



## CHOUETTES RECETTES DU TESSOU

### “CARABISCOL” DEL TESSOU

Comme vous le savez maintenant le tessou est une mine de bonnes choses et qui plus est pas chères. La tête occupe beaucoup de volume dans le “tessou” et elle ne coûte pas grand chose . Lorsque vous le pourrez donc, ne surtout pas considérer que c’est juste un “tas d’os et de gras” c’est archi-faux . Il faut juste vous en occuper et lui consacrer du temps et vous serez largement récompensé(e).

C’est une mine de choses délicieuses. Je vous propose le “carabiscole”, autrement dit “la tête folle” du cochon .. Cela vous demandera juste un peu de patience et vous permettra de partager des choses exceptionnelles

#### INGRÉDIENTS

1 tête de cochon(note 1)  
persillade LVC (note 3)  
les herbes qui vous plaisent  
poudre de Perlimpimpin

du bouillon de LVC très corsé(note 2)  
LES poivres que vous aimez  
piquant de LVC  
sel? pas pour les “sans”

#### MÉTHODE

Préparez le “bouillon” et faites le bien “pré-cuire” pour qu’il soit parfumé au maximum par les aromates et les épices ( voir note technique note 2 plus bas )

**Ne plonger la viande que dans le bouillon en grosse ébullition**

Le “carabiscole” ne sera bon, que dis-je très bon que si c’est .... HYPER CUIT !

Donc dans un premier temps mettez cuire légumes et aromates dans un bouillon corsé dans un (ou des) “sac à épices” dans un coin de votre pot au feu , et laissez bien bouillir afin de bien parfumer le “bouillon”



Pendant ce temps préparez votre hure en la rinçant bien à l’eau vinaigrée : en particulier la bouche car notre tessou c’est certainement régaler jusqu’à son dernier voyage ! Vérifiez que les oreilles en particulier sont impeccablement propres . Vous pouvez même les découper éventuellement pour plus de facilité pour bien immerger la tête dans le bouillon . Donnez un bon temps d’ébullition vive puis laissez “gorgouler” tranquillement entre 1 heure 30 et 3 heures jusqu’à ce que les chairs se “défassent” bien .

Je sais, le “fromage ou pâté de tête” de la charcuterie il est “bien rose” et “bien craquant” : logique ce qui coûte cher c’est la cuisson et avec du sel “nitré”(du salpêtre) c’est bien rose et appétissant ... Mais c’est pas la peine de faire tout le travail que cela représente si c’est pour faire de “F..... M.....”: votre viande à vous elle ne sera pas rose-fluo mais gris-rosé et c’est normal !!!!

Là aussi pour la cuisson : OUBLIEZ -les dans du bouillon ...

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

...un certain temps, même un temps certain . ne cherchez pas il vaut mieux trop cuit que pas assez . Pour récupérer un morceau “naufagé” il vous faudra une écumoire mais une grande “araignée” sera géniale . Goûtez un morceau que vous testez : c’est le mieux . Je ne vous ai pas dit non plus de la “bouillie-pour-les-chats” mais bien moelleux .

Préparez dans une bassine votre “garniture” d’avance . A la persillade LVC, ajoutez aromates et épices au goût (**voir note 3**) et prévoyez suffisamment de poudre de Perlimpimpin et de piquant LVC pour l’assaisonnement final tout à l’heure



Égouttez bien, récupérez bien tout sur une de vos “plaques à découper” mode LVC . ATTENTION c’est hyper chaud mais il faut que ça le reste de plus longtemps possible. Et mettez en pratique la méthode chinoise : découpez TOUT l’ensemble des morceaux (cartilages, chairs, peau, viandes etc...) . **ATTENTION** à ne pas laisser des morceaux d’os (il peut y en avoir des petits qui ont été cassés lors de l’ouverture de la tête en deux) et **ATTENTION** aux dents (elles se détachent souvent de la mâchoire!!!) . Coupez TOUS les morceaux en petits “cubes” bien vite avec un couteau un peu lourd car c’est plus efficace et plus rapide . N’ayez pas peur : y a du gras ?? IL EN FAUT .En plus c’est indispensable car sinon votre “carabiscol” ne serait pas moelleux à souhait une fois “pris”. Inutile de vous dire, bien sûr pas de machine, des morceaux pas de la charpie!

Maintenant par “louchées” mélangez bien avec la garniture : ce sera plus facile que de mélanger d’un seul coup et cela vous permettra d’éventuellement rajouter aromates hachés ou épices . Touillez et re-touillez pour obtenir un mélange homogène

### **RÈGLE ABSOLUE GOÛTEZ !!**

Je sais -chaud c’est pas terrible- mais pensez qu’il vous faut “forcez” sur les parfums car refroidi votre “carabiscol” aura bien moins de goût .

