



## LOUS BUDELS et LOU VENTROU et surtout les “boudins”

Donc , revenons à ... notre “tessou”

Les hommes ont donc sorti la boyauderie dans une bassine et nous avons choisit la version des “mémés” qui vont récupérer les emballages naturels que nous fourni messire “Tessou” pour que nous puissions l’apprécier sous mille formes .

Nous avons donc “récupérés” budels (boyaux), stoumac (estomac), crespina (crépine ou toilette le mot varie selon les régions) et la “baudufa” ( la baudruche , le bout du gros intestin qui sert pour y loger la “copa” ( l’échine séchée ) soit pour le gros boudin de viande le “galavar”)

Si vous avez choisit d’acheter la boyauderie toute prête , préparez les la veille . N’ayez pas peur l’odeur est “prenante” mais cela ne veut pas dire que vos boyaux ne sont pas bons . Après les avoir rincés plusieurs fois à l’eau “morte” ( vous ne sentez ni chaleur ni froid quand vous plongez votre main les yeux fermés ) vous les ferez tremper dans une eau tiède ( pas trop chaude surtout vous les cuiriez !!) avec un trempage d’une bonne heure ou deux entre chaque tour et ce trois fois au moins

Rincez une dernière fois et laissez les trempez jusqu’au lendemain avec une bonne dose d’eau de vie dans l’eau . N’oubliez pas de bien les gonfler avant afin de vous assurer qu’ils n’ont pas de trous qui les rendraient inutilisables

Je ne suis pas sûre que cela vous reviendra plus cher car certains cochons ayant la mauvaise idée d’avoir des boyaux fragiles et vous ne pourrez peut-être pas faire autrement ! Donc ne regrettez rien sachez juste que la qualité du produit sera peut-être moins fine mais faites contre mauvaise fortune bon coeur . Comme vous n’êtes pas allergique à l’alcool usez d’une bonne “aigardente” , une bonne “prune” où un Armagnac ne nuiront en rien au parfum de vos “budels”

Vous connaissez maintenant la formule de ma grand mère :

-“ ma petite fille si c’est moins cher, c’est que c’est moins bon”

Je n’ai jamais eu dans ma longue vie de cuisinière la preuve que ma grand’mère avait tort ...

Revenons à ... notre “trabalh” ( travail)

Me remémorant des souvenirs de plus de 40 ans, je me suis mise en devoir de refaire toutes ces bonnes choses que j’avais entrevues seulement parfois tout en tenant ma petite fille au sein car sinon elle hurlait ?? Les odeurs ?? Les mouvements ?? Peut-être est-ce à cause de cette “tue-cochon” qu’elle est devenue végétarienne au grand dan de son papa qui ne subissait son régime “sans sel” qu’avec l’espoir de pouvoir un jour remanger un bout de “cambajou” ou de “salsica sécada” !!

Bref, revenons à notre tessou ...

les “trulets blancs et negres”, “botiflaus”, “botiffarras” et autres “galabars”

Tous ces divers boudins vont occuper nos cuisinières en urgence , surtout ceux à base de sang car même si l’on a bien enlevé la “sponga” ( la fibrine) le sang est très fragile et doit donc être utilisé au plus vite .

La base des boudins noirs est toujours la même du sang avec divers ingrédients qui lui donneront consistances et goûts divers.

Commençons par le

### **boudin aux oignons ??**

Le plus simple faites revenir quelques mini-lardons dans un rien de saindoux ( la graisse de cochon fondue) avec beaucoup, beaucoup d'oignons et d'échalotes en mini-cubes . Laissez tiédir, mélanger au sang et entonnez dans la boyaux et **attention à la cuisson**

Le plus "classique" ici ? le boudin de viandes dit

### **"galabar ou Galavare"**

Vous vous rappelez que la tête du tessou , des morceaux de gorges sanglants et plus ou moins de couennes cuisent depuis "une certain temps ... que dis-je un temps certain" . Lorsque toutes les chairs se détachent on sort le tout avec une "araignée" ( Vous savez ces écumoirs en fil de fer qui ressemblent à une toile d'araignée -pas à une araignée mais la cuisine à parfois des raccourcis curieux ! ) . L'avantage est que bien sûr très peu de bouillon reste avec la viande .

On choisit quelques morceaux plus ou moins charnus selon les goûts , on les coupe en morceaux plus ou moins petits , on les mélangent avec du sang, des épices et on "entonne" dans les boyaux .

