

Préambule :

Le but de ce site, me semble-t-il, est de mettre en commun nos expériences pour mieux naviguer. Souhaitant partir faire une grande boucle, j'ai collecté quantités d'informations relatives à ce projet. Dans ce cadre, j'ai mis en mémoire de nombreuses recettes pour la cambuse. Jusqu'à présent, c'était pour un usage personnel.

Aujourd'hui, Oceanys a ouvert un fil sur les recettes de cuisine. Je me propose de redistribuer ces informations. Je ne suis pas l'auteur des textes qui vont suivre. J'espère que leurs rédacteurs qui, au départ les avaient offerts sur leur site, ne seront pas choqués par cette démarche mais bien au contraire, heureux de savoir qu'elles ont plu et plairont à d'autres.

Qu'ils me pardonnent de ne pas avoir noté, avec précision, leurs coordonnées. Mais comme je viens de l'écrire je ne pensais pas en faire un usage autre que privé. Parcontre je les invite à se faire connaître afin que les nouveaux lecteurs utilisateurs puissent les remercier à leur tour.

Enfin, il y a l'excellent site de Banik. Je n'ai pas transcrit ici leurs recettes car elles sont richement illustrées de photos. Ce serait dommage de s'en priver. Allez leur rendre visite, je suis sûr que cela leur fera plaisir : <http://www.banik.org/default.htm>

Pour les autres, toutes mes excuses si quelques photos sont passées à la trape. Dans tous les cas, **à tous un grand merci.**

Les titres sont :

- les entrées ;
- les poissons ;
- les viandes ;
- les légumes et autre ;
- les fromages ;
- les desserts ;
- les pains ;
- passe partout ;
- la conservation ;
- les ordures.

Les entrées

Anchois au citron, cuit dans le citron.

Mettre les anchois dans un plat creux, après les avoir étêtés et vidés

Recouvrir dans du jus de citron et laisser au frigo durant 2 à 3 heures.

Rincer, retirer l'arête, sécher avec du papier absorbant, aligner les filets sur un plat et recouvrir d'huile d'olive vierge, saler poivrer et saupoudrer de graines de fenouil moulues, décorer avec du citron ..

Boire du vin blanc de Luni (limite de la Toscane et de la Ligurie, près de Zarzana)

(En ce qui concerne les anchois au sel, moi je ne mets que 1/2 kg de sel par 1kl. d'anchois et ne les laisse que 15 jours, il sont ainsi moins durs secs et ni trop salés...)

J. Cérés

ANCHOIS AU SEL

Préparer 1 bocal pouvant contenir plus d'un kilo de poissons et le sel.

Ingrédients :

1kg d'anchois très frais 1kg de gros sel 10 feuilles de laurier 1 galet de mer plat

Préparation :

Dès l'achat des anchois, trier les plus beaux , les mettre a égoutter dans une passoire au frigo durant 2 à 3 heures.

Les vider et enlever les têtes

Essuyer au papier absorbant.

Commencer par mettre un fond de sel et 2 feuilles de laurier dans le bocal, puis continuer couche par couche, alternant sel, anchois et feuilles .

Terminer par une couche de sel, puis presser par le galet. Fermer le bocal, le garder au frais et dans l'obscurité .

Attendre au moins 2 mois avant de consommer.

PG

Anchois au vinaigre.

Cette recette ne tient pas compte des quantités , ne prendre que les plus beaux anchois.

Vider, étêter, enlever les arêtes des anchois les essuyer avec du papier absorbant ne pas les laver dans un plat mettre un peu de sel au fond puis ranger les anchois en quinconce croisés les recouvrir de vinaigre

Laisser au moins 24 h au frigo, le lendemain, les égoutter puis les ranger dans un plat avec un peu d'ail et persil recouvrir d'huile d'olive.

Bon appétit

PG

Anchois marinade

Ingrédients :

anchois frais gros sel vinaigre ail, oignon huile d'olive clous de girofle thym, laurier, fines herbes piment d'Espelette 1 poivron rouge frais

Vider et étaler les anchois. Saler au gros sel et les laisser pendant 12 heures. Les passer à l'eau, les sécher. Les mettre ensuite pendant 48 heures dans du vinaigre d'alcool avec oignon, ail, clous de girofle, piment d'Espelette et poivron rouge coupé en dés.

