



“FAR LOUS TRULETS” FAIRE LES BOUDINS JAUNES

Les hommes avaient sorti la boyauderie et les “mémés” ont récupéré les “emballages” naturels que nous fournissent “Tessou” (Voir la fiche LVC. [trulets la boyauderie](#))

Le “tuaire” (le tueur) avait découpé la tête et les morceaux moins “nobles” ainsi que les pieds et les abats . Tout cela “gorgolat” (mijote à petits bouillons) depuis ... un certain temps dans le grand cuveau dans un “boulhon” (bouillon) si parfumé. Alors “al trabalh” (au travail) Du reste, revoyez la fiche de la “[cabiscola](#)” ou “[marmada](#)” du tessou ... en cas de doute . Ressortez toute cette bonne “merça” (marchandise) que vous avez mis de côté

Les boudins blancs sont moins fragiles que les noirs puisque ils ne contiennent pas de sang mais il est préférable de ne pas attendre car la “viande de tête” est quand même fragile et il vaut mieux qu’elle ne soit pas trop froide : elle se fige !!

Les budels vous attendent : alors courage !

Je ne vais pas vous donner toutes les recettes de boudins blancs qui existent il y en a moins que de noirs ! Néanmoins mais rien que “dins païs” (dans le pays) :il doit y en avoir autant que d’ “oustals” (maisonnée) Nous n’allons faire ensemble les principale et soyez assuré qu’avec celles-ci vous aurez largement de quoi découvrir “vos” recettes à vous

RÈGLE ABSOLUE : GOÛTEZ, TESTER et vous ferez que de bonnes choses

utilisez votre “[potiot à tester](#)” ou votre “[cuiller à tester](#)” voir fiches LVC

Dans tous les cas vérifiez les boyaux préparés (voir la fiche LVC. [trulets la boyauderie](#)). Je vous rappelle que vous pouvez optez pour:

1/ de longs morceaux de boyau : Un noeud bien serré double au début pour enfile le boyau sur “arbudel” (l’entonnoir à saucisse) et vous aurez des grands “escargots” de boudins à séparer au moment de la consommation . Avantage : on perd pas de boyau mais inversement, si ça perce, on risque de perdre une grande quantité de marchandise

2/ si vous préférez des petits boyaux séparés il vous a fallu préparer un grand nombre de morceaux de boyaux et il faut être deux pour nouer le deuxième bout de chaque boudin ... mais en cas de trou... on en perd moins

Préparez le “boulhon” de cuisson des boudins :

Dès le matin, faites un bouillon très corsé en légumes (ail, carottes, oignon(s), navet, même un chou rave ou un rutabaga si vous en trouvez) , des herbes (estragon, laurier, origan, persil bien sûr, poireaux, serpolet, thym etc...) et bien sûr votre mélange d’épices à vous, votre poudre de Perlimpimpin . Faites bouillir une bonne demi-heure pour que toutes les bonnes choses diffusent bien leur parfum dans le “jus” . Sortez les sacs de cuisson et leur contenu et laissez refroidir votre “jus

Laissez la température baisser jusqu’à ce que vous puissiez rentrer dans le bouillon vos mains (et vos poignets car c’est là que l’on est le plus sensible à la chaleur)

INGRÉDIENTS:

oignons et “aulx en chemise”.(note 3)
navets et céleri rave.(note 3)
du sang frais (note 2)
de la persillade LVC corsée

carottes et poireaux .(note 3)
et autres aromates pour le bouillon
de la “viande” de tête(note 4)
herbes parfumées du jardin(note 3 et5)

T.S.V.P -->

Poudre de Perlimpimpin (note 5)
de la muscade (note 5)
et

des clous de girofle (note 5)
piquant LVC + épices de votre choix (note 5)

les "budels" (note 1) pour "entonner" votre boudins : voir la fiche LVC. "[trulets la boyauderie](#)" !

