



DE VIEUX DESSERS DE MON ENFANCE

LA TEUGOURLE de LVC

Selon les normands et les bretons les versions, et du nom, et de la recette de la “Teugourle” varient beaucoup . Chaque petit pays a “sa” teugourle” . Pour moi, j’ai gardé en mémoire la méthode Annaïg, la vieille amie de Ma chère Toinette .

Vous vous rappelez, je vous l’ai déjà “racontée”, la vieille dame, coiffée de sa grande coiffe bigouden, drapée dans son grand tablier brodé, sa dentelle sous le bras et son fin crochet entre les doigts . Elle s’en allait garder sa vache dans les marais salants et lorsqu’elle rentrait elle fabriquait tant de merveilles ...

Il y avait un beurre extraordinaire naturellement salé (je ne vous parle pas bien sûr du beurre “salé” moderne, je vous parle d’un vrai). Elle faisait aussi des petits fromages gros comme des verres qu’elle renversait dans un petite terrine à ailette et qu’elle entourait d’un bourrelet de crème bien jaune qu’elle prenait sur le dessus de sa terrine de lait .

Il y avait aussi le lundi ... et parfois un jour de plus s’il en restait, dans la glacière : de la “Teugourle”. Pourquoi? Parce Que la veille elle avait allumé le feu pour le pain du dimanche et après la cuisson du pain elle glissait la “Teugourle” au fond du four

Parfois, devant, sur la sole elle alignait les “traou mad” qu’elle retournait vivement avec une petite pelle qui ressemblait à celle de mes pâté de sable . Parfois il y avait plutôt un vrai “kouing amann” dans son plat à oreille ou un “far” tout doré . Elle rangeait toutes ses merveilles dans la cheminée sous une belle nappe à carreaux pour tout à l’heure

Elle recoinçait quelques épingles dans sa coiffe, elle mettait son “tablier-pour dehors” . Et nous filions vite à la chapelle du Crucifix pour la messe. Pendant ce temps le four s’endormait et la teugourle s’endormait aussi peu à peu .

Le lendemain... nous l’ “aidions à manger la teugourle”. Et, depuis quand je ferme les yeux, je retrouve les images, les recettes ... et les odeurs ... Mais j’avoue que je n’ai jamais retrouvé les mêmes ... Je partage mes souvenirs avec vous ... et que les bretons me pardonnent si mes souvenirs ne sont pas parfaitsC’est si vieux !

INGRÉDIENTS

lait (note 1)

sucré (note 3)

noix de muscade (note 4)

Riz (note 2)

cannelle (note 4)

beurre quelques copeaux

MÉTHODE

Il vous faut absolument une vieille terrine de terre : sans cette précieuse terrine vous pourrez faire une teugourle mais ... ce sera pas tout à fait “pareil”.



Au pire découvrez dans une brocante un plat très creux en terre , une grande terrine à pâté , une soupière de terre :

T.S.V.P-->

La terre est très importante car elle monte lentement en température et se refroidit très lentement : et c'est ça "le truc" !

Pour 1 litre de lait il vous faut 75 grs de riz et 90 grs de sucre en moyenne mais comme vous le savez chaque riz a ses petits "caprices" et prenez l'habitude d'utiliser toujours le même riz pour en connaître le "gonflement" futur.

Bien que le riz rond soit traditionnellement le riz des desserts, pour moi je choisis plutôt du "long" ou du "gluant" qui donnent plus de "fondu" . Mais testez , goûtez et c'est le plus sûr.

TECHNIQUE :

Tellement difficile !: Mettez dans la terrine le riz, le sucre la cannelle fraîche moulue, ainsi que quelques fins copeaux de noix de muscade que vous viendrez juste de râper .



Touillez donc pour tout bien répartir et mélanger un peu de lait : la cannelle se dissout mal . Finissez de verser le lait et avant d'enfourner votre terrine glissez dessus quelques petits copeaux de beurre .

