Aubergines et poivrons confits au four

Bonjour à toutes et tous
Quand un rare créneau de « temps mort » passe, j’adore aller fouiller site et blogs de cuisine en quête de recettes de saison. Dernièrement, un créneau passant, je suis retombée sur l’escalivade catalane : un plat catalan fait de lanières de légumes (aubergines, poivrons,…) confits au four.

DIY – Cadre d’été en graminées

Bonjour à toutes et tous
La fin d’été est toujours bien sèche dans le sud, laissant un joli ballet de graminées en toile de fond des campagnes. Après avoir fleuri en fin de printemps, ouvert leurs épillets en été, ces graminées prennent des formes souvent assez esthétiques.

Cobbler de prunes au sarrasin

Bonjour à toutes et tous
Le hasard fait parfois (très) bien les choses, car en arrivant dans le Gers il y a bientôt deux ans, j’ai découvert que c’était « l’autre pays des prunes » (l’officiel étant la

Lorraine). Les prunier sauvages poussent à foison dans la campagne,

---

Après shampoing aux flocons d’avoine

Bonjour à toutes et tous,
Depuis que je tente de faire passer la maisonnée en mode « zéro déchet du mieux qu’on peut », je vois d’un mauvais œil les flacons de plastique. En particulier dans la salle de bain

---

Panna-cotta au coulis de baies de sureau

Bonjour à toutes et tous
Plus le temps passe, plus je m’intéresse à la « cuisine sauvage », celle des plantes qui ne fréquentent quasi plus nos potagers ou les étals des maraîchers.

Ail confit (condiment ou

bocaux)

Bonjour à toutes et tous
Sur les marchés du sud (Ouest comme Est), il y a un élément incontournable en été : l’ail. En tête seule, tressé, séché, presque frais, il est présent sur tous les états des maraîchers. Le mois d’août voit aussi apparaître des structures tressées assez esthétiques, pour tout amateur d’ail voulant allier l’utile à l’agréable

---

Comment cuisiner l’ail ?

I. Présentation

Avec l’oignon et l’échalote, l’ail est un des condiments les plus utilisés dans la cuisine. Mais savez vous comment ces bulbes blancs arrivent sur nos étals?

Du côté des champs

L’ail que nous achetons désigne en fait l’ail cultivé : « *Allium sativum* ». La famille de « *Allium* » représente une famille de plantes à bulbe, vivaces, à feuilles engainant la tige et formant une inflorescence en boule. On trouve différentes déclinaisons de toute forme et taille dans les campagnes et dans les jardins. Deux exemples sauvages en dessous.

Notre variété d’*alium sativum* regroupe à son tour différentes sous-espèces sélectionnées pour leurs propriétés gustatives et leurs caractéristiques de culture. C’est une plante peu exigeante, qui aime globalement les sols légers et peut se

cultiver dans toute la France. Il est très répandu dans le Sud, où le climat doux permet des plantations tardives comme précoce.\nSelon les espèces, l'ail se plante au printemps (ail rose) ou à l'automne (ail blanc et violet). La récolte est courant juin-juillet. Il est ensuite vendu frais ou séché.

Deux mots d'histoire

Notre « alium sativum » est originaire de deux endroits : l'Asie centrale et la Méditerranée. Il est utilisé depuis le 5e siècle avant JC en cuisine, et d'ailleurs, la plus vieille recette du monde en contient ! Il était très apprécié par les Égyptiens et les Romains qui lui attribuent entre autre un bon goût et nombres vertus médicinales.\nIl fait partie des plantes dont la culture est recommandée par Charlemagne dans le capitulaire De Villis (fin du VIIIe). L'une des sauces médiévales les plus appréciée était d'ailleurs une sauce à base d'ail ! Très répandu, il a gardé son succès au fil des siècles et a intégré nombres recettes traditionnelles de méditerranée, du sud ouest, et d'ailleurs.

Pour l'anecdote, on a souvent associé différentes « propriétés magiques » à l'ail. Dans plusieurs cultures, il est sensé éloigner le mauvais œil (sans doute à cause de son odeur) . De là, en a décliné son pouvoir à éloigner les vampires…

Variétés

Il me faut dire un mot sur l'ensemble des variétés d'ail. Il existe à minima trois couleurs :

- l'ail rose – ail de printemps
- l'ail violet – ail d'automne
- l'ail blanc – ail d'automne

Autour de ces couleurs, en France, on reconnaît plusieurs

indications géographiques protégées (IGP) ou labels d’ail (Note : liste non exhaustive)

- Ail blanc de Lomagne (Gers & Tarn et Garonne), IGP, héritier direct de l’ail cultivé par les gaulois
- Ail rose de Lautrec (Tarn), IGP et Label rouge
- Ail violet de Cadours (Haute Garonne, Gers, Tarn et Garonne), IGP
- Ail fumé d’Arleux (Nord-Pas-de-Calais), IGP
- Ail de la Drôme,IGP
- Ail rose du Var (en demande d’AOP)

Dans les magasins / Sur les étals

L’ail est un produit que l’on peut retrouver toute l’année sur les étals. Sur juin-juillet-août, il est vendu frais ou quasi frais, en tête ou en botte. A partir d’août, il est vendu séchés (avec le degré de séchage qui augmente avec le temps), en têtes seules ou tressé.