La "baudruche" , très grosse sert pour faire le "galabar" . On peut y trouver des morceaux assez gros, des morceaux charnus , des rognons ou de langue . On ferme bien avec un *double noeud* de ficelle mais surtout : **attention à la cuisson**

## **LA CUISSON**

**CECI EST VALABLE QUELQUE SOIT LE TYPE DE BOUDIN  
NE SURTOUT JAMAIS TASSER AU CONTRAIRE LAISSER DE LA PLACE**

En effet le boyau va rétrécir à la cuisson et le contenu risque de gonfler au contraire

Un "truc" ??? Attachez-les donc un par un . Certes c'est plus long mais au moins si un "esclapat" ce ne sera pas tout un chapelet !

Depuis 2 heures vous avez préparé un bouillon bien corsé , **réduisez le feu au maximum** : le boudin doit prendre son temps pour cuire à tout petit bouillon ,à tous petits glouglous, on dit

**cuire à frémissment .**

N'oubliez surtout pas de mettre une passoire au fond du pot-au-feu avec un linge . Au fur et à mesure que vous mettez les boudins dans le bouillon isolez- les bien les uns des autres pour qu'ils ne risquent pas de se gêner lorsqu'ils gonflent : ainsi ils éclateront moins .

Je vous explique : vous sortez bien sûr vos linges et votre passoire en même temps que vos boudins que vous rangez sur un linge propre . Retournez-les doucement jusqu'au refroidissement . Dès le lendemain, comme mon amie, vous pourrez même les suspendre au séchoir pour en étaler la consommation dans le temps ( une bonne semaine ) ... si il en reste !

Avec le soin, si ça ne bout pas , tout ira bien

De toutes façons, ne vous affolez pas la "**boudinade**" fait un merveilleux potage qu'on partageait avec un grand plaisir entre cuistots . Et on en gardait même pour en porter aux voisins et aux personnes malades ou isolées ! Du reste, vous avouerais-je qu'ayant bien réussi ma cuisson sans "esclatat" , j'ai percé ...volontairement ? un ou deux moins jolis "ta lou toupin" (pour le pot)

Enlevez aussi le bouquet garni mais vous pouvez, si vous le souhaitez laisser les légumes qui ont parfumés la cuisson . Remontez l'ébullition et là trois versions

on y cuit des pâtes

on y cuit du riz

on le verse sur des "trempes" (tranches de pain rassis ou grillé bien aillées dessus-dessous)

Cette soupe , une vraie "soupe" qu'on mange une fois par an , pour un "d'aqui", c'est un peu comme la bûche de Noël ou l'oeuf de Pâques , un souvenir d'enfance . Je suis sûre que si Proust avait connu la "boudinade" il l'aurait préféré à sa "Madeleine" ...

A moins que vous n'asseyez ma méthode de cuisson à four doux à 60° maximum . Posez-les sur des grilles au dessus d'une lèche frite pleine d'eau bouillante . Testez au doigt : le boudin durci lorsqu'il cuit .

J'allais oublier de vous parler de ces autres boudins "negres" et ce serait d'autant plus coupable qu'ils ne manquent pas de variantes ces boudins !

Pour le plus petit **boudin "negre"** (noir), hachez votre viande davantage , assaisonnez bien et "entonnez" assez "lâche" . Bien nouer les deux bouts et cuisson comme plus haut

pour le **boudin aux châtaignes** , faites revenir les morceaux de fruits avec des oignons hachés, des "grains d'ail", un rien de paprika grillé . Laissez tiédir . Bien "touyer" avec la viande , ajoutez le sang et "entonnez" dans des boyaux moyens . Nouez les deux bouts soigneusement en croix . et cuisson comme plus haut

Même technique pour les **boudins au riz** . Le riz est précuit au bouillon , bien relevé . ajoutez des épices ( essayez l'épice "Rabelais" traditionnelle ici pour une version "douce" .) Bien nouer les deux bouts et cuisson comme plus haut

Pour un **boudin antillais** au riz avec des éclats d'ananas , une bonne dose de "piquant" , du poivron grillé, un rien de piment "lampion" ou un très petit "zoiseau" , il a du goût et de la personnalité ! Bien nouer les deux bouts et cuisson comme plus haut . Servez-le donc avec une purée de patates douces

Pour un **boudin aux pommes** faites fondre des reinettes du Mans ou des Ste Germaine en petits cubes avec des oignons , assaisonnez "classique" avec poivre le mélange avec le sang Bien nouer les deux bouts et cuisson comme plus haut . Le servir avec une compotée pommes de terre et pommes fruits dans laquelle si nécessaires vous ajouterez quelques gouttes d'un bon vinaigre de cidre . Accompagnez d'un cidre *doux*

Je ne vais pas vous donner une liste exhaustive de tous ces boudins noirs qui existent il y en a tellement de variantes que je pense vous en trouverez encore d'autres qui vous appartiendront à vous . La technique est toujours la même... ou presque et à vous de faire preuve d'imagination ...

