



TOURTE LORRAINE REVISITÉE

TOURTE A LA VIANDE mode LVC

Cette tourte à la viande d'une vieille dame lorraine Gabrielle, je l'ai "revisitée" pour des "sans sel" . Accompagnée d'une salade de choucroute rouge assaisonnée d'huile de noix elle fera un dîner pour des convives affamés certes mais surtout gourmets !

INGRÉDIENTS :

pâte brisée "maison" ronde (note 1)
200 g de quasi de veau
200 grs de lard fumé de LVC
oignons, échalote et aulx (note 2)
du fraîche tégoutté ou de la crème fraîche(note 3)
de la poudre de Perlimpimpin

pâte feuilletée "maison" ronde (note 1)
200 grs d'échine de porc
du vin blanc (note 4)
vos herbes à vous dont persillade LVC
des oeufs
du piquant LVC

MÉTHODE:

La veille ou l'avant-veille: Vous allez faire "mariner" la viande pour qu'elle ait du goût .

Couper les viandes en petits cubes mais NE LA HACHEZ PAS : il faut qu'il y ait des morceaux séparés sinon la migaine ne circulerait pas bien lors de la cuisson

Si vous ne voulez pas retrouver les aromates, faites mariner la viande avec ail, oignon et échalote en gros morceaux "récupérables" . Pour moi je préfère les laisser donc je les écrase bien et les répartis partout dans et sur les morceaux de viande

J'ajoute de la persillade LVC , de la poudre de Perlimpimpin et du piquant LVC . Je verse du vin "à couvert" dans la jatte . Je couvre d'un film étirable et au frais (pas au frigo mais au frais (cave, glacière etc)) .

Il est souhaitable de "touiller" le tout 4 ou 5 fois pour une bonne marinade

Le jour de la cuisson

Pensez à faire pré-chauffer le four à 200°

Prévoyez soit un plat en porcelaine à feu ou autre qui pourra passer du four à la table sans problème . Ici j'ai opté pour un plat en pyrex transparent . Pas laid sur la table, et pratique parcequ'on voit à travers si c'est bien doré dessous

Sortez vos pâtes du frigo (note 1) pour qu'elles soient plus souples à utiliser .



T.S.V.P -->

Foncez le moule avec la pâte brisée de préférence . Égouttez soigneusement votre viande (au besoin “essorez”-la dans un linge ou du papier-chiffon) et distribuez la partout au fond bien régulièrement .

Essayez de “laisser des trous” en empilant les morceaux : il faudra que la migaine (la “sauce”) circule .



Mettez son chapeau de pâte (prenez la feuilletée cette fois) , juste à grandeur du moule .

Ne jetez pas l'excédent ! C'est avec cette pâte que vous ferez des motifs décoratifs sur le couvercle

Mouillez le bord du couvercle (la pâte feuilletée) puis rabattez les bords de la pâte du dessous (la pâtebrisée): elle se collera bien sur l'autre (le “couvercle”, la pâte feuilletée) .

MAIS SURTOUT N'oubliez pas la cheminée !!! Voyez la photo (à droite). Tournez du papier alu autour du doigt et mettez votre petite “cheminée” dans le trou que vous aurez fait au milieu du couvercle pour laisser échapper la vapeur à la cuisson et que votre tourte n' “esclapat” pas . De plus c'est par là que vous la remplirez de migaine : prévoyez en conséquence



Une fois vos motifs posés, passez un pinceau avec de la dorure sur le tout . Vous pouvez pour dorer soit battre un oeuf avec un peu d'eau, soit un peu de café au lait sucré . Ma dorure préféré ? Un peu de miel de châtaignier avec un peu de lait chaud

NB : Vous pouvez faire la dorure fin de cuisson lorsque vous sortirez la tourte pour mettre la migaine : c'est avantageux : la pâte a déjà durcie et la dorure ne la ramollira pas

Faire cuire 30 minutes à 200°C (thermostat 6-7) puis 25 à 30 minutes à 180°C (thermostat 6). Vous pouvez baisser le four plus tôt si vous trouvez que ça “fonce” trop vite . Une feuille d'aluminium posée dessus peut permettre de finir la cuisson “à coeur” sans risquer de brûler le dessus si votre four chauffe plus en haut qu'en bas

