

CABILLAUD AUX CITRONS CONFITS



Pour 4 personnes :
4 portions de cabillaud ou de julienne - 4 gros oignons
2 échalotes - 2 citrons confits
4 feuilles de laurier
20 pistaches grillées épluchées
Clous de girofles, cumin, sel, poivre
Huile d'olive
4 portions de couscous (couscous rapide Tipiak)

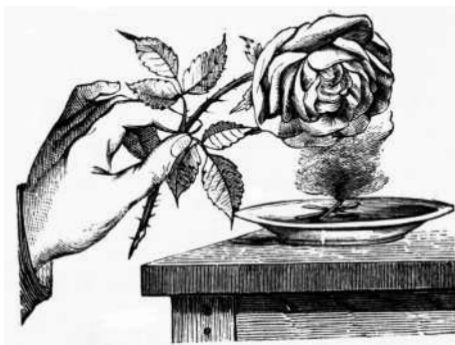
Petite recette rapide qui donne au cabillaud un petit air exotique.

Dans une cocotte ou une sauteuse, faire revenir les oignons coupés en rondelles fines avec l'échalote. Quand ils sont bien transparents, déposer les citrons confits coupés en 4, piqués des clous de girofles. Ajouter les feuilles de laurier, le sel, le poivre. Mouiller légèrement avec le jus des citrons confits (deux cuillères à soupe). Déposer ensuite les morceaux de cabillaud ou de julienne. Mettre à feu moyen (6) en retournant les morceaux de poisson. Couvrir ensuite pendant 10 minutes à petit feu (4) en retournant une fois le poisson. Pendant ce temps préparer un sachet de couscous. Vérifier la cuisson de votre poisson qui doit rester ferme. Mettre en fin de cuisson le cumin et les pistaches.

Server dans des assiettes individuelles : un part de poisson, la garniture d'oignons, de citrons et de pistaches et disposer une portion de couscous que vous aurez moulée dans un ramequin.

Un saumur rosé fera un bon accompagnement, à condition de ne pas en abuser. C'est inhabituel, mais ce vin est plaisant.

LA ROSE



Dans les jardins les plus somptueux de Normandie ou dans les modestes bordures des petits jardins ruraux, les roses fleurissent pour leur beauté et leur parfum, mais aussi pour soigner, célébrer les fêtes...
A lire dans *Plantes remèdes en Pays d'Auge*, Montviette Nature en Pays d'Auge.

De l'usage officinal de la rose au Moyen Age subsiste, en certains jardins, la rose « De Provins ». Bien des grands-mères fabriquent toujours une eau de rose, utilisée dans les cas d'affections des yeux. L'application directe sur la paupière pouvait même suffire à les guérir.

Une grand-mère prenait les roses qui se fanaient, les laissait macérer dans du calva et s'en passait sur la figure. En Pays d'Auge, les femmes fabriquaient une eau de pétales de roses pour nettoyer leur peau.

A la naissance d'une fille, un peu partout en Normandie, il était d'usage d'enterrer le cordon ombilical au pied d'un rosier dans le jardin pour que l'enfant ait une belle voix. Ailleurs, certains l'enterraient de la même façon, afin que la fille ait une belle chevelure. D'autres affirmaient qu'ainsi l'enfant serait en bonne santé. A Trun, une grand-mère raconte que, dans sa famille, la coutume est d'enterrer le cordon ombilical au pied du rosier, quelques jours après la naissance, pour protéger les enfants des brûlures.

À l'église les roses sont les fleurs privilégiées des sacristines, les femmes qui ornent les statues et les autels pour les fêtes de la paroisse. Le « mois de Marie », en mai, fait une large place aux roses.