## CONSERVATION

Tous ces boudins peuvent être congelés sous vide et cuisinés sans problèmes plus tard dans la saison . En principe ils "bougeront" moins à la cuisson surtout si vous commencez à la faire griller avant complète décongélation .

De même , tous ces boudins peuvent être mis en "boîtes" et servis froids avec une salade variée . On peut également les réchauffer sur des pommes boulangères en le démoulant en tranches épaisses qui doront et seront délicieux sur les légumes déjà cuits . Essayez les aussi pour farcir des crépiaux charcutiers

Enfin, je vais vous "enseigner" un "**stoumac al botiflau**" de LVC qui , si il est surprenant, est un régal . Vous l'essayerez froid en belles tranches sur une salade aux 2 pommes ( de terre et de pommier) ou chaud avec une belle sauce au Fronton et un riz au Safran du Quercy .

Méthode :

Récupérez votre “stoumac” que vous avez bien soigneusement préparé et fait cuire au bouillon depuis une heure, voir deux car certains sont très long à cuire . Mais il ne doit quand même pas être mou . Récupérez de la farce de boudin au riz . Ajoutez vos herbes favorites ( estragon, persil, ciboulette, menthe nana , vert de blettes , oseille ?? au goût) hachées finement . Vérifiez l’assaisonnement et “enroulez” peu à peu votre panse en le bourrant au maximum de cette bonne farce . Enfermez bien le tout dans une triple couche de papier alu bien fermé et mettez le ronronner dans un four doux sur un plat creux qui contient de l’eau chaude .

Vous pouvez le consommer tout de suite bien chaud ou le déguster bien froid ... Mais mettez-le sous vide et profitez-en pendant les pic-nique d’été .

Ou bien, quand un ami “débarque” , faites vite des pommes de terre coupées en grosses tranches dans votre four à micro-ondes le temps de faire chauffer le four classique . Posez “lou stoumac” déballé de son alu dans un berceau creusé dans les pommes de terre et faites gratiner au four le tout, le temps de l’apéritif

Vous pouvez ajouter une petite sauce moutarde ... mais optez pour la légère quand même ... Peut-être une petite sieste après ce bonheur de palais ...

Il vous est resté du “stoumac” ??? Pas de perte car vous savez bien que dans le cochon tout est bon !

Faites de l’**andouille et de l’andouillette !**

En ajoutant de la chair à saucisse aux morceaux de “stoumac” vous avez “lou farcit” pour votre “enduelh”

Vous pourrez les “entonner” tout à l’heure dans des boyaux soit .

Dans du boyaux moyen vous aurez de l’ “andouille” que vous pourrez sécher et fumer éventuellement et que vous parfumerez selon vos goûts avec des herbes (genre persillade LVC), des épices (genre poudre de Perlimpimpin) ;

et dans des plus petits vous obtiendrez de la même façon des “andouillettes”

mais vous pouvez aussi opter pour l’andouille de Guéméné , laquelle est obtenue en enroulant soigneusement “lou stoumac” avec les herbes (genre persillade LVC), les épices (genre poudre de Perlimpimpin) ; Cuite au bouillon très corsé, elle est ensuite une peu séchée et plus ou moins fumée selon les goûts

**Dans tous les cas cuisez-les dans du bouillon très corsé , comme les boudins ,  
à très très petit feu surtout sinon elles éclatent**

Ca marche aussi même en “boâtes” : ouvrez la bien froide sur une salade verte ce sera parfait !

Et puis il y a aussi les

**boudins “blancs”**

Là aussi, il y a presque autant de “boudins blancs” que de régions de France, peut-être même que de village voir de familles !!

La base est un peu différente mais vous allez voir c’est très simple aussi

En gros on remplace le sang par soit de la mie de pain trempée dans du lait essorée, soit une farine (blé, blé noir,maïs ..) délayée avec du lait ou des oeufs ... ou des mélanges ! J’ai même trouvé des recettes avec des pommes de terre en purée ou du fromage

Dans tous les cas , on utilise essentiellement de la viande de porc bien blanche et entrelardée , des oignons etc .. le tout haché le plus finement possible

De là à confondre votre boudin blanc avec les choses industrielles appelées boudin blanc aucun risque ! Vous n’aurez pas d’adjuvant pour bien “coller” les choses ensemble !

