



## LE TESSOU DE LVC

### FAIRE L ANDOUILLE C EST CHOUETTE

Tout d’abord il y a lieu de rappeler que “andouilles” et “andouillettes” varient selon les divers coins de France Si ces préparations “modestes” n’avaient pas régalées les “grands” de ce monde, ces “choses-là” ne figureraient plus depuis longtemps sur les tables des chefs étoilés ...

Il faut dire que si la préparation “charcutière” est parfois longue et délicate , il y a peu de travail ensuite en cuisine pour élaborer des plats somptueux...

Bon, passons sur les idées reçues et les barrières culturelles : des tas de gens qui n’ont jamais goûté ces bonnes choses refusent même de les goûter ! Tant pis pour eux !

Je vais vous donner ici deux grandes variantes d’ “andouille” et d’ “andouillette”

- les “nordiques” qui ne contiennent que des chaudins (boyaux ) et parfois de l’estomac de porc
- les “sudistes” qui contiennent en plus de la tête

Dans tous les cas, il s’agit de produits issus de “Mr lo Tessou” donc : ça sent le cochon , le bon cochon c’est clair . La couleur grisâtre que vous obtenez est tout à fait normale . Si vous la souhaitiez rose comme les industrielles, il vous faudrait utiliser du sel nitré , voir des colorants alimentaires !!

Et songez que sur une assiette noire avec un mesclun vert ou sur une assiette de purée de patates douces cela devient digne du pinceau de Chardin

Votre andouillette à vous après 5 heures de court-bouillon elle contiendra moins de 20 % lipides mais de qualité puisqu’il y a environ 12% d’acides gras insaturés .Pratiquement pas de glucides mais 20% de protéines !! Donc, en elle-même, “safépagrocir” ... Évidemment si vous mettez sauces et assaisonnements hyper “interdits”....!!.

### ANDOUILLE et ANDOUILLETTE “NORDIC” s

#### **Ingrédients :**

les chaudins du tessou (note1)	lou stoumac (l’estomac)(note 2)
éventuellement une “baudruche” (note 3)	poudre de Perlimpimpin (note 4)
du piquant LVC ( note 4)	cannelle, fenouil, épices (note 4)
des gousses d’ail (note 5)	du persil (note 5)
un peu d’échalote et d’oignon (note 5)	un bouillon très fort en légumes, herbes et épices
foin bien sec et odorant	et de ... l’ “huile de coude”

#### **Méthode:**

Dans un premier temps nettoyez à fond vos boyaux ( voir la fiche ) ébouillantez les et laissez cuire quelques instants dans un bouillon bien corsé lorsque vous les avez retournés et bien lavés . Égouttez les et là : deux versions

Si vous souhaitez faire une andouille genre “Guéméné” il vous faut couper des morceaux de même longueur d’une soixantaine de cms . Puis vous coupez en lanières ( voir vous enroulez sur eux-même) quelques “invalides” : cela formera le “noyau” . Roulez dans votre mélange épices et herbes sans excès mais partout .

Vous les attachez alors en “botte” d’un bout avec une ficelle nouée dans le trou que vous avez fait dans une spatule de bois ronde percée d’un trou . Vous enfiler ce paquet de chaudins qui est alors “recouvert” par le morceau le plus étroit des morceaux de boyaux .

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

Assaisonnez d'herbes et d'épices entre les couches de chaudins que vous enfiler ainsi l'un sur l'autre . Et vous allez ainsi de suite enfiler l'un sur l'autre les morceaux de chaudins de plus en plus larges .  
Voilà, vous êtes en train de faire de l'andouille "presque de Guéméné"! Du reste vous comprenez qu'après préparation vous aurez des tranches avec des rondelles comme des tranches d'oignons .

Je vous rassure, si vous n'arrivez pas à les "embosser" selon la tradition, vous pouvez ouvrir les chaudins (en longueur) les nouer tous d'une ficelle et selon la même technique les enfiler tous ensemble dans le chaudin le plus gros et le plus solide : ce sera plutôt genre l'andouille de Vire

Si vous le souhaitez préparez "lou stoumac" . Ouvrez le , grattez le bien . La pellicule intérieure s'en va (relativement plus facilement) après un bon bain de dix minutes dans une eau frémissante . Vous re-grattez, rincez et vous mettez cuire dans un bouillon très corsé ... Le temps nécessaire pour qu'il soit tendre mais pas mou . Faites des lanières et mélangez avec les chaudins . Même technique d'embossage .