**Toutefois, si vous devez congeler votre futur “carabiscol” ne forcez pas sur les épices : la congélation les renforce**

Maintenant vous avez plein de solutions .

soit vous voulez le manger rapidement . Mettez votre mélange dans un sac à épices de LVC et le tout posé dans une passoire pour égoutter l’excédent de gras

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

En serrant votre “sac” vous sortirez l'éventuellement excédent de gras tant que c'est chaud .  
Au frais et lorsqu'il est froid servez-le en tranches avec bien sûr vos “cornichons à môa”, des pâtissons au vinaigre, cerises ou prunes au vinaigre ou autres petites “bonnes choses” qui “aident à la digestion” (voir les fiches de LVC bien sûr) . Ajoutez quelques sauces idoines : sauces légères de LVC, moutarde du vieux hibou par exemple . Là aussi voir fiches et plus bas “:utilisations”

si vous souhaitez le manger dans quelques jours : faites de même et mettez votre “carabiscol” en sachet sous-vide et au frigo. Vous pouvez aussi mettre des morceaux ainsi préparés dans le congélateur mais rappelez-vous ce qui est dit plus haut : **pour congeler vos futurs “carabiscol” ne forcez pas sur les épices : la congélation les renforce les arômes**

soit vous allez les mettre en conserve . Préparez vos “boîtes” bien stériles et tassez bien mais laissez un “vide” au dessus pour que la stérilisation marche bien . Contrairement à la congélation dans ce cas forcez **un peu** sur l'assaisonnement de vos futurs “carabiscols”: car dans le bocal l'assaisonnement est un peu “affadi” . Pour la cuisson des bocaux voir la fiche: conserves. Comptez 3 heures à partir de l'ébullition : il vaut mieux là aussi trop que pas assez

## UTILISATIONS

Si vous le servez froid tel quel, il doit être bien froid sinon c'est moins bon . Inversement il aime bien qu'on le mange avec des tranches de pain de campagne justes grillées .

Sachez que mille recettes peuvent dériver de cette fabrication

Essayez par exemple des mescluns avec des cubes de “carabiscol” ou des petits “crostinis” (en dessous) et puis chaud essayez

sur des “crostinis” bien aillés mettez une couche de “carabiscol”, si vous le pouvez ajoutez quelques demi-olives et saupoudrez d'un peu de fromage de chèvre vieux . Un tour au four et ce sont de super “nananiamas” d'apéro ou en accompagnement dans des “super-salades”.

De même voyez les fiches des crêpes charcutières de LVC etc ...

ET SURTOUT (voir note 4 et 5

## NOTES TECHNIQUES

(note 1) Vous pouvez vous lancer bien sûr sur une tête entière mais cela fait beaucoup de viande, de découpes, de cuisson, de futures conserves . Peut-être pouvez-vous commencer par une demie-tête . Si vous êtes seul(e) au travail cela sera suffisant !

(note 2) Comme d'habitude préparez dans un sac à épices de LVC , herbes ( laurier, persil, romarin, thym et autres aromates) que vous utilisez traditionnellement dans vos “bouquets garnis” habituels Vous aimez l'odeur de l'estragon ou du fenouil mais un ou l'autre seulement .

Ajoutez au goût de bons poivres, des baies roses, une ou deux étoiles d'anis étoilée, des baies de genièvre, de la noix de muscade(un morceau ou juste des copeaux faits avec votre épluche-légumes mais pas de “poudre” industriel) . Et n'oubliez pas quelques clous de girofle piqués dans des oignons .

Bien sûr vous pouvez ajouter carottes, échalotes et poireaux classiques du pot-au-feu . Pensez bien sûr à une bonne quantité d'aulx en chemise.



T.S.V.P -->>



Glissez tout cela dans des sacs à épices LVC assez longs pour éventuellement le attacher au bord de votre pot-au-feu pour pouvoir les récupérer facilement plus tard sachant que vous les laisserez plus ou moins longtemps mijoter avec vos viandes . S'ils ne sont pas assez longs, nouez avec un noeud coulant coincé dans le noeud du sac toujours dans le même but de "récupération".

(note 3) Faire une persillade LVC particulièrement corsée (voir fiche) et prévoyez d'y ajouter si vous aimez cerfeuil, estragon voir fenouil frais ou menthe . Optez pour une herbe "dominante" pour un parfum "pincipal"

(note 4) Pensez à garder une partie de toute cette bonne viande car elle vous sera indispensable pour les futurs boudins, farçons, galabars et autres cochonnailles si vous êtes en train de "faire le cochon"!!

(note 5) : Ne pas jeter le bouillon

Ce soir avec quelques "trempes", il vous fera une bonne soupe rustique sans sel ... mais pas sans goût  
De plus, filtrez le plus ou moins au goût , et versez-le bouillant dans des bouteilles avec couvercles à vis et retournez sur un linge tête en bas . Demain, si le bouchon s'ouvre c'est pas stérile donc il vous faut les stériliser pour avoir des bases de futures soupes même dans six mois ... ou comme moi après mon accident 2 ans après ... et c'est des soupes magiques car elles rapportent tant de souvenirs dans leurs vapeurs !!

## NOTES DIÉTÉTIQUES

Pour les "sans sel" pas de problèmes " puisqu'il y en auras pas

et pour les "sans gluten" ? pas de soucis non plus avec des épices maison !!

Pour les "sans sucre" c'est presque bien car, même s'il y un peu d'hydrate de carbone dans les aulx et oignons ce ne sont guère que des assaisonnements

Pour les "sans gras" la couenne qui constitue l'essentiel "du gras" n'est pas du "grasse" mais elle contient essentiellement des protéines . mais essayez d'enlever le maximum du vrais gras ( mou) . Donc bien sûr ce n'est pas quand même "régime, régime" alors désolée je crois que ça n'est pas pour vous ... à moins qu'à très petites doses peut-être

Et puis mais vous connaissez ma formule :

**ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A**