

MATELOTE NORMANDE FINE



1 barbue ou 1 turbot (pour 4)
2 litres de moules
125 gr de crevettes grises décortiquées
6 oignons, persil
1 bouteille de cidre sec
beurre, sel, poivre,
une cuillère à soupe de farine

Je vous propose un plat simple mais qui demande des poissons royaux : le turbot ou la barbue. Cette dernière est peu connue et pourtant... c'est une chair avec du goût et de la tenue à la cuisson.

Faire ouvrir les deux litres de moules et réservez-les. Prendre un grand plat creux allant sur le feu et au four, y braiser les 6 oignons en rondelles dans du beurre avec un peu de persil, puis y versez l'eau de cuisson des moules.

Posez ensuite la barbue ou le turbot et mouiller avec mi-eau mi-cidre pour que le poisson baigne à moitié. Couvrir et faire chauffer doucement. A mi-cuisson (le poisson doit encore être rose à l'arête) mettre au four très chaud et arrosez souvent avec le jus. Le temps de cuisson varie selon la taille du poisson mais 10 minutes suffisent souvent. Préparez un beurre manié : 30 g de beurre, une cuillère à soupe de farine, le jus d'un citron et du persil haché, malaxez.

Retirez le plat du four et remettre plein feu sur le gaz, arrêtez au premier bouillon. Ajoutez le beurre manié, qui épaissit et lie légèrement la sauce, remuez avec une cuillère en bois délicatement.

Au moment de servir ajoutez les moules et les crevettes grises épluchées.

En accompagnement des pommes de terre à l'eau et le reste du cidre de la cuisson.

LA COMPOTE DE CIDRE ET LA MARMELADE



Le Pays d'Auge est connu pour ses herbages plantés de pommiers : les vergers. On y cultive des pommes à couteau et des pommes à cidre.

Avant 1960, et surtout pendant la dernière guerre, la compote de cidre a remplacé le sucre que l'on ne pouvait plus se procurer. La marmelade de pommes se fait en cuisant des pommes sûres comme les Calvilles ou la Rambault. Dès qu'elles sont bien fondues, on y ajoute du sucre. La compote de cidre se fabrique différemment :

« Un broc de cidre nouveau au belon (14 litres), un chaudron en cuivre. Mettre à bouillir, réduire de moitié pendant une journée. Une fois réduit, retirer le chaudron du feu, éplucher un panier à pommes « de Bedan », « du Duret » (pommes à cidre sucrées) coupées en quatre, ajouter une assiette creuse de carottes coupées en rondelles. Mettre à cuire une nuit ou la journée. Traditionnellement, on se réunit entre voisins pour remuer sans cesse. Se conserve des années dans un pot en grès. Se mange comme des confitures. »

Ce que l'on appelle aujourd'hui la compote, c'est-à-dire les pommes cuites auxquelles on ajoute du sucre, était alors appelée la marmelade.