Il existe aussi une technique plus aisée de mise en oeuvre . Coupez chaudins et "stoumac" en morceaux carrés de 2, 3 voir 4 cms de côté (maximum) . Assaisonnez soigneusement d'herbes et d'épices et embossez avec le poussoir à saucisses avec le gros entonnoir . C'est plus proche comme aspect de l'andouille du commerce certes mais ça n'aura pas le même goût et ce sera régime

Enfin, dans ma jeunesse, dans le centre on ajoutait de la chair à saucisse "précuite" et écrasée au mélange du dessus avec des morceaux plus petits et force herbes . On embossait dans des boyaux "classiques" et c'était l'"andouillette" , plus petite et qui se mangeait toujours chaude .

Maintenant que vos andouilles et andouillettes version nord sont dans leur "contenant" fermez soigneusement les deux bouts avec des ficelles nouées en croix ( voir les fiches saucisses)

**ATTENTION comme d'habitude, NE PAS TROP REMPLIR LE CHAUDIN  
IL S' "ESCLAPATERAIT" Á LA CUISSON**

**Pour la suite le mode de cuisson sera le même : vous trouverez cela après l'andouille "sudiste"**

## **ANDOUILLE et ANDOUILLETTE "SUDISTE" s**

Ici chaudins et stoumac ont beaucoup moins bonne presse qu'au "nort" mais toutefois j'ai trouvé des recettes anciennes qui utilisent et chaudins et stoumac . Mais toujours en petite quantité puisque les chaudins sont utilisés en tant que "budels", en boyaux crus pour emballer les produits "nobles" : saucissons, saucisses et aussi pour les boudins et galabarres  
Inversement la tête qui devient dans le nord le "fromage de tête", sert ici pour la "viande" du boudin et du galabarre ... et dans l' "ANDOUILLE"

Donc, faites l' "**andouille d'aqui**" c'est hyper simple .

Lorsque vous aurez fait cuire la tête au bouillon assez longtemps pour qu'elle "fonde" bien , gardez un peu de vos morceaux coupés plus ou moins fin au goût . Mélangez avec de la chair à saucisse .

Vous pouvez selon vos goûts forcer sur la chair à saucisse : c'est plutôt de la "saucisse de tête", ou avec plus de couenne (de peau) c'est la "saucisse de couenne" .

et avec plus de tête et de couennes c'est l' "ANDOUËLH D AQUË" ( l'andouille d'ici) . On la préfère alors ici cuite en "boâte" et consommée froide coupée en tranches fines avec une salade de tomates et de verdure .

## **CUISSON ET CONSOMMATION DES ANDOUILLES et ANDOUILLETES**

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

NB : Avant de mettre en boyau ou en "boâtes", testez votre mélange chair + épices : à faire cuire quelques secondes dans votre "potiot à tester" au FAO ou bien avec une "cuillère à testar" sur la flamme (voir fiche) Vos andouilles (grosses) ou andouillettes (petits boyau) quelques soient les versions sont prêtes à leur "pré-cuisson"

### **Pré cuisson des andouilles et andouillette**

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, poireau (x), serpolet, thym etc... ) et bien sûr votre mélange d'épices à vous . Faites bouillir une bonne demi-heure à une heure pour que toutes les bonnes choses diffusent bien leur parfum dans le "jus" .

Arrêtez la flamme et 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)

Soit vous avez un vrai bon foin et vous bénéficierez de son parfum en supplément :

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

Posez vos andouilles côte à côte avec des petits "murets" de protection entre elles : elles peuvent se "fréquenter" certes, mais pas de "frotti-frotta" ..

Une nouvelle couche de foin et une couche d'andouille . Si possible "croisez" les couches pour laisser le liquide mieux circuler .

Et ainsi de suite jusqu'aux dernières . Recouvrez d'une bonne couche de foin . Tout doit être à couvert et remettez à feu doux jusqu'à frémissement sous un couvercle ;

Et laissez mijoter (selon la taille) de 3 à 5 heures minimum A PITCHOU FOC (à petit feu) . Si vous avez un thermomètre tenez le bouillon entre 70/75 et 85/90 ° MAXIMUM

Pas de foin ??? Utilisez des linges que vous avez fait 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

### **LAISSEZ REFROIDIR DANS LA BOUILLON**

Dans quelques heures, sortez-les sur des linges et à l'abri des insectes sous une mousseline dans un endroit frais. Essayez-les soigneusement et , pour celles que vous allez manger tout de suite , suspendez-les comme des saucisses ou des saucissons secs . Mais comme les vôtres ne sont pas salées , roulez les dans un mélange de poivre et de piment (du piquant LVC fera très bien l'affaire) pour éloigner insectes et moisissures . Vous pourrez éventuellement les rincer avant de les cuisiner

Vous ne pouvez pas les garder ainsi longtemps (selon la saison 3 à 5 jours maximum) . Mais vous pouvez les mettre "sous-vide" puis au congélateur où vous les mangerez même en été sur un barbecue . Gardez-en quelques paquets (sous\_vide bien sûr) au frigo où elles attendront sagement que vous les dégustiez jusqu'à la dernière

### **L ANDUELH D AQUI EN "BOÂTES" ou "CACAS"**

Avec votre mélange que vous avez bien testé avant voir (Note 4) vous remplissez vos terrines jusqu'à un cm du bord . Tassez bien . Fermez bien vos couvercles et stérilisez 3 heures .

