



LE FUMOIR mode LVC

TRUITES FUMÉES mode LVC

Dans la mesure du possible les "portions" doivent toujours être d'une épaisseur régulière

Dans tous les cas il faut laisser un espace entre les éléments pour que l'air circule bien

INGRÉDIENTS :

des truites "portion" fraîches (note 1)

Poudre de fumage LVC (note 2)

MÉTHODE :

Dans tous les cas la technique a le même principe de base : conserver la chair par une pré-salaison puis par l'apport par la fumée des produits de combustions des bois (fongicides et antiseptiques) qui éviteront la putréfaction de celle-ci . Ce serait donc interdit aux "sans sel" . Mais avec la technique de LVC, vous allez quand même vous régaler .

Si vous devez manger immédiatement le produit juste lorsqu'il sort du fumoir : pas de problème . Justes boucanés vos poissons ne se conserveraient qu'un peu plus (de 5 à 10 jours de plus) que "nature" au frigo en conteneurs étanches

Inversement, si vous comptez ne vous en servir que plus tard il vous faut impérativement vous fournir d'une Machine "sous-vide" dont nous avons déjà parlé . Pour fumer des "petites" pièces le fumoir de LVC suffira parfaitement . Je ne vous pousse pas vers des lourds investissements mais sachez que vous ne regretterez jamais aucun de vos deux "engins" ... que vous "rentabiliserez" très vite : votre "expert-comptable-maison" sera très content !

Avant de vous lancer : revoyez votre "poudre de fumage" :voyez la (note 2) et les fiches "rattachées"

POUDRE DE FUMAGE LVC Je vous rappelle la formule "en gros" car comme toujours il faut que ce soit à votre goût à vous . Au curcuma qui donnera une bonne couleur dorée en plus de son goût, aux herbes de Provence finement pilées, à la poudre d'ail séchée et au "piquant de LVC" la "base" habituelle, vous pouvez ajouter (si vous aimez) de la poudre de zeste de citron, de la poudre de citronnelle, de fenouil et/ou d'aneth séchés . Au besoin revoyez les fiches "orgue aux épices de LVC" et le fichier "herbes et plantes" . Ce ne sont que des idées , comme d'habitude vous testez : c'est pour vous

LE FUMOIR :

Mettre au fond de la cocotte du bas (de base) des copeaux de bois bien secs . Ils permettront d'enflammer plus facilement vos plantes puis ajoutez comme sur la photo :

des feuilles de laurier-sauce fraîches

Surtout **pas de laurier-fleur qui est extrêmement dangereux**

Vous pouvez utiliser du romarin frais, des fagots de genêts secs, des petites branchettes de cerisier ou de pommiers selon vos goûts (voir des branchettes de cèdre ou de pin" si vous aimez l'odeur de résine), pour une fumée "différente"



T.S.V.P--->>

LES POISSONS :

6 à 8 heures au moins à l'avance

De retour du marché, vous videz bien comme il faut vos poissons et les rincez soigneusement, mais sans "frotter" pour ne pas enlever le "mucus" sur la peau . Il va non seulement "coller" vos épices sur la peau mais participer à la protection de la chair pendant la cuisson .

Vous pouvez , comme moi, garder têtes et nageoires pour la présentation future mais, toutefois , vous pouvez parfaitement les enlever avec votre paire de bons ciseaux sans problème ,

Dans un "sac à épices" de LVC enrobez bien le poisson dans votre poudre "fumage de LVC" et vous laissez "mariner" au frais (dans la glacière de LVC c'est parfait) en retournant de temps en temps si possible

MISE EN OEUVRE DE LA FUMAISSON :

Prévoyez de faire ce "montage" en fin de journée : vous trouverez ainsi tout fini demain matin!

Faites pré-chauffer votre four entre à 50 / 60° tout prêt. Lorsque le fumage sera en cours, baissez à 40/ 50°

Installez vos poissons dans le premier "plateau" . Ici comme vous le voyez pour que les truites soient bien fumées régulièrement et qu'elles ne se touchent pas je les "enfile" sur des brochettes de bambou . Je les pose ainsi "sur le ventre" : ceci vous permettra éventuellement d'ajouter un "farci" d'herbes hachées que vous enfermez entre le deux morceaux de "ventre", repliés l'un sur l'autre .



Avantage de cette méthode : le "volume" de chair du ventre replié sur lui-même est sensiblement égal à celui du dos d'où une régularité de la cuisson

Bien entendu, si nécessaire, vous pourrez glisser des petits morceaux de carrelage entre les bêtes qui se toucheraient pour que la fumée circule bien

Comme vous le voyez sur la photo je prends soin de ranger mes poissons tête-bêche pour les enfile sur les brochettes

Vous faites exactement la même chose de l'autre côté

Ainsi il y a un "courant de fumée" régulier entre vos bêtes

Vous préparerez de la même façon les poissons du "deuxième étage" , voir du troisième "étage" ; Pensez simplement à bien surveiller que la fumée puisse bien circuler .

Ne vous inquiétez pas : la fumée et la chaleur "montent" avant de redescendre ---> donc le circuit d'air va "fumer" partout à peu près de la même façon

Par sécurité, vous laisserez plus de passage d'air entre les poissons rangés dans le second panier ... et encore un peu plus pour ceux du haut .

