



## La "COMMUNARDE" de LVC

Une vieille histoire encore que celle de la "Communarde..." boisson qui "disparut" avec la Révolution du même nom. Mais une vieille dame m'a raconté que son aïeule, pour éviter à son mari de ne trop lever le coude "à la Communarde", elle avait inventé une bouteille pour lui ... avec "sa" communarde à elle ! C'était nettement moins dangereux que le mélange d'origine de "gros rouge" et de "gnirole" plus ou moins estampillés dont les proportions étaient ... variables selon les "arrivages" .

M'inspirant de cet exemple je vous ai concocté une "Communarde" très républicaine et sans danger même si vous levez le coude à la santé de LVC !

### INGRÉDIENTS

du jus de tomates

de votre coulis de framboises

votre [sirop de cerise de LVC](#)

une pincée de poudre de baies roses

de la betterave rouge cuite ([voir légumes "B" dans FAO](#))

de votre coulis de fraises ou (d'abricots)

+ ou – de jus de citron au goût

une larme de [potion du diable](#)

**décor** : un "pauquet" de crème fouettée ou des meringues rondes , voir du blanc d'oeuf dur + sirop de curaçao bleu

### LES DÉCORS :

TROIS DÉCORS POSSIBLES : Prévoyez-les à l'avance mais ne les "montez" qu'au dernier moment car sinon votre cocarde va "plonger" dans la communarde !

Mettez du curaçao (ou du sirop de même) dans un flacon avec un compte-goutte

1 / la Chantilly pourra attendre si vous avez un siphon et il sera relativement facile de déposer une boule de Chantilly sur la Communarde et en creusant un petit creux avec le bout d'une cuillère en bois versez assez de Curaçao (ou de sirop goût curaçao qui est tout aussi bleu et pas dangereux pour les "sans alcool") pour faire un gros point bleu sur la "cocarde"



2 / Si vous faites de même sur une petite meringue, "sciez"- la avec un couteau scie pour ne pas la casser et creusez le futur point bleu avec la pointe du couteau .

Là aussi ne mettez le décor en place qu'à la dernière minute car le "fond" de la meringue va se dissoudre dans le liquide et elle aussi va couler



3 / Pour une version encore moins "sucrée", vous pouvez utiliser une rondelle de blanc d'un œuf dur . Peignez"au pinceau le rond bleu en mélangeant l'huile que vous extrayez d'une olive noire à la greque avec votre bleu : l'huile du mélange "tiendra mieux" la couleur "sur place et ça peut se préparer à l'avance !

### MÉTHODE POUR la "COMMUNARDE" :

#### Préparation pour des "sans alcool"

préparation des ingrédients séparément :

T.S.V.P --->

Bien sûr vous n'avez qu'un mixer , rincez-le entre les divers ingrédients au départ, vous ne les réunirez qu'à partir du moment où chacun d'entre eux seront prêts

1 / Passez au mixer finement les betteraves.

2 / Passez maintenant les tomates tout aussi finement

3 / Mettez une partie des 2 ingrédients dans l'ordre dans votre mixer : **1** volume de tomate + **1** volume de betterave rouge par exemple . Mixez : vous allez équilibrer selon vos goûts : plus de tomate c'est plus acide, plus de betterave c'est plus doux :

COMME TOUJOURS GOÛTEZ !!

Il vous faut sortir votre "[potiot à tester](#)" ou votre "[cuiller à tester](#) " et vous essayez : **c'est vous** le barman... ou la barmaid !

Maintenant vous avez *le "corps"* de votre mélange et vous allez opter pour *la note de tête* que vous préférerez comme ... pour un parfum !! La proportion que vous allez déterminer sur une petite quantité sera exactement la même pour une ou plusieurs bouteilles !!!

Reprenons notre exemple avec un verre de 25 cl. J'ai fait un essai avec un verre de tomate + 1 verre de betteraves + 1 cuillère à soupe de coulis de framboises + 1 cuillère à soupe de coulis de fraises (mon [velours d'abricot et fraise](#)) et une cuillère à moka de jus de citron . Et vous mixez ;

VOUS GOÛTEZ

Vous trouvez que c'est trop doux : vous ajoutez un autre verre de jus de tomates et une cuillère à café de citron

Ajoutez une pointe de couteau de baies roses pilées (au [moulin de LVC](#) + au pilon dans le mortier) très très finement . Et vous mixez

VOUS GOÛTEZ

Ça vous plaît ? Ajoutez alors une goutte de [potion du diable](#) UNE GOUTTE ! Par prudence !

VOUS GOÛTEZ

Maintenant que vous êtes sûr des proportions vous pouvez vous lancer sans risque dans la fabrication d'une plus grande quantité

Pour les proportions précédentes il vous faudra pour 1 litre de COMMUNARDE "sans alcool" environ :

1 verre de betterave + 2 verres de tomates + 1 cuillère à soupe 1/2 de coulis de framboises +  
1 cuillère à soupe 1/2 de velours d'abricots et fraises + 1 demie cuillère à moka de baies roses  
pilées très très finement + 3 gouttes de potion du diable

#### NOTES TECHNIQUES:

Rien de bien sorcier vous le voyez sur le plan technique !

Le "cocktail" obtenu est plus ou moins dense selon les jus et confits utilisés . Si il est très épais et que vous lui trouvez un bon goût, servez-le tel quel dans des mugs blancs comme "amuse-bouche" en entrée d'un diner au jardin par exemple où il fera office "d'apéro-entrée" : c'est rafraîchissant , goûteux et ça ne "coupe" pas la bouche pour la suite du buffet ou du repas



Pour un cocktail plus "liquide" au moment du service , Si vous avez un shaker c'est parfait sinon sortez un bocal de verre ou une bouteille avec un couvercle à vis .

