



LES CARPES

CHOUETTES CARPES

et des recettes

Il existe plusieurs type de carpes françaises avec plus ou moins d'écaillés : carpe commune (plus ou moins d'écaillés), carpe "miroir "quelques grosses écaillés et "carpe cuir" pratiquement pas du tout d'écaillés .

On disait dans ma jeunesse en Sologne où les étangs regorgeaient de ces poissons, que la carpe-cuir est la meilleure ... Mais ne vous affolez pas si la votre a des écaillés : Glissez une petite cuillère derrière les écaillés et en poussant de la queue vers la tête elles s'en vont toutes seules ... et vous comprendrez pourquoi les écaillés de carpes ont longtemps servies pour faire des "fausses-perles" !

NOTES TECHNIQUES valables pour toutes les recettes :

En général, on enlève la nageoire dorsale à raz les épines autour du dos (en partant de la queue avec un bon ciseau car les bout des arêtes sont très agressifs) . Idem pour la queue coupée droite (mais qu'on laisse un peu pour la forme du poisson) ainsi que le nageoires latérales . Ce n'est pas obligatoire mais vu l'encombrement du plat lors du service , lorsqu'on lève les filets , s'il en reste moins ce sera toujours ça !

Donc videz la aussitôt en enlevant avec soin les ouies et la poche du fond de la gorge qui contient un produit acide et visqueux . Je vous conseille dans tous les cas, même si vous devez la farcir, de la vider à fond par le ventre car ainsi vous pourrez enlever le "filet" sombre le long de la colonne vertébrale qui est lui aussi amère . Surtout *faites bien attention* à ne pas percer les poches à oeufs et à laitances que vous récupérerez soigneusement . Les délicieuses laitances surtout car elles étaient parfois préférées au foie gras... et autorisées pendant le Carême elles étaient réservées par le passé aux meilleures tables .

Faites tremper votre bête à couvert dans un bain d'eau fraîche, alterné toutes les 1/2 heures avec un bain tiède et sécher bien intérieur et extérieur de votre poisson entre chaque tour . Chaque fois vous dosez un litre d'eau = 3/4 de verre de vinaigre blanc (à cornichons, d'alcool) + une grosse cuillère de sel. Au dernier bain froid prenez du "bouillon LVC aux herbes pour poissons" et ajouter du vinaigre de vin "maison" à la place du vinaigre d'alcool et pas de sel . Laisser baigner 1/2 heure : le poisson n'aura plus d'odeur et sera prêt pour partir se faire "farcir".Si vous avez un "gros modèle " et que vous vouliez faire des darnes , coupez-les avant de les mariner et ne les laissez qu'un quart d'heure entre les bains d'eau froide . Bien séchées vous pourrez congeler vos darnes à plat sur un plateau

NB Lorsque l'on veut pocher la carpe, il est inutile de l'écailler. On plonge le poisson dans un bouillon froid et de laisser la chaleur entrer peu à peu en profondeur . Il suffira de retirer la peau comme un gant avant de la servir

LA CARPE FARCIE à la "SIMONE"

Ingrédients :

une grosse carpe miroir si possible(note1)
de la mie de pain(note 2)
des oeufs (note 3)
ciboulette (note 4)
du thym(note 4)
ail (note 4)
piquant "LVC"
un filet de poisson blanc (note 6)
bouillon LVC
Marc de raisin ou Armagnac

vinaigre alcool
du lait
persil un bouquet serré (note 4)
de l'estragon (note 4)
oignons (note 4)
du lard maigre (note 5)
poudre de Perlimpimpin
un peu beurre (facultatif)
vin blanc (note 7)
crème fraîche (note 8)

T.S.V.P -->

Méthode:

Nous supposons la carpe bien nette dans son dernier bain .Préchauffez votre four thermostat 6:/7 (200 /210°C).

Préparer la farce. :

Tremper la mie de pain (note 2) dans le lait puis la presser pour ôter l'excédent de lait. Piler finement la chair de poisson blanc (note 6), ainsi que l'oignon et l'ail . Ajouter la mie de pain puis les œufs et la crème.

Laver et éponger toutes les fines herbes (note 4), les hacher finement et les ajouter à la farce. Saler ??? (si votre lard est fumé (sauf le "maison") il est salé donc tenez-en compte dans vos assaisonnements et poivrer fermement . Ajoutez la poudre de Perlimpimpin . Hachez finement le "tessou" (cochon) de votre choix et le joindre à la farce .