CUISSON :

- Vous avez le choix : 1 heure à 1h 1/2 à 150° . Pas parfait mais très rapide
- 5 à 8 heures mais dans un four à 120°, lequel vous allez baisser peu à peu et il ne sera pas à plus de 70/80 ° maximum pendant 3 heures et pour la fin de la cuisson 50/55 °

Une" astuce"? "Montez" la terrine le soir avant de regagner votre dodo et le lendemain, si vous vous êtes réveillé dans la nuit et que vous avez pensé à réduire le four ce sera parfait pour un petit déjeuner de rêve . Attention à ne pas vous "tordre la goule": elle est encore très chaude . Sinon, vous vous brûlez : ça tient la chaleur !

Vous ne retrouvez pratiquement pas les grains de riz, c'est doux, finement parfumé, bref magique !

NB : Aujourd'hui, la cannelle et la muscade sont parfois remplacées par des gousses de vanille, des zestes d'agrumes confits ou même du laurier

En Normandie, on en sert une version encore chaude avec une brioche plate : la "fallue" et une bolée de cidre . A mon avis, il faut quand même beaucoup de cidre car ce mélange, ça tient au corps !

NOTES TECHNIQUES:

(note 1) Si vous le pouvez : prenez du "vrai" lait pas pasteurisé, lyophilisé etc ... Utilisez un produit vrai, il y a sur les marchés par exemple du "lait de la ferme d'à côté", il existe un peu partout des petites "cabanes à lait", réfrigérées et alimentées tout le temps par le producteur avec les produits de son exploitation

T.S.V.P-->

(
note 2) Le riz n'est certes pas un ingrédient local mais depuis le XVIIe siècle, il faisait partie du butin des corsaires sur les galions . Il a tout de suite été "adopté" par les bretons .

(Note 3) Les sucres arrivaient d'Amérique comme d'Asie depuis des siècles . Mon Dieu si l'on utilise toujours le miel des landes d'ajoncs, les abeilles d'Armor sont besog,euses, mais chassées par les constructions touristiques, elles ne pourront bientôt plus suffire pour de petite couches sur les crêpes

(note 4) Fabuleux marins et fins "commerciaux", les bretons ne rentraient pas de leurs passages sur les navires de la Compagnie des Indes et autres fournisseurs d'épices sans rapporter avec eux les "parfums de là-bas". C'est ainsi que cannelle, muscade ou vanille en particulier ont depuis des siècles leur place dans la cuisine bretonne

NOTES DIÉTÉTIQUES

Pour les "sans sel" on en a pas mis donc tout va bien , pas de problème

Pour les "sans gluten" marche bien mais vérifiez vos épices : avec des bâtonnets de cannelle vous ne risquez rien

Pour les "sans sucre" désolée mais ce n'est vraiment pas pour vous il n'y a rien à faire pour une fois

Pour les "sans gras" bien sûr du lait 0% de MG et pas de beurre

D'accord c'est pas tout à fait pareil mais
vous connaissez ma formule

ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A

HYMNE NORMAND A LA TEURGOULE

traduction libre

Refrain

Por' s'empli' la goule

Y faut d'la teurgoule.

Y faut d'la fallue itou

C'est cha qui fait bère un coup,

Por' s'empli' la goule

Y faut d'la teurgoule

Car no s'ra terjous gourmands

D'nos vieux plats normands.

Couplet

Quand no z'a bien mangi du lapin, d'la volaille

Quand no z'a bien mangi du r'haricot d'mouton

Quand no z'a bien mangi du bon gigot à l'ail(le)

Quand no z'a bien mangi du viau et du dindon

Quand no z'a bu du bère à pleines guichonnées

Qu'no z'a goûté du gros, du p'tit, du mitoyen

Qu'no z'est resté tablés pus d'un' demi-journée

Qu'no commenc' à chanter, qu'no commenc' à êtr' bien.

Refrain

Auteur présumé : Arthur Marye