NB pour les "sans sel" , bien sûr vous oubliez le sel et corsez les autres épices et condiments
Pour les "avec sel" : proportions classiques de 15 à 18 grs de sel pour 4 à 5 grs de poivre

FABRICATION DES BOUDINS JAUNES

Vous avez des points communs entre les boudins blancs et les noirs donc je ne vous répéterez pas tous les points techniques et vous revoyez au besoin la fiche des boudins noirs pour éviter les redites sans intérêt

Pour le bouillon" de cuisson : Même aromates, mêmes épices, mêmes techniques avec pré cuisson de bouillon et refroidissement

Pour les boyaux, les "trulets" même fiche (voir la fiche LVC. [trulets la boyauderie](#)). et pour les épices , revoyez la note 5)

INGRÉDIENTS:

pour le bouillon de cuisson voir au dessus

oignons

un peu de "grass", de "sagine", de saindoux

mie de pain ou/et

oeuf (note 2)

Poudre de Perlimpimpin NON COLORÉE

OU curcuma ou carry ou colombo voir épices de tajine ou raz el hanout **au choix** selon eventuels ajouts

gousses d'ail

de la "viande" de tête(note 1)

ou/et chapelure de pain LVC(note 3)

muscade et/ou macis en poudre .

piquant LVC à base de poivre BLANC

Pour les "avec sel" : proportions classiques de 15 à 18 grs de sel pour 4 à 5 grs de poivre

NB pour les "sans sel" , bien sûr vous oubliez le sel et corsez avec les autres épices

FABRICATION DES BOUDINS JAUNES

Sortez tout prêt votre mixer car plus votre farce sera fine plus vos boudins seront moelleux et réguliers . Toutefois il ne vous faut pas fabriquer de la bouillie pour obtenir des boudins "type industrie"!

Faites tremper le temps nécessaire de la mie de pain (ou/et de la chapelure blanche) dans du lait frais selon votre choix . L'ensemble représente sensiblement le 1/4 à 1/3 de la masse de viande utilisée

Faites "pré-cuire" partiellement de la farine de maïs dans du lait . Pas de farine de maïs ?? utilisez de la polenta que vous passez dans votre "moulin de LVC" (voir fiche) . Votre "crème" obtenue remplacera pour moitié de la quantité de pain trempé dans du lait

Faites bien "revenir" oignon + gousses d'ail hachés menu dans un peu de "grass", de "sagine", de saindoux frais de votre tessou ;Laissez tiédir

Hachez finement votre viande de tête ou (note 1) de la viande de porc et le lard (pour 350 gr de viande maigre on prend 150 gr de lard gras et frais ferme).

Ajoutez les jaunes d'oeufs (note 2) à peu près 10 % de l'ensemble du mélange

Ajoutez vos épices et mélangez bien . Utilisez votre "[potiot à tester](#)" ou votre "[cuiller à tester](#)" (voir fiches LVC pour vérifier l'assaisonnement . Comme toujours méfiez vous peu d'épices au départ, on goûte et puis on ajoute si nécessaire : on peut toujours en rajouter , jamais en enlever !!

Parmi les épices que vous utilisez n'hésitez pas à user d'un peu de curcuma, des pétales d'oeillets d'Inde et/ou des pistils d'hémérocailles séchés réduits en poudre, voir du vrai safran si vous souhaitez des boudins bien jaunes et bien parfumés

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

Vérifiez et la consistance .Mélangez le tout pour obtenir une pâte homogène et ajoutez peu à peu très peu de lait **si cela est nécessaire**. En effet, lorsque le boudin sera cuit, il doit être ferme, pas "sec" mais ferme

VARIANTES

Cette "farce" , éventuellement additionnée de divers ajouts sera "entonnée" dans les boyaux MAIS la farce va pouvoir varier en fonction du produit final désiré

Vous pouvez utiliser une portion de lard fortement fumé en lieu et place d'une partie des viandes (par exemple une proportion de : pour 250 gr de viande maigre, 100 gr de lard gras et frais ET 150 grs de lard fumé). En effet le "fumé" de votre lard va certes parfumer mais aussi "ocrer" votre boudin . Cette viande sera hachée finement

MAINTENANT PASSONS AU REMPLISSAGE DES BOYAUX

En effet le problème est simplement de trouver un moyen d' "entonner" votre chair à boudin dans le boyau !! Vous pouvez alors "entonner" dans les boyaux

soit avec l' "arbudel" , l'entonnoir à main . Si vous n'en avez pas , voyez la fiche de la vieille chouette Et faites vous en un avec un très gros entonnoir et un tuyau de plastique qui le prolonge . Vous pousserez simplement avec un "poussoir" adéquat pour chasser la farce dans le boyau .

soit avec celui de votre hachoir C'est à la fois bien plus aisé et en même temps bien plus régulier .

