

Cassoulet (de Castelnaudary)

Le marché pour 12 personnes

Confit de canard	Elément principal	<ul style="list-style-type: none"> • 4 magrets de canard gras (ou 2 cuisses et 2 magrets) • 1 kg à 1,5 kg de graisse de canard ou d'oie
	Garniture aromatique	<ul style="list-style-type: none"> • Laurier frais
	assaisonnements	<ul style="list-style-type: none"> • 15 grammes environ de gros sel (de Guérande, of course) (10 g <u>au kg de magret</u>) • Du quatre épices frais (non éventé)
Autres viandes	Poitrine de porc « à l'anglaise »	<ul style="list-style-type: none"> • 1,5 kg de poitrine de porc ½ sel (non découennée) • Nota : on peut aussi remplacer la poitrine, ou lui ajouter, du jarret de porc ½ sel • 1 oignon • 1 poireau • 2 carottes • 1 branche de céleri • Thym et laurier frais • Ail • Queues de persil plat • 3 clous de girofle
	Saucisson à cuire	<ul style="list-style-type: none"> • 1 saucisson à cuire de 600 à 750 g environ (non fumé de préférence)
	Saucisses de Toulouse	<ul style="list-style-type: none"> • 6 belles saucisses de Toulouse
	Agneau (Cassoulet de Carcassonne)	<ul style="list-style-type: none"> • Pour le cassoulet de Carcassonne seulement : 1 épaule d'agneau ou 2 kg de collier d'agneau ou moitié/moitié • Nota : Dans ce cas diminuer les quantités de porc ½ sel de 1 kg
Confection du cassoulet		<ul style="list-style-type: none"> • 1,2 kg à 1,5 kg de haricots secs (Tarbais ou lingots) • 600 g d'oignons • 1 tête d'ail • Graisse du confit de canard (rissolage des viandes) • Poivre blanc du moulin • 400 g de couennes fraîches
Finition		<ul style="list-style-type: none"> • Chapelure (de pain : pas de chapelure « chimique ») (les biscottes écrasées conviennent très bien) • Ail haché • Persil haché (plat) • Graisse du confit de canard

Le confit de canard (confection)

- 1) Saler et assaisonner les magrets (ou les cuisses) avec le sel et les 4 épices
- 2) Tasser dans un saladier et recouvrir d'un film
- 3) Laisser macérer les magrets pendant 24 à 48 heures
Nota : Pour simplifier la finition du cassoulet, on peut couper chaque magret en 3
- 4) Saisir et faire colorer les magrets dans un peu de graisse de canard
- 5) Les égoutter dans un récipient contenant la graisse de canard préchauffée à 70°C. Ils doivent être recouverts de graisse.
- 6) Ajouter 2 feuilles de laurier
- 7) Cuire doucement – dé préférence à four doux (150° C – Th 4-5) – pendant 1 heure à 1 ½ heure environ en les gardant un peu fermes. (Ils devront subir une 2^{ème} cuisson lors de la finition du cassoulet)
- 8) Au terme de leur cuisson, égoutter les magrets dans un récipient inoxydable.
- 9) Laisser clarifier la graisse à feu très doux jusqu'à ce qu'elle soit transparente et la décanter puis la filtrer (éviter d'y mettre le jus du fond) sur les magrets confits qui doivent être parfaitement recouverts.
- 10) Couvrir le récipient hermétiquement
- 11) Laisser « rassir » pendant un temps déterminé par votre convoitise. (1 semaine au moins, si possible). **Attention, ces confits ne sont pas stérilisés et ne se conservent pas plus d'un mois.**

Cassoulet (de Castelnaudary)

Cuisson du porc ½ sel

- 1) Couvrir la poitrine d'eau froide (mouillement à hauteur) dans un récipient plutôt haut que large et proportionné à la quantité de viande.
- 2) Porter lentement à l'ébullition en remuant de temps en temps pour permettre la remontée de l'écume.
- 3) Écumer à fond (enlever l'écume qui remonte à la surface)
- 4) Ajouter la garniture aromatique (carottes fendues en quatre sur la longueur, blancs de poireaux fendus, oignon piqué de clous de girofle, gousses d'ail, bouquet garni, branche de céleri)
- 5) Cuire à faible ébullition à demi-couvert (couvercle non complètement fermé), en dépouillant souvent (dépouiller, c'est enlever les impuretés qui remontent à la surface au fur et à mesure qu'elles se produisent), pendant 1 heure ½ environ (le cuire ferme : il devra subir une 2^{ème} cuisson)
- 6) Au terme de la cuisson, séparer la viande du jus et enlever la garniture aromatique.
- 7) Réserver la viande jusqu'au moment de l'emploi.
- 8) Passer le jus de cuisson au chinois (passoire fine)