Un quart d'heure avant la fin de la cuisson préparez la migaine

Dans une jatte Fouettez pour 2 oeufs pour 5 à 6 cuillères de “fraîchet” et/ou de crème fraîche épaisse, un peu de poudre de Perlimpimpin et du piquant LVC . Gabrielle mettait un peu de cumin en poudre . C'est très parfumé ... et local

Si la “migaine” obtenue vous semble trop dense vous pouvez éventuellement “rallonger” de quelque peu de lait mais pas trop car sinon la migaine ne “prendrait” pas



Fouettez bien oeufs, fraîcheur et épices



pour une migaine bien lisse



avec un papier cuisson: démoulage facile

10 minutes avant la fin de cuisson, verser la migaine dans la tourte par la cheminée . Secouez votre plat en tous sens et tapotez le sur la plan de travail pour qu'elle coule et se répartisse bien partout

T.S.V.P -->

SERVEZ BIEN CHAUD avec une jolie salade de choucroute rouge, bien rincée et assaisonnée d'huile de noix . . Testez une bière blanche .

Mais si vous n'aimez pas la bière? un vin d'Alsace sera d'autant mieux que vous l'associerez à la marinade. Dans ce cas remplacez la salade de choucroute pas une salade de radis noirs avec une crème légère au yaourt + vinaigre de xérès blanc

NOTES TECHNIQUES:

(note 1) Bon, je ne devrais pas le dire mais pour **ceux qui ne sont pas au régime "sans sel"** vous pourrez utiliser des pâtes toutes prêtes du commerce .

Si vous le pouvez "fignez" quand même comme je vous l'ai expliqué : les deux pâtes sont différentes l'une plus "forte", la brisée "supporte" la garniture , la feuilletée plus légère, apporte ses notes "beurrées" irremplaçables . Mais pour les "sans" ??

Faites de la pâte brisée toute simple, voir une pâte à pain pour les "sans gras" .: Certes c'est moins "pâtissier" mais le petit côté rustique est fort sympathique voir le dossier "Pâtisserie" de LVC

(note 2) Des oignons? Ceux que vous aimez sans problème . Des blancs de printemps aux jaunes de paille qui ont résistés à l'hiver . Pour les échalotes " et l'ail, ils seront coupés fins et ainsi ils dégageront plus de parfum

(note 3) Si votre fraîcheur est trop égoutté vous pourrez ajouter de la crème fleurette au lieu de la crème double, voir un peu de lait pour obtenir une bonne consistance de la migaine . Bon je sais c'est pas "régime" mais c'est bien bon . Pour nos amis "sans gras" voyez votre note diététique à vous

NOTES DIÉTÉTIQUES

Les pâtes toutes prêtes du commerce sont interdites pour la majorité des "sans"

Pour les "sans sel" c'est **INTERDIT** :*c'est trop salé* pour vous ces pâtes industrielles . Dites, en fin renard: "ils sont trop verts ..." et faites une simple pâte brisée "maison" type LVC , optez pour des lardons fumés "maison" "sans sel" LVC et tout le reste ira bien puisque ainsi il n'y aura pas de sel

Pour les "sans gluten" , c'est **formellement INTERDIT** *d'utiliser une pâte toute prête !!* C'est plein de gluten les pâtes toutes prêtes .Faites de la pâte brisée toute simple avec votre farine à vous "sans gluten" et n'utilisez que vos épices "maison" dont vous connaissez l'origine . Pour le reste tout va bien

Pour les "sans gras" Il y a plein de gras dans toutes les pâtes industrielles donc la *pâte toute prête* c'est **INTERDIT** Faites vous même de la pâte brisée avec du fromage frais 0% de MG à la place du beurre . En prenant du filet de porc au lieu d'échine ce sera moins gras ... mais plus sec aussi .Votre lard étant fumé "maison" il a déjà, "rendu" tout son excès de gras .

Pour la migaine, pas de crème fraîche , utilisez du "fraîchet"sans gras "maison" ou du fromage frais et du lait 0% de MG . La suite de la recette est pareille .

Pour les "sans sucre" évidemment toutes les pâtes sont interdites mais essayez la version suivante "allégée" pour vous .

Choisissez un plat en porcelaine ou de terre cuite et faites comme si le plat était la pâte. Mettez-y un mélange de graines hachées avec des grains de fromage bien sec . Faites dorer au four et laissez tiédir Maintenant mettez tout les éléments comme les autres,et faites cuire au dernier moment et vous verrez que ce sera super quand même

D'accord c'est pas pareil mais
vous connaissez ma formule :

ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A