PENSEZ A BIEN ENLEVER LA RONDELLE DE COUPE AVANT DE REMONTER L "ARBUDEL"!

Nouez le bas du boyau et enfitez-le sur l' "arbudel", l'entonnoir de votre machine à saucisse . Je reconnais que la machine "pousse" la chair avec sa vis sans fin avec une plus grande régularité

Évitez autant que possible la formation de bulles d'air qui se dilatent à la cuisson : elles feraient se déformer votre boyau dans le meilleur des cas et le plus souvent, trop tendu il éclaterait dans le bouillon.

Terminez en nouant le haut du boyau à la main car pour le moment votre boudin est encore tout mou et peu plein . Vous pouvez également ficeler le boudin tous les quinze, vingt centimètres pour former des boudins individuels .

Truc :dans ce cas , mettez deux morceaux de ficelles séparés par un centimètre de boyau vide : si un d'entre eux éclate il y a peu de chance que le suivant crève lui aussi !! Cela vous limitera les accidents.

ATTENTION REMPLISSEZ PAS TROP LE BOYAU MAIS RÉGULIÈREMENT LE BOYAU VA SE RÉTRÉCIR A LA CUISSON ET IL ÉCLATERAIT

CUISSON DES BOUDINS

Méthode traditionnelle : Vous avez un vrai bon foin (oui, c'est ça des herbes séchées) et vous bénéficierez de son parfum en supplément :

Le foin sera humidifié pour redevenir souple et doux .Mettez-en une bonne couche au fond d'un grand "potiot" (fait-tout, pot-au-feu ... ou vieille "oule" en terre c'est encore mieux). Commencez par les plus gros boudins

Posez les côte à côte avec des petits "murets"de foin en protection entre eux : ils peuvent se "fréquenter" certes, mais pas de "frotti-frotta" .. Puis une nouvelle couche de foin et une couche de boudins. Si possible "croisez" les couches pour laisser le liquide mieux circuler .

Et ainsi de suite jusqu'aux derniers . Recouvrez d'une bonne couche de foin . Toutefois, pour des boudins bien blancs , il vaut mieux dans ce cas utiliser des linges blancs : le foin risquerait de teinter un peu les boudins selon les herbes qu'il contient

Méthode "classique" Pas de foin ??? Utilisez des linges déchirés en bandelettes .

T.S.V.P -->

Vous allez les faire bouillir avec des bonnes herbes genre (thym, laurier, romarin etc ...) afin qu'ils n'aient plus de traces de lessive et qu'au contraire ils aient une bonne odeur .Même technique pour l' "empilage" et surtout protégez bien les boudins des bords du récipient de cuisson ...

Avantage : Vous pouvez ajouter un peu de lait, des alcoolats (donc "neutres" de couleur) et du poivre blanc pour parfumer votre bouillon, donc vos boudins et , pour ceux que vous voulez très colorés vous pouvez ajouter curcuma ou safran pour une couleur encore plus ensoleillée

Couvrez de morceaux de toiles et d'assez de liquide: tout doit être bien à couvert et remettez à feu doux jusqu'à frémissement sous un couvercle ;

Et laissez mijoter (selon la taille) de 1/2 à une bonne heure d' heures minimum

A PITCHOUN FOC (à petit feu) .