Vous pouvez sortir les bocaux chauds si vous avez un panier dans votre stérilisateur mais si vous le pouvez, laissez donc les bocaux refroidir .

VERIFICATION DE LA STERILISATION

T.S.V.P -->

Vous pourrez alors les manipuler sans risque et vous verrez tout de suite si un bocal "a bu" ou si il n'est pas stérile :

le couvercle et le caoutchouc se soulèvent si on ouvre le crochet pour les "Parfaits" à crochet, la rondelle métallique (la capsule) se soulève lorsqu'on devise le couvercle métallique des "Familia wiss" à capsule

et vous ouvrez à la main sans forcer les bocaux à bouchons vissés .

Pour les boîtes métalliques que vous avez fait sortir les risques sont minimes sauf un sertissage mal fait sur une boîte tordue .

Tout est bon ? Gardez dans l'étagère à trésors de votre "ricantou" et mettez bien au frais deux heures avant d'ouvrir

Avant d'ouvrir une de ces "cacas" magiques préparez une jolie salade de tomates ou une salade "sauvage" de saison (céleri sauvage, cornette, cresson, pimprenelle, pissenlits, pourpier, roquette etc...) . Sortez une de vos "boîtes " de "chutney" genre LVC, préparez une sauce à l'oseille de LVC .

Démoulez et coupez un tranche très fines votre "anduelh d'aqui"

Présentez le tout sur votre salade . Mettez vos petits potiot de "chutney" et sauce à l'oseille de LVC sur la table avec des cuillères à moka dedans . N'oubliez pas votre flacon de sauce à salade LVC .

Chacun pourra ainsi assaisonner selon son goût ... et vous savez, ces "cacas" d'aqui c'est pas "caca" du tout !!!

## NOTES TECHNIQUES:

(note 1) Les "chaudins" nom "technique" communément utilisé pour désigner l'ensemble des boyaux du tessou . Ils sont préparés comme sur votre fiche . Bien évidemment vous ne sauriez utiliser de "boyaux tout-prêts" qui ne peuvent en aucun cas convenir puisse qu'ils sont hyper salés ! Et qui plus est, ils ont "travaillé" dans la saumure !

Vous ne ferrez donc pas des tonnes de vraie andouillette , à fortiori de vraie andouille, avec un "ventre de votre cochon"! Certes il y a une grosse masse de boyaux mais une fois vidés, lavés, retournés, dégraissés, relavés , si vous prenez-tout ... vous aurez un bocal !

(note 2) Pour "lou stoumac" c'est déjà un morceau plus substantiel et dans le sud où il est peu consommé vous pourrez en trouver du frais (sur commande) chez votre charcutier ou à l'abattoir assez facilement

(note 3) La "baudruche", en fait le caecum du Tessou forme une poche , un sac dans laquelle vous pourriez "enfiler" votre préparation ... Mais comme vous l'aurez sûrement utilisée pour faire du "galabar", le merveilleux boudin à la viande d'ici , vous opterez simplement pour le morceau le plus gros de la "tuyauterie" de Monsieur lou tessou !

(note 4) 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, organ, 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 en re-fabriquant .

Et testez votre mélange Vous vous rappelez ?? le "couteau à épices de LVC" Revoyez la fiche .

En plus, testez votre mélange chair + épices : à faire cuire quelques secondes dans votre "potiot à tester" au FAO ou bien avec une "cuillère à testar" sur la flamme (voir fiche )

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

(note 5) les herbes ??? Pas toujours présentes selon les régions et les recettes anciennes mais pour moi, je les aime bien . Elles donnent du caractère et un parfum dès l’”ébullantage” qui demeurent dans la produit fini qui est plus plaisant

Là aussi, testez ce qui vous plait à vous



## NOTES DIÉTÉTIQUES

pour les “sans gluten” y en a pas

Pour les “sans sel” on en a pas mis donc tout va bien

pour les “sans sucre” y en a pas non plus comme dans les industrielles alors profitez-en

Pour les “sans gras” voir l’en tête de la fiche , pesez votre produit , prenez 20% par sécurité et vous voyez si vous pouvez les consommer ! Mais c’est déjà moindre que dans l’industrie

Bon alors tant pis optez aujourd’hui pour la grillade

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**