Vos boudins à vous seront moelleux, tendres , pleins du charme de vos mélanges à vous .  
Pensez parmi les épices que vous utiliserez pour les parfumer à de moins classiques que les usuels :  
testez la cannelle, l’anis étoilé, la muscade et son macis mais aussi la noix de tonka , des baies de  
genièvre pour des résultats “doux” mais vous pouvez allègrement leur préférer le massalé, le hot  
curry , le paprika ou pourquoi pas un raz-el-hanout rouge ...  
Mêmes observations pour les attaches et la cuisson .

### **SURTOUT serrez encore moins car tous les ingrédients ou presque “gonflent” à la cuisson**

Cuisson en boyaux bien sûr mais aussi en “boîtes” . Toutes ces préparations supportent très bien la  
congélation sous vide ce qui vous permettra d’étaler vos productions toutes l’année .

Meilleurs pas trop frais , légèrement séchés, pendus à la barre des saucissons ils peuvent se  
consommer sur une huitaine de jours s’il sont “penchat” au frais . Ils supportent bien le congélateur  
***mais “sous-vide”*** .

Au moment de les utiliser, trempez-les dans l’eau bouillante : le “budel” s’enlèvera très facilement  
et cuisinez les tout congelés ils garderont tous leurs parfums

NB Si vous ne voulez pas trouver la “peau” en cuisinant vos boudins blancs frais, fendez le boudin  
d’un bout à l’autre ( la “peau” s’enlève comme un gant ), puis “devant” et “derrière”, puis de  
chaque côté . Coupez votre boudin en grosses rondelles : elles vont gonfler dans votre sauce et  
s’ouvriront comme des trèfles à 4 fleurs ! C’est aussi joli que bon !

Et puis vous pouvez aussi les faire cuire dans des barquettes à four très très doux . Sortez vos  
barquettes et servez-vous en coupés en jolis cubes sur une cuisinée de petits légumes doux , voir en  
mini-cubes pour un apéro-dinatoire roulés dans de la poudre d’amandes grillée . Et pensez aussi aux  
“boîtes”.

Seuls les confits sous la graisse sont “interdits” : les viandes travaillées et qui contiennent oeufs ou  
produits laitiers ne “tiennent” pas

### **Voyons maintenant le este de nos boyaux bien propres ??**

Pour l’essentiel les “budels” vont nous servir pour les saucisses

Ici on ne fait que de la saucisse de Toulouse c’est à dire dans le boyau de cochon : il “s’emballe”  
lui-même ! Si vous voulez faire de la chipolata ou des merguez il vous faudra trouver du boyau de  
mouton plus fin ( à la boyauderie ou chez votre gentil boucher)

Le plus délicat :

Si vous n’utilisez pas la “baudufa” ( la boudruche ) pour faire du galabare vous la mettrez  
soigneusement de côté bien “assaisonnée d’aigardente” pour y emballer la “copa” tout à l’heure  
pour la faire sécher mais surtout vérifiez en le gonflant en soufflant dedans qu’elle n’est pas percée  
car sinon elle ne peut servir . Toujours pareil la viande ne serait pas à l’abri de l’air et de ses  
“miasmes ” ( insectes, champignons etc..)

Quant aux **crépines** récupérez les soigneusement , ***tout doucement*** car les abats ( foie, rate etc ... )  
sont “emballés” dedans . Déchirez-la le moins possible car il vous sera plus facile après de faire vos  
crépinettes, fricandeaux et autres caillettes . voyez les recettes

Là, rien à faire que la rincer s’il y a du sang et la tenir au frais dans de l’eau salée .

Pour vous en servir au dernier moment , mettez-là dans l’eau bien tiède car ainsi elle sera très  
souple et plus facile à utiliser pour emballer vos “farces” .

Si vous souhaitez en garder pour emballer un poulet rôti ou faire quelques farçons divers plus tard , emballez-les bien sous vide avant de les mettre au congélateur car sinon elles rancissent vite

Vous voilà à la tête de choses délicieuses qui vous ont donné bien du travail mais reconnaissez que vos “réserves” commencent à ressembler à un joli trésor : plus tard, quand vous exhumez de leur “boîte” ou de leur glace ces petits chefs-d’œuvre vous serez ravie et vous oublierez vite tous ces efforts . Comme dirait un banquier sérieux : “vous aurez vos “retour sur investissement”

Et puis si par hasard il vous en restait un peu , mettez le tout dans un “saquet” sous vide dans un coin du congélateur et vous pourrez les réutiliser un peu plus tard pour de la saucisse de volaille ou des crépinettes d’agneau ... ou autres petites bonnes choses

“Bonanuèch et al deman !”

Bonne nuit et à demain !