Si vous avez un thermomètre tenez le bouillon entre 70/75 et 80/85 ° MAXIMUM

Pour être sûr de la juste cuisson, percez avec une aiguille à trousser la volaille un boudin du dessus Le boudin est "ferme" et il ne sort plus de jus , de mousse ? C'est fini

LAISSEZ REFROIDIR DANS LA BOUILLON

Lorsque c'est tiède, sortez-les sur des linges et à l'abri des insectes sous une mousseline dans un endroit frais. Essayez-les soigneusement et, pour ceux que vous allez manger rapidement, suspendez-les comme des saucisses ou des saucissons secs .

Mais comme les vôtres ne sont pas salées , roulez les dans de la poudre de poivre blanc qui fera très bien l'affaire pour éloigner les insectes. Vous pourrez les essuyer et éventuellement les rincer avant de les cuisiner dans les deux trois jours suivant

Gardez-en quelques paquets (sous-vide bien sûr) au frigo où ils attendront sagement que vous les dégustiez rapidement, seuls et... bien accommodés

Pour en conserver au congélateur ?? Sous-vide tout va bien **mais pas trop d'épices** car le congélateur accentue les épices. Au congélateur ils attendront pour les mangerez en été sur un barbecue .

MAIS pour des "boâtes" ou autres"cacas"(bocaux) **un peu plus** d'épices car la stérilisation atténue les parfums **et stérilisation 3 heures** comme toutes les viandes

NOTES TECHNIQUES:

(note 1) Les "chaudins" nom "technique" communément utilisé pour désigner l'ensemble des boyaux du tessou . Ils sont préparés comme sur la fiche LVC. [trulets la boyauderie](#).

Certes il y a une grosse masse de boyaux mais une fois vidés, lavés, retournés, dégraissés, relavés , si vous prenez tout ... vous en aurez un bocal ! Prévoyez donc des boyaux "industriels" qui bien préparés vous donneront de bons résultats ... d'autant plus que la plupart du temps vous enlevez la peau (le boyau) lorsque vous les cuisinez

(note 2) Herbes parfumées du jardin et les légumes, c'est votre choix qui est le bon : goûtez c'est tout . Les herbes parfumées du jardin utilisées dans le "boulhon" ne doivent pas se "contrarier" avec celles que vous mettrez éventuellement dans les assaisonnements de vos boudins

(note 3) La viande de la tête que vous aviez mise de côté lors de la fabrication de la "carabiscole", de la marmada doit être encore "molle" (donc tiède) pour pouvoir se mélanger facilement avec les arômes et surtout la mie de pain trempée dans le lait

(note 4) Les épices que vous ajouterez dans la farce des boudins seront fonction de vos souhaits En premier lieu, prévoyez votre poudre de Perlimpimpin , le piquant LVC et votre mélange d'épices . C'est à vous de choisir la "note de tête" de votre préparation :

note sucrée?? cannelle, noix de muscade, laurier, verveine blonde par exemple,

note anisée ??: anis étoilé, estragon , fenouil,

note verte: ?? arroche, cebets, persil, poireau ,

note soleil ??: ail, pimenton,origan, thym,

note piquante : ?? piments Espelette ou autres (voir mot piments), les poivre (s) (voir fiche)

Prévoyez un peu large s'il vous reste du mélange vous l'utiliserez toujours . Inversement s'il vous en manquait , vous n'auriez jamais le même goût en re-fabriquant .

Là aussi, testez ce qui vous plait **à vous**

Par sécurité, testez votre chaire une dernière fois pour vérifier, et l'assaisonnement, et la consistance . En effet, lorsque le boudin sera cuit, il doit être ferme, pas "sec" mais ferme

BOUDINS JAUNES DIVERS

LA BASE DE FARCE ÉTANT LA MÊME
VOUS VARIEZ AVEC LES DIVERS AJOUTS

. Utilisez chaque fois "**potiot à tester**" ou "**cuiller à tester**" (voir fiches LVC)
pour vérifier l'assaisonnement avant d' "entonner" votre farce dans les boyaux

aux oignons Le plus simple aux oignons . Énormément de petits cubes d'oignons frits dans de la "sagine" (du saindoux frais) de votre cochon saupoudré de poudre de Perlimpimpin et d'un mélange curcuma + curry jaune vérifiez l'assaisonnement et la consistance avant d'entonner les boudins