Bien entendu, "enfilage tête-bêche" et un peu d'espace entre chaque poisson

Éventuellement mettez les poissons plus petits à fumer dans le panier N° 3 au-dessus . Ils ont à la fois moins besoin de chaleur et de temps et la fumée montant, elle les fumera quand même fort bien



T.S.V.P--->>



Lorsque tout est prêt, mettez au frais les "paniers" en attendant

Posez la cocotte de base sur le gaz qui brûle à feu vif **avec le couvercle** très légèrement ouvert (pour avoir une "prise d'air")

Dès que c'est bien pris (on voit la fumée qui tente de s'échapper des bords du couvercle) : attendez suffisamment pour que l'ensemble des plantes soit en train de se consumer . Il faut bien faire "prendre" vos plantes sinon il ne se ferait pas assez de fumée

Soulevez le couvercle à plat et posez-le de côté (il y a de la fumée dessous!) , "Coiffez" bien vite la cocotte de base avec les paniers superposés qui contiennent vos poissons rangés sans les secouer pour qu'ils gardent bien leur position .

Laissez chauffer sur le feu jusqu'à ce que la fumée commence à monter vers le haut . Re-coiffez bien vite du couvercle : il va étouffer la flamme mais maintenir la fumée . Quand vous soulevez , le feu aurait tendance à reprendre ?? Tout va bien !! .

Mettez vite le tout, couvercle fermé dans votre four, préchauffé à bonne température sur une grille posée sur la sole du four . Par sécurité **vérifiez** au début que les flammes n'ont pas profité du déplacement pour repartir car votre four n'aimerait pas !

Et maintenant partez, le coeur en paix : le travail va se faire sans vous et dans quelques heures vous pourrez déguster votre chef d'oeuvre

NB : Vous pouvez éventuellement à mi-fumage retourner vos "brochettes de poisson" et faites un échange du petit du dessus avec le gros du dessous si vous avez plusieurs étages .

Dans ce cas, regardez dans le fumoir : une pellicule ferme se forme et la peau des poissons "se rétracte" . Testez : si une aiguille à larder ne laisse plus couler de jus, baissez le four pour que vos poissons prennent encore la fumée mais ils ne cuiront plus : il ne faut pas qu'ils se "dessèchent" ou deviennent mous (donc sans intérêt)

CONSERVATION

Le lendemain : Sortez vos poissons et rangez-les encore chauds, par deux, trois ou quatre selon l'usage futur que vous en aurez ... et la taille de vos sacs "sous vide"! Souder sous vide vos sacs

Même pour un usage rapide , mettez "sous vide" car il y aura là une odeur forte qui imprégnerait tout .

Vous pourrez bien sûr les utiliser sans problème pour quelques jours au frigo mais ils pourront partir au congélateur "sous vide" pour un usage plus lointain.

UTILISATION et PRÉSENTATION :

Refroidis ils resteront quelques jours dans le frigo et pourront se consommer froids ou chauds selon le cas au fur et à mesure des besoins .

Pour moi je préfère enlever la peau avant de les servir (froids) car elle est certes parfumée mais un peu raide

Inversement , réchauffez-les avec la peau pour les servir chaudes : elle les protégera et gardera leur moelleux

T.S.V.P--->>



NOTES TECHNIQUES:

Note technique "ONSÉJAMÉ": Il semble évident que vous ne puissiez pas utiliser un "cuit vapeur" électrique : le plastique fondrait à la flamme !!! Ça semble idiot de le dire mais comme on m'a posé la question je préfère expliquer !!.

Dans tous les cas, plus la bête sera charnue, plus la "cuisson" sera longue certes , plus elle prendra le parfum de la fumée sans durcir et se dessécher pour autant et donc mais plus ce restera moelleux et goûteux .

(Note 1) La recette est établie ici pour des truites mais bien entendu elle marchera pour tous les poissons que vous êtes susceptible d'utiliser. À la condition "**sine qua non**"

QU'IL S'AGISSE DE POISSONS FRAIS

Un pêcheur fumera une anguille (un chef-d'oeuvre) ...voir des filets de silure : ça marchera d'autant plus que ce sont des poissons à chair "grasse" qui non seulement "supportent" le fumage mais y gagnent formidablement

De même , un "marin" fumera les "classiques" (hareng, maquereaux... et la sardine !!) mais aussi la lotte (un délice) , le requin, la saumonette (préférez la grosse) . Pour les filets, quels qu'ils soient , préférez-les avec la peau (toutefois, pour l'utilisation future, il vaut mieux les écailler)

(Note 2) Ces poudres de fumaison , que vous allez utiliser doivent traduire vos goûts à vous . Vous trouverez un exemple dans la fiche [poudre de fumage pour "saurisseries" de LVC](#) mais sachez que c'est juste un exemple pour pouvoir fabriquer votre "poudre de fumage" à vous.

Cette poudre de Perlimpimpin c'est votre poudre à vous pour vos poissons à vous

Dans tous les cas , sortez votre "[cuiller a testar](#)" , votre "[couteau à épices](#)" ou votre "[potiot à testar](#)" si besoin pour vous assurer avant de vous « lancer en grand » que votre mélange va bien . Car, rappelez-vous par sécurité ma formule : ATTENTION : vous pourrez toujours en ajouter , jamais en retrancher

Toutefois, ici, c'est un peu différent : la poudre va se répartir partout sur vos poissons ET va s'y "coller". Donc, si votre mélange est bon --> le résultat sera bon

(note 3) Un four à thermostat est nécessaire afin de maintenir la bonne température tout le long de la cuisson mais que votre four soit avec chaleur tournante ou pas **ÇA MARCHE TOUT AUSSI BIEN** . Il faut juste que votre four ne donne pas trop "d' à coup" comme les vieux fours à gaz : c'est moins bien . Avec un four à pain ? Je ne sais pas : j'aurais peur que le four ne prenne une odeur définitive

NOTES DIÉTÉTIQUES

Pourvu que les produits de base vous soient autorisés dans votre régime , la technique est valable pour tous et donnera à tous les "régimeux" des "variantes" si agréables !! ,

alors pour une fois la formule sera très optimiste

ON FÉ ÇA KOI KON VEU AVÉ CA KOI KON A