Sécher les anchois et les laisser reposer 1 à 2 heures. Lever les filets (si les anchois sont très petits, vous pouvez laisser les arêtes).

Placer les filets dans un bocal puis les couvrir d'huile d'olive.

Cette préparation se conserve plusieurs jours au frais.

Offert par les marins pêcheurs d'Aquitaine

Le chorizo se conserve bien dans les fonds si on a pas de frigo. Dans une cocotte, faire frire deux verres de riz, ajouter 6 verres d'eau, un chorizo doux ou fort coupé en fines rondelles et un poivron vert coupé en dés. Saler et poivrer. Laisser cuire à feu doux jusqu'à évaporation de l'eau (en rajouter si nécessaire).. On peut ajouter des crevettes et des moules en boîte à la fin de la cuisson pour se rapprocher de... la paëlla. **Recette testée sur Marana Tha.**

Proportions : 1/3 de filet par coquille. Pour 6 coquilles, il faut :

60 grammes de carottes, autant de navets

1 décilitre de pois fins

1 douzaine de haricots verts

2 coeurs de laitue

4 décilitres de sauce mayonnaise

2 neufs durs

Persil haché.

Faire cuire la morue dessalée. l'égoutter.

Diviser chaque filet dans le sens de la longueur et couper en petits dés.

Durcir les oeufs et hacher le persil. Faire cuire carottes et navets coupés, égoutter et laisser refroidir.

Cuire également haricots verts et petits pois ensemble. Rassembler dans un saladier les dés de morue, les légumes cuits et 4 à 5 cuillerées de mayonnaise.

Couper en julienne les coeurs de laitue, en faire un lit dans le fond des coquilles que l'on remplit de légumes et de morue et que l'on nappe de mayonnaise.

Hacher séparément les blancs et les jaunes d'oeufs et décorer la coquille. Ajouter le persil haché.

sextan.com

L'ANCHOIADE ou sauce à l'anchois.

Ingrédients :

2 gousses d'ail de bonne taille 20 grammes de câpres 4 filets d'anchois 2 jaunes d'oeufs 25 cl d'huile d'olive

Dans un mortier de marbre, piler très finement 2 gousses d'ail , ajouter 4 filets d'anchois et le réduire en purée , y incorporer 2 jaunes d'oeufs et monter en mayonnaise avec 25 cl d'huile d'olive

Lorsque la sauce est bien ferme, hacher menu 20 gr de câpres et les incorporer en battant vivement , elles liquéfieront un peu la sauce sans toutefois en compromettre la réussite des tomates crues coupées en deux , garnies de cette sauce et d' un demi oeuf dur pris glacé constituent un hors d'oeuvre de haut goût.

PG.

Rouille à la sétoise

Pour 6 personnes 5 grains d'ail pour l'ailloli 2 kg de seiches 1 boîte de tomates en purée 25 cl de vin blanc 1 verre de cognac huile d'olive 1 dose de safran 1 bouquet garnis 2 gros oignons 3 carottes 1 branche de céleri

Couper la seiche en morceaux ; Mixer les oignons, les carottes (éplucher), le céleri, mélanger et faire revenir dans 3 cuillères à soupe d'huile d'olive.

Ajouter la tomate, le bouquet garnis, le safran, laisser mijoter 10mn.

Ajouter la seiche. laisser encore 10 mn.

Ajouter le vin blanc, le cognac, 10 mn après salé, poivré(goûter pour rectifie) laisser 10 mn. puis arrêter le feu.

Faire l'ailloli avec 1 jaune d'œuf, 1 cuillère a soupe de moutarde, les 5 grains d'ail, sel, poivre (faire un bon bol)

Avant de passer à table monter la rouille a ébullition dans le plat de service incorporer un peu d'ailloli.

Mettre le reste dans une saucière

Accompagner de riz blanc.

Caroline
