Repas médiéval
Atelier cuisine VII : 26 avril 2008

Ce repas était placé sous le signe de l'Orient, avec un menu composé de plats orientaux médiévaux et de leurs dérivés occidentaux de la même époque. L'objectif : comparer les saveurs et textures, découvrir un peu les sources d'inspiration de la cuisine médiévale...

Au menu:

- Caviar d'aubergines et miche médiévale
- Ma'Munyyia
- Maumenées Verdésirées et Ermynées
- Jonchée
- Cresme bastarde
- Khuchknanaj
- Kuskenoles

CAVIAR D'AUBERGINES

Source : D'après le Fudalat al-Khiwan d'Abu Ali ibn al-Hassan ibn Razin Tujibi - 1238/1266 - *http://www.oldcook.com/livres_cuisine_andalousie.htm#kit*

Ingrédients :

- 4 aubergines (environ 2 kg)
- 5 gousses d'ail
- 5 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 3 cuillères à soupe de vinaigre
- ½ cuillère à café de cumin
- Sel

Enlever les têtes des aubergines. Les couper en grosses tranches avec la peau. Les faire cuire à la vapeur 15 minutes avec les gousses d'ail en chemise, ou à l'eau salée et les égoutter ensuite. Ecraser les gousses d'ail pour en extraire le jus. Mettre les aubergines cuites et les gousses d'ail dans un plat creux. Ajouter l'huile, le vinaigre, le sel et le cumin et mixer le tout. Laisser au frais et servir sur des tranches de pain grillé.

Dégustation :

Nous avons réalisé cette recette une fois et demie, pour 17 personnes. Excellente entrée, plus équilibrée que les recettes modernes de caviar d'aubergine. Nous avons ajouté 2 à 3 cuillères à café de poudre d'ail après mixage pour plus de saveurs, sans que l'ail ne devienne trop présent.

MICHE MÉDIÉVALE

Source : "La Gastronomie du Moyen Âge- 170 recettes adaptées à nos jours", Josy Marty-Dufaut, Ed. Autres Temps.

Ingrédients :

- 600g de farine de blé + 200g pour le levain
- 200g de farine au choix (seigle, céréales, semoule de blé dur)
- 500g d'eau tiède
- 20g de levure
- 10g de sel
- 2 cuillères à soupe de gingembre
- 1 cuillère à café de cannelle

Préparez le levain la veille. pétrissez ensemble 200g de farine avec la levure et un peu d'eau tiède ou froide. façonnez une boule que vous mettez dans un saladier au réfrigérateur. Pour le pain, pétrir 600g de farine, les 200g de la farine choisie avec le sel et l'eau. Ajoutez les épices et le levain préparé la veille, pétrissez pendant 10 minutes. La pâte ne doit plus coller aux doigts et devenir elastique. Pliez la en trois, roulez la dans un saladier huilé. Mouillez un torchon en le passant sous l'eau très chaude, pliez le et déposez le sur le saladier. Laissez lever la pâte 1h à bonne température (25 à 28°). La pâte doit doubler de volume

et prendre un peu l'amertume du levain. Rabattez là pour la façonner. Appuyez la paume en son milieu, pétrissez la 1 à 2 minutes sur le plan de travail fariné, recouvrez la du torchon. Laissez la de nouveau reposer dans un saladier 5 minutes. Donnez lui la forme désirée, et laissez reposer 1h avant d'enfourner dans un four très chaud (240°).

Dégustation :

Ce pain est excellent, avec un bon goût d'épices discret. Le pétrissage est très important, les deux pains ayant été pétris par deux personnes différentes, l'un avait deux fois plus gonflé que l'autre avant cuisson. Nous l'avons fait cuire environ 50 minutes et retournant le pain 10 minutes avant la fin pour faire dorer le dessous.

MA'MUNIYYA

Source : D'après Kitab Al Wusla, Damas (Syrie), XIIIè - Histoire et Images Médiévales N°14

Ingrédients :

- 2 blancs de poule
- 2 CàS d'huile de sésame
- 150g de riz
- 25g de lait ou de crème épaisse
- 100g de pistaches vertes

Faites suer la poule dans l'huile, puis la pocher. Dès qu'elle est cuite et refroidie, désosser et effilocher les chairs. Cuire le riz jusqu'à ce qu'il soit bien tendre.