Cuisson du saucisson à cuire

Le saucisson, préalablement piqué, peut être ajouté à la poitrine de porc 40 minutes environ avant la fin de sa cuisson.

Nota : *s'il est fumé (genre Morteau, par exemple), il est préférable de le cuire 30 minutes à l'eau frémissante salée.*

Cuisson des saucisses de Toulouse

Faire rissoler et précuire les saucisses à la poêle dans un peu de graisse de confit de canard

Cassoulet de Carcassonne : Cuisson de l'agneau

Nota : *l'agneau est découpé en cubes de 75 g environ*

- 1) Faire rissoler assez fortement les morceaux d'agneau dans un peu de graisse de confit de canard
- 2) Adjoindre les morceaux d'agneau dans les haricots 30 minutes avant la fin de leur cuisson
- 3) Les décanter au terme de leur cuisson

Cuisson des haricots

☠️🙄🔥☠️ **Ne jamais faire tremper les haricots secs** ☠️🙄🔥☠️

I) Blanchiment des haricots

- 1) Couvrir largement les haricots d'eau froide
- 2) Porter très lentement à l'ébullition en remuant de temps en temps
- 3) Écumer à fond
- 4) Laisser gonfler 10 à 15 minutes à feu doux
- 5) Égoutter les haricots (ne pas les rafraîchir)

II) Cuisson des haricots

- 6) Faire revenir à blanc (sans coloration) à la graisse de confit de canard les oignons finement ciselés (tout petits dés)
- 7) Adjoindre de l'ail écrasé et faire suer quelques minutes (faire suer c'est faire exsuder l'eau de végétation sans aucune coloration)
- 8) Mouiller avec le jus de cuisson du porc et porter à ébullition
- 9) Ajouter les haricots
- 10) Cuire à faible ébullition à demi-couvert (couvercle non complètement fermé) pendant 30 minutes à 1 heure, suivant leur qualité (les tenir fermes : ils devront subir une 2ème phase de cuisson)
- 11) Au terme de cette pré-cuisson, s'ils ne sont pas utilisés aussitôt, il est conseillé d'égoutter les haricots pour arrêter leur cuisson.
- 12) Dans ce dernier cas, remettre les haricots dans leur jus de cuisson après refroidissement du jus

Cassoulet (de Castelnaudary)

Finition du cassoulet

I) Préparations préliminaires

- 1) Couper la poitrine en gros "lardons" (1,5 cm d'épaisseur x 4 cm de largeur environ) et les faire rissoler à la poêle dans un peu de graisse de confit. Réserver.
- 2) Faire colorer les morceaux de magret à la poêle dans un peu de graisse de confit. Réserver.
- 3) Couper le saucisson en tranches épaisses et les saucisses en 2 (ou 3). Réserver.
- 4) Mélanger dans un saladier chapelure, ail écrasé et persil haché (« farce » provençale)

II) Dressage du cassoulet

- 5) Tapisser le fond des terrines avec les couennes de lard (blanchies, de préférence)
- 6) Mettre une couche de haricots
- 7) Disposer harmonieusement les viandes sans les superposer
- 8) Couvrir largement de haricots (avec leur jus)
- 9) Saupoudrer largement avec la moitié de la préparation provençale (chapelure + ail + persil)
- 10) Napper de ~~cholesterol~~ graisse de confit de canard

III) Cuisson finale

- 11) Cuire le cassoulet à four chaud (200°C – Th 6-7) pendant 1 heure environ, au milieu de la hauteur du four. Surveiller.
- 12) Ajouter encore une couche de la préparation provençale (chapelure + ail + persil) et napper encore de graisse de confit de canard.
- 13) Laisser cuire encore 30 minutes.
- 14) Le confit doit présenter une belle croûte dorée.
- 15) Déguster aussitôt (avec un vin approprié).