OU

à l'oseille ATTENTION :Faites tremper la mie du pain avec du "boulhon" LVC de légumes au lieu de lait car l'acide de l'oseille ferait "cailler" le lait. Faites fondre dans la poêle un peu de votre "grass", un hachis de poireaux et d'oseille. Pressez soigneusement le "jus" qui ne serait pas bien "évaporé" pour ne pas "délayer" le boudin avec le jus ; Assaisonnez de curcuma , poudre de Perlimpimpin et vérifiez l'assaisonnement et la consistance avant d'entonner les boudins

OU

basquaise à servir avec une piperade: Farce de base + des petits cubes de gindilhas(petits piments verts) et pimentons(rouges) . Ajoutez un peu de concentré de tomates puis ..poudre de Perlimpimpin + piquant LVC sans oublier le piment d'Espelette Vérifiez l'assaisonnement et la consistance avant d'entonner les boudins

OU

aux châtaignes Ajouter dans votre farce des châtaignes précuites et une pincée de sucre "brûlé"avec un fer rougi au feu (un caramel très noir) . Vous pouvez remplacer la mie de pain par de la farine de châtaigne délayée dans un peu de crème fleurette. Épicez avec de la poudre de Perlimpimpin forcée en cannelle , peu de piquant LVC Vérifiez l'assaisonnement et la consistance avant d'entonner les boudins

OU

aux champignons : Ajouter dans la farce de vos boudins des champignons secs en poudre, voir, si vous êtes "riche" des truffes.bien sûr . Mais vous pouvez utiliser tout bêtement des trompettes des Maurs pour un excellent résultat ... bon marché Vérifiez l'assaisonnement et la consistance avant d'entonner les boudins

OU

Forestière : ajoutez des raisins secs + des baies de genièvre écrasées (ou un rien d'alcoolat de genièvre :rassurez-vous l'alcool s'évapore à la cuisson) si vous n'aimez pas trouver les graines sur la langue . Peu de poudre de Perlimpimpin et du piquant LVC . Vérifiez l'assaisonnement et la consistance avant d'entonner les boudins

OU

Normande ajouter des petits cubes de pommes bien rôtis dans un peu de "sagine", de saindoux . Remplacez la moitié du lait par de la crème pour faire tremper la pain que vous pouvez remplacer par de la brioche . Vérifiez l'assaisonnement et la consistance avant d'entonner les boudins

OU

Une version surprenante mais savoureuse vous verrez . Essayez une version avec saumon fumé en cube dans de la pâte de boudin . Ajoutez de l'aneth et un peu de rue . Assaisonnez de poudre de Perlimpimpin forcée en cumin , peu de piquant .Vérifiez l'assaisonnement et la consistance avant d'entonner les boudins Vous serez très agréablement surpris

d'aucun adorent une version "sucrée" des boudins jaunes . Testez avec votre farce + des petits cubes d'abricots secs . On utilise de la mélasse ou de la vergeoise brune et très peu de piquant LVC . Vérifiez l'assaisonnement et la consistance avant d'entonner les boudins

Vous les servrez avec de la purée de rutabagas ou de patates douces jaunes

NOTES DIÉTÉTIQUES GÉNÉRALES

Pour les "sans sel" y en a pas

Pour les "sans gluten" y en a pas avec du pain "sans gluten" ou des farines idoines

Pour les "sans sucre": Les boudins jaunes ne sont tout à fait pour vous car dans le pain (ou la chapelure) y a "du sucre" . Alors à vous de bien calculer selon vos "autorisations" médicales. Mais c'est quand même moins de 15% a vous de voir

Pour les "sans gras" voir l'en tête de la fiche , l'essentiel du gras est contenu dans la "viande de tête" utilisée . Vous pouvez la remplacer par seulement des couennes (pratiquement pas de gras) et faire griller oignons et échalotes, coupées finement dans le FAO sans gras. Le reste sans Le reste des recettes sans problème. Et vous pouvez les consommer ! Mais c'est déjà moindre avec ces boudins que dans l'industrie

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

ON FÉ CA KOI KON PEU AVÉ CA KOI KON A