Mélanger au robot le sucre, le lait (ou crème), le riz, la volaille. Disposer et décorer avec les pistaches.

Dégustation :

Pour 17 personnes nous avons fait la recette 4 fois. Nous avons mis moitié crème et moitié lait pour plus d'onctuosité, et n'avons pas mixé le mélange. Nous avons également réduit la quantité de pistaches, qui sont surtout une décoration. Le blanc de poule (escalopes) a été mis à pocher une petite demi heure pour bien se détacher. Le plat manque au final d'un peu de sel, mais il n'y en a pas dans la recette originale.

MAUMENÉES

Source : Manuscrit Anglo-Normand B N°2, fin XIIè/début XIIIème - Histoire et Images médiévales N°18

Ingrédients :

- 100g de semoule de riz
- 75g d'amandes pilées
- 75g de blanc de poulet haché
- 1 verre de vin rouge
- sucre
- feuilles de persil plat hâché pour verdir
- clous de girofle
- Cubèbe / poivre à queue

Mouillez les amandes avec le vin. Ajoutez les autres ingrédients et passez le tout au robot. Disposez l'appareil dans un petit moule à dariole et cuisez au four à

150° pendant environ 30 minutes. Vérifiez si l'intérieur est cuit et n'attache pas. Verdésirées : Broyez avec du persil plat. Ermynées : Décorez les maumenées blanches de clous de girofle ou cubèbe.

Dégustation *:*

Nous avons réalisé 8 fois la recette, pour 2 maumenées par personne environ. Pour qu'elles soient bien cuites, il a fallu environ 40 minutes par fournée plutôt que 30. Contrairement à la recettede la Ma'munyyia le riz et la poule de sont pas cuits) la casserole, mis uniquement passés au four. La semoule de riz (riz passé à la moulinette) reste assez croquante, peut être faudrait il la faire précuire dans de l'eau. D'autre part, nous n'avions mis que 50 cl de vin rouge, et les petits pâtés réalisés étaient très secs. Il faut sans doute augmenter la quantité de liquide et mettre directement 75cl de vin pour autant de maumenées. Néanmoins, nous n'avons pas ressenti le manque de sel autant que dans la Ma'munyyia : les Verdésirées, colorées au persil hâché, ont pris beaucoup d'arômes, mais ont perdu le goût d'alcool. Les Ermynées étaient plus parfumées au vin rouge (et d'ailleurs pas blanches mais lie-de-vin), il faudrait 2 ou 3 clous de girofle par pâté probablement pour plus de parfum.

CRESME BASTARDE

Source : Livre fort excellent de cuisine - Histoire Médiévale

Ingrédients :

- 200 g de mie de pain
- 1,5 l de vin blanc
- 150 g de beurre
- 250 g de sucre en poudre

- 4 jaunes d'oeuf
- safran

Délayer la mie de pain dans un peu de vin blanc. Dans une casserole, faire chauffer 1l de vin blanc, y faire fondre le beurre et y incorporer la mie de pain. Mélanger constamment les ingrédients en portant à ébullition jusqu'à épaississement. Ajouter le sucre en poudre, remuer. Mélanger les jaunes d'oeuf avec 10 cl de vin blanc et une pointe de safran. Incorporer à la crème et bien mélanger : il faut qu'elle soit épaisse mais onctueuse.

Dégustation *:*

Cette crème est... bastarde ! Chaude, elle sentait très bon. Une fois refroidie, on ne sent que le vin blanc. Même les 8 pistils de safran ne se sentaient pas. Pas une grande réussite.