Retirer la carpe de l'eau vinaigrée. L'éponger puis la sécher très soigneusement . La farcir en glissant une "saucisse" de laitance si vous en avez au milieu de la farce . (Lorsque vous couperez la farce vous aurez une "galantine de carpe" !!) Vous gardez le reste pour la sauce . Ne farcissez pas trop généreusement car la farce peut gonfler et faire "esclapat" (éclater) votre poisson . recousez-là . Vous pouvez, surtout si vous n'êtes pas au "sans gras" , la roulez dans une crêpine de porc qui protégera la peau du "coup de soleil" tout en lui permettant de dorer joliment

Couchez la sur un "radeau" de branches sèches de fenouil : la peau ne collera pas au fond du plat) Ajouter pour le "fun" quelques "bracelets" d'oignons (vous pouvez les mettre à mi-cuisson si vous craignez qu'ils brûlent) . Quelques copeaux de beurre (ou un coup de pinceau d'huile d'olives) . Dans un sac de plastique mélanger les épices et saupoudrez le "dessous" de votre bête puis couchez-la à "l'endroit" et faites de même .

Flambez dans une petite casserole vin blanc et Armagnac et arrosez votre poisson. Ajoutez du bouillon vieille chouette et ... ENFOURNEZ



Cuisson ??? 40 min environ par kilo pour les deux premiers kilos , puis on baisse le four à 180° pendant 1/2 heure par kilos suivants . Si nécessaire mettez une feuille d'alu si la peau avait tendance à brûler

ou bien

On peut la cuire, comme au four à pain avec une chaleur de 220° au départ qui baisse toutes les 1/4 heures de 10°, puis toutes les 1/2 heures jusqu'à 110° . Si nécessaire on stabilise à 90° jusqu'à la fin de cuisson . Pour surveillez ?? en enfonçant une pique de bambou (ça laisse pas de marque) au coeur de la bête il ne doit plus sortir de jus . Plus traditionnelle mais plus longue aussi (en général deux bonnes heures pour 1kilo 500)

NOTES TECHNIQUES:

(note 1) plus elle est grosse, moins la carpe a d'arêtes : Logique : le même nombre dans plus de chair , elles sont plus grosses et s'enlèvent donc mieux !

(note 2) mie de pain . Utilisez du pain sec il se "gonflera" mieux et paradoxalement plus vite ... surtout si le lait est tiède . Choisisait la mie car la croûte se "défait" moins bien dans le lait

(note 3) les oeufs entiers . Certains lui préfèrent juste le jaune, je choisit l'oeuf entier qui "colle" mieux la farce, la rend plus légère et permet de faire de superbe tranches de farce

(note 4) Les "herbes" seront bien sûres fraîches (oseille, oxalis) si l'on peut et surtout le persil (mais on en trouve toute l'année chez le fruitier même s'il est très cher l'hiver ... et qu'il a perdu son goût dans les transports) . Mais l'hiver vous pouvez utiliser les herbes séchées de votre jardin. Dans ce cas sachez que si thym, marjolaine, romarin, menthe gardent beaucoup de leur parfum, le laurier y gagne même mais estragon et ciboulette surtout sont amputés des 3/4 de leur saveur ... alors forcez la dose !

(note 5) du lard maigre sec , du lard fumé même si vous le pouvez ou du jambon : vous les "pillerez" au maximum : c'est pour "renforcer" le goût . Mais du maigre de jambon frais peut faire l'affaire pour les "sans sel" par exemple .. Un peu de "viande" est nécessaires pour la "texture" de la farce .

(note 6) Prenez un poisson blanc ordinaire "le filet en promotion du jour" fera votre bonheur . Si vous le pouvez prenez du merlan il va très bien dans une farce . Juste assez de goût mais pas trop . Bien sûr si le filet de tilapia est en promo, profitez-en : c'est une cousine et les goûts se marient particulièrement bien

(note 8)

Recousez là très soigneusement avec un gros fil noir qui se voit bien sur le blanc du ventre : Vous le tirerez très facilement pour découdre d'un coup lorsque vous la passerez à table

(note 7) Ne mettez pas un grand vin mais pas un vin trop ordinaire quand même puisqu'il accompagnera votre carpe à table . Sinon optez pour un vin de même gamme mais supérieur pour le service . Curieusement la carpe est un poisson qui "aime" bien le vin blanc pas trop sec

NOTES DIETETIQUES

Pour les "sans sel" oubliez le lard fumé industriel et si vous n'en mettez pas tout ira bien :

Pour les "sans gluten" avec du pain "sans gluten" ça marche très bien

Pour les "sans sucre" c'est "fait-pour-vous" ... ou presque

Pour les "sans gras" traitez le lard fumé industriel avec mépris , remplacez la crème par du fromage frais 0% de MG . Pas de "crépine autour de l'animal et ne mettez qu'un coup de pinceau très léger de beurre fondu sur le dessus avant d'enfourner ! C'est ... presque pareil ... et puis vous connaissez ma formule :

ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A