture attentive

Et sa Famille pour sa constance et Jeannot Lapin.

crédits photographiques

Jérôme Bryon 47, 84

secrétariat d'édition **benjamine thomas**
direction artistique & réalisation **françois joseph**

© agnès viénot éditions, février 2012
achevé d'imprimer en France sur les presses de l'imprimerie Chirat
pour le compte des éditions Agnès Viénot.

hippolyte romain
présente

À table avec Jean de La Fontaine

ables de Jean de La Fontaine illustrées par Benjamin Rabier et aquarelles d'Hippolyte Romain

55 recettes fabuleuses & morales de nos campagnes



photographies fabrice subiros
rédaction des recettes coco jobard

agnès viénot éditions
1, rue Frédéric-sauton paris v^e

Sommaire

INTRODUCTION 8

terrines d'anguilles fumées 10

BIBLIOGRAPHIE 156

INDEX DES RECETTES 158

liberté

L'ALOUETTE ET SES PETITS AVEC LE MAÎTRE D'UN CHAMP 14

alouettes rôties aux herbes 16

oignons doux des cévennes confits 16

côtes de bettes en gratin 19

LE RAT DE VILLE ET LE RAT DES CHAMPS 20

ortolans au parfum de cardamome 21

galettes de riz aux amandes 22

petits pots de crème aux girolles 22

gâteau de voyage aux gaudes 25

cake au citron express 25

pommes de terre farcies 27

égalité

L'ÉDUCATION 30

sauce béchamel 31

sauce hollandaise 31

pâte brisée 32

pâte à choux 32

LA GRENOUILLE QUI VEUT SE FAIRE AUSSI GROSSE QUE LE BŒUF 34

soufflé aux champignons 35

LE FAUCON ET LE CHAPON 36

chapon magique aux pommes 37

LE SAVETIER ET LE FINANCIER 40

financier à la betterave 41

LE LOUP ET L'AGNEAU 43

hamburger d'agneau de lait 44

LE GLAND ET LA CITROUILLE 46

chutney de potiron aux raisins secs 47

potimaron & fruits au four 49

gâteau glacé au potimarron 49

fraternité

LA CIGALE ET LA FOURMI 52

gâteau de pain 53

pain aux trois céréales 57

marmelade de gratte-cul 58

potage aux fanes de radis 61

huile d'olive parfumée aux herbes fraîches 62

LE POT DE TERRE ET LE POT DE FER 64

potée de légumes 66

LA BELETTE ENTRÉE DANS UN GRENIER 67

bouillon de bœuf revigorant 66

la fortune

LA COLOMBE ET LA FOURMI 68

tétons de vénus, coulis de fraises des bois Et crème chantilly 69

LE LOUP, LA CHÈVRE ET LE CHEVREAU 73

tarte porte-bonheur 74

LE RENARD ET LA CIGOGNE 77

pot-au-feu d'oie 79

LE LIÈVRE ET LA TORTUE 80

gelée de lapin en bocal 81

vinaigrette aux herbes Et aux baies 82

LE PETIT POISSON ET LE PÊCHEUR 85

friture d'éperlans 87

L'HUÎTRE ET LES PLAIDEURS 86

beurre aux algues 87

LE LOUP, LA MÈRE ET L'ENFANT 88

gâteau battu picard 89

confiture des mûres qui bordent les champs de blés 92

fontainebleau maison 93

démocratie

LE CORBEAU ET LE RENARD 126

vacherin du haut doubs au vin jaune 129

coulommiers aux truffes 129

LE JARDINIER ET SON SEIGNEUR 130

soupe de poireaux Et pommes de terre, miel balsamique 134

râbles de lapereau chèvre Et olives 137

crème mousseuse au jasmin 137

LES GRENOUILLES QUI DEMANDENT UN ROI 138

quatre-quarts démocratique Et son glaçage royal 139

LE RAT QUI S'EST RETIRÉ DU MONDE 141

étouffe-chrétien de sarrasin aux fèves 142

LA MONTAGNE QUI ACCOUCHE 144

meringues 145

mont-blanc 145

LE SOLEIL ET LES GRENOUILLES 148

cuisse de grenouilles en persillade 149

LE CYGNE ET LE CUISINIER 150

diplomate castelthéodoricien 151

la raison

LE LIÈVRE ET LES GRENOUILLES 96

civet de lièvre vaux-le-vicomte à la royale 97

LA POULE AUX ŒUFS D'OR 100

petit nid d'œuf, recette poétique 101

LA LAITIÈRE ET LE POT AU LAIT 102

petits pots de crème aux plantes 104

blanquette de veau vert 104

L'ECREVISSE ET SA FILLE 105

nage d'écrevisses 107

LA JEUNE CHIENNE QUI CROYAIT LE BONHEUR FACILE 108

pommes rouges 109

LE RENARD ET LES RAISINS 112

poulet en crapaudine au verjus Et aux deux pommes 113

LE HÉRON 116

quenelles de Brochet façon Louis XIV 117

L'ECOLIER, LE PÉDANT, ET LE MAÎTRE D'UN JARDIN 120

rabotes de pommes Et de poires du maître du jardin 121



À table avec Jean de La Fontaine

fables de Jean de La Fontaine illustrées par Benjamin Rabier et aquarelles d'Hippolyte Romain

55 recettes fabuleuses et morales de nos campagnes

Manger pour ne pas être mangé ! Tel est le leitmotiv des *Fables* et l'ambition de ce livre. Contemporain du Roi Soleil, La Fontaine écrit les *Fables* (1668 – 1694) en pleine révolution gastronomique.

Les cuisiniers découvrent les légumes, déglacent les viandes, préparent des bouillons, confectionnent des coulis et remplacent les épices par les herbes potagères.

Le beurre triomphe. Il lie les roux, émulsionne les sauces telles la hollandaise et nourrit la pâte feuilletée. Le sucre est désormais réservé aux seuls desserts, crèmes et gelées.

À Versailles, Louis XIV réclame des petits pois toute l'année, des salades en été ou des fraises en hiver. Le peuple se nourrit (encore trop peu) de céréales, de légumineuses et de racines.

Cette cuisine, combinant recettes sophistiquées et plats du terroir, pose les bases de notre belle cuisine classique d'aujourd'hui.

Citrouille, bette, betterave, navet, oseille ou champignon, les herbes et les légumes du potager sont ici mis à l'honneur. Les céréales ne sont pas oubliées, ainsi les volailles et le petit gibier. Quant aux desserts, ils sont vaporeux et délicats, aux fruits des bois et des vergers.

Moralité

Patriotiques et authentiques, poétiques et de bon goût, les 33 fables et les 55 recettes alimentent plus que jamais notre besoin de rêve (éveillé) et nos envies de retour à la nature.



ISBN 978-2-35326-122-2



9 782353 261222

aquarelle Hippolyte Romain
photos Fabrice Subiros
illustrations Benjamin Rabier

29,90 €