KHUCHKNANAJ

Source : D'après Minhaj Al Bajan d'Ibn Gazla, Bagdad, XIème - Histoire et Images Médiévales N°14

Ingrédients :

Pâte :

- 140 g de farine torrefiée
- 60 g de semoule de blé dur
- 2 oeufs
- 1 CàS de Sésame
- 1 Cac de sel

Farce :

- 250g d’amandes pilées
- 100g de sucre de canne
- 1 dose homéopathique de Camphre
- 3 CàS d’eau de rose

Torréfier la farine en la plaçant sur une plaque au four et en la faisant griller, environ 20min. à 160°. Mixer les ingrédients de la pâte avec un robot. Pétrir le pâton sur une surface farinée jusqu’à ce qu’il soit homogène. Laisser reposer au moins 30 minutes. Abaisser en cercles. En même temps, préparer la pâte d’amandes en mélangeant amandes pilées, sucre, eau de rose et une minuscule pointe de camphre. Disposer une cuillère à café de farce au centre de chaque cercle. Fermer en appuyant sur les bords et en mouillant pour former des demi-lunes. Pocher dans de l’eau légèrement salée additionnée de sucre et d’eau de rose, ou faire cuire au four Egoutter, arroser d’un peu de juleb, fait avec du sirop de sucre de canne additionné d’eau de rose.

Dégustation *:*

Nous avons laissé la farine torréfier un peu plus longtemps, car la recette étant multipliée par 3 (pour une quarantaine de croissants) la farine était en couche assez épaisse. Certaines quantités ont été modifiées : 7 cuillères à soupe d’eau de rose et 7 oeufs au lieu de 6 de chaque, et pas de camphre, difficile à se procurer. Nous avons opté pour le pochage, et la cuisson est assez longue : environ 40 minutes dans l’eau bouillante. Les Khuchknanaj mériteraient probablement d’être passées un peu au four ensuite pour dorer. Ces gâteaux sont très parfumés et bien bons, même si très consistants, d’autant plus que nous les avons dégustés avec une crème bastarde et non avec du juleb. On pourrait essayer de remplacer l’eau de rose par de l’eau de fleur d’oranger. Il faut aussi noter que la pâte est assez épaisse et difficile à étaler, et en conséquence il nous est resté de la farce en plus.

KUSKENOLES

Source : D'après Manuscrit Anglo Normand XIIIè -
http://www.histoiredepates.net/html/kuskenole.html

Ingrédients :

Pâte :

- 60 g de semoule de blé dur
- 140 g de farine
- 2 oeufs
- sel, huile d'olive

Farce :

- 50 g de figues
- 50 g de raisins secs
- 1/2 poire
- 1 pomme
- 50 g de dattes
- 50 g d'amandes effilées
- 1/2 c. café de quatre-épices
- 1 pincée de cannelle

Hydratez les raisins secs dans de l'eau tiède. Passez au mixeur les figues, la poire, la pomme, les dattes, les amandes et les épices. Ajoutez ensuite les raisins. Préparez la pâte. Versez les ingrédients dans le mixeur et procédez par à-coups jusqu'à ce que le mélange forme de gros grumeaux. Appuyez doucement sur le mélange entre le pouce et l'index pour vérifier s'il forme un amalgame parfait. Sinon continuez à mélanger. Mettez la pâte sur une surface de travail farinée et travailler 2 minutes jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. Laissez reposer au moins 30 minutes. Abaissez-la en feuilles de bonne dimension ; disposez-y plusieurs petites portions de farce sur la feuille, en veillant à ce qu'elles ne se touchent pas. Collez au-dessus une seconde feuille, en appuyant bien. Pour faire vos raviolis, découpez des petits carrés en suivant les contours de la farce, tout en laissant suffisamment de pâte pour souder les bords. Plongez les "kuskenoles" dans de l'eau bouillante ; égouttez-les, lorsqu'ils sont cuits, huilez un plat allant au four, mettez les "kuskenoles", nappez d'un filet d'huile d'olive et passez-les sous la salamandre (gril) jusqu'à ce qu'elles dorent.

Dégustation :

Moins sèches que les Khuchknanaj, la pâte des Kuskenoles est moins difficile à étaler et plus élastique. Il nous restait également un peu de farce, avec laquelle on peut faire du tailliz car elle est assez semblable à celle utilisée pour sa réalisation. Nous avons fait le quatre épices nous même, en mélangeant cannelle, gingembre, muscade et girofle. Les Kuskenoles ont cuit plus vite, une petite demi heure dans l'eau puis environ 10 minutes au grill.