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

Vous y avez versé votre mélange lors de la préparation . Ajoutez des glaçons et là aussi selon votre goût, plus ou moins :

d'eau plate glacée  
d'eau gazeuse glacée  
de limonade glacée  
voir de Clairette de Die (voir pour les "avec alcool", plus bas)

**et SECOUEZ, SECOUEZ avec de jolis gestes :**  
ça détend tout de suite l'atmosphère

**ATTENTION :** avec des boissons gazeuses méfiez-vous lors de l'ouverture du shaker : mettez-en que peu dans un premier temps, puis vous en rajouterez dans le cocktail déjà versé ... tout en finesse : très joli effet dans le verre , surtout si vous l'avez "givré" au bord !

### **METTEZ VOTRE COCKTAIL AU FRIGO JUSQU'AU SERVICE**

#### **AU MOMENT DU SERVICE :**

Secouez aussi vivement que possible le shaker dans lequel vous avez stocké votre "Communarde" avant de remplir les verres, voir d'éventuellement d'ajouter les "diluants"



Comme vous le voyez sur les photos ma "communarde" est ici présentée dans un vieux verre que n'aurait pas renié Louise Michel  
La légende ?? ou la vérité ?? veut qu'elle ait partagé sur les barricades tous les "coups de feu" avec ses "rouges" compagnons .  
Elle a sûrement partagé aussi avec eux ses coups de coeur, ses coups de "gueule" en défendant ses idées et peut-être des "coups de coude" avec des "communardes" bien plus dangereuses que celle de LVC!



### **Préparation pour des "avec alcool"**

Toute la préparation de base est la même : c'est lors du service que cela diffère un peu . Pour un cocktail moyennement "tonique", coupez avec un vin rouge bien typé (pas un gros "rouge qui tâche" mais un vin assez corsé, voir assez fort et tannique) pensez à des vins de pays chauds, du Sud comme Espagne, Grèce, Magreb ou Portugal . Les proportions varieront selon la même règle que plus haut, selon vos goûts (ou ceux de votre hôte si vous les connaissez) .

Servez dans un verre haut ... et n'oubliez pas une petite cuillère à mazagran pour qu'il (ou elle) puisse "touiller" à son gré ... et grignoter le décor !

Enfin pour une "Communarde" quasi... quasi ... "historique" , n'hésitez-pas ajoutez pour moitié à votre "communarde" basique, un mélange de Buzet ou de Brulhois noir avec la même proportion (50/50%) soit d'Armagnac, soit de Kirch (qui reprendra la note de cerise) .

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



## PRUDENCE

car ça devient beaucoup plus alcoolisé surtout si vous augmentez la proportion d'alcools par rapport à votre "base" ! Je vous le déconseille car ça "tue" la saveur de votre "communarde" sage

À servir dans des tasses à café si possible en grès avec une cuillère à moka retro ou une de ces nouvelles cuillère à café à usage unique en bois ! Assez joli...

Ici la cocarde est faite sur de la Chantilly . Faites vite : ça se "déforme" très vite !

Ici une cocarde en blanc d'oeuf marcherait très facilement

## UTILISATIONS POSSIBLES :

**LA VEILLE** Vous pouvez choisir de filtrer soigneusement votre "Communarde" pour avoir un liquide translucide avec une filtration douce . Utilisez un entonnoir dans lequel vous aurez placé un filtre à café de papier , Voir plus simple un de vos "sacs de cuisson", propre, lequel vous aurez retourné au bord de l'entonnoir

Ne jetez pas la pulpe obtenue après filtration : vous ferez des petits biscuits à apéro qui seront savoureux et accompagneront particulièrement bien vous "Communarde"

Une autre idée en version "concentrée" : mettez-en dans un des petits pots de votre plateau de sauces et cela accompagnera superbement une grillade (viande rouges ou thon grillé à la plancha par exemple) ou une viande blanche bouillie (jarret de veau au pot) , voir des viandes froides . Et voyez la fiche de la sauce "communarde" de LVC

## NOTES DIÉTÉTIQUES

Presque pour *tout le monde* donc car pas de gluten, pas de gras, pas de sel, **mais** pour les "sans sucre" ??

Il est certain que ce n'est pas là un cocktail pour eux car les divers coulis et jus de fruits ont tous plus ou moins d'hydrates de carbone . En moyenne on a dans les fruits "nature" : Tomates 5 %, citron 3 % Framboises 5 % fraises 7 % betteraves 9 % et ... même pour le sirop de cerises LVC 70 % !.

Donc, selon les proportions utilisées des divers ingrédients, comptez que dans sa version "basique concentrée " la COMMUNARDE" il y a entre 8 et 15 % d'hydrates de carbone (dont le saccharose du sirop de cerises malheureusement) donc tenez-en compte dans vos calculs .

De plus, en adoptant la version "allongée" ... ça dilue le risque ! À vous de voir si en en buvant dans un petit contenant et en n'y revenant pas ? Ça devrait marcher ... la cocarde ? choisissez celle avec de la crème fouettée sans sucre ou celle au blanc d'oeuf!

Dans tous les cas les choses les meilleures sont celles qu'on déguste à petites doses : la preuve l'eau de Cologne se vend en grands flacons mais les vrais parfums ... en tout petits !

Et puis vous le savez bien, que

chez la vieille chouette bien sûr

**ON FÉ ÇA KOI KON PEU AVÉ CA KOI KON A !**