Les marchés du Sud sont très connus pour la vente de tresses et autres structures presque décoratives. A noter aussi différentes foires aux aulx sur les aires de production IGP. Si vous achetez de l’ail, n’hésitez pas à en faire bonne provision, il se conserve plusieurs mois au sec et à l’abri de la lumière.

II. Comment le cuisiner ?

Comment l’utiliser ?

Pour débuter, un peu de vocabulaire :

- Une **tête d’ail** désigne tout le bulbe de l’ail
- Cette tête est constituée de bulbilles ou caïeux, que l’on appelle **gousse** en cuisine.

Dans les recettes, vous verrez plus souvent passer des quantités en **gousse.** La tête peut apparaître dans quelques recettes, mais c’est un peu brut de fonderie. ^^

L’ail peut être consommé cru comme cuit dans des plats. Dans les deux cas, il faut éplucher les gousses, retirer le talon et le dégermer s’il a germé.

Vous pouvez ensuite l’utiliser :

- entier pour parfumer des plats (dans ce cas, il ne sera sans doute pas consommé). Avant cet usage, pensez à l’écraser un peu pour qu’il libère du jus.
- haché (où il sera consommé)
- effilé

Dans quels plats ?

L’ail s’utilise le plus souvent comme condiment qui vient relever un plat chaud mijoté, gratiné, confit, velouté,…. Selon le plat, on introduit la gousse entière ou hachée, ou encore une version confite.

Il s’utilise également haché cru dans les salades pour les parfumer, comme peut l’être l’échalote. Il est sympa pour pepser’ de simples pains/tartines en frottant directement une gousse écrasée sur le pain. Ces tartines peuvent être utilisées en croûtons, servies telles qu’elles, ou en base de bruschetta.

Il est un condiment essentiel des sauces traditionnelles comme l’aïoli (émulsion ail et huile), les pestos (où il est mixé avec de l’huile et des herbes), et encore souvent dans les sauces tomates/provençales/catalanes mijotées.

On peut également l’utiliser pour former des crèmes d’ail (sauce) qui accompagnement viandes, poissons ou légumes. On parle **d’aioli** dans le Sud Est et **d’aillade** dans le Sud Ouest. Il existe aussi bon nombre de recettes traditionnelles soupes à l’ail se retrouvent sous le nom de **tourin** (gascogne), **aïgo bolidou** (Provence).

Pour les plus fondus de sa saveur, l’ail haché et mélangé avec huile ou beurre peut former une garniture pour relever les pains et brioches, comme dans le traditionnel **préfou vendéen**.

Plus anecdotiquement, il est idéal dans toutes les recettes de plats consommés juste avant de voir quelqu’un que vous ne souhaitez pas/plus recroiser…

Avec quoi l’associer ?

L’ail en condiment fonctionne avec quasiment tous les légumes :

- légumes d’été : tomates, aubergines, courgettes, poivron, haricot vert
- légumes d’hiver : choux fleur, choux de Bruxelles, carottes,
- pommes de terre
- Il est moins adapté avec les légumes doux (courges, patate douce) où sa saveur peut « casser » la note sucrée du légume.

Il est un compagnon assez incontournable des légumineuses de tout bord (lentilles, pois chiches, pois cassés, haricots). Seuls les azukis ne conviennent pas.

Côte viandes, il s’accorde très bien avec le porc, le poulet et la dinde. Pour les poissons, on le retrouve aisément avec les poissons blancs, la dorade et bien évidemment la morue salée.

Il fonctionne aussi avec les fromages frais (on ne parlera pas du célèbre B) qu’il peut relever seul ou en association avec des fines herbes.Enfin, c’est un condiment adapté pour tout ce qui est à base de blé (pain, pâtes, semoule) car il relève la saveur douce du blé.

En sucré.. je n’ai pas essayé

III. Les recettes du blog

Je ne vais pas lister l’ensemble des recettes utilisant cet ingrédient mais vous proposer celles qui le mettent à l’honneur :

- Ail confit
- Boulettes de lentilles et aillade toulousaine
- Choux de Bruxelles à la crème d’ail
- Dahl lentilles corail et épinards

Boulettes de lentilles et aillade toulousaine

Choux de Bruxelles crème d’ail

Ail Confit

Sources de l’article : wikipédia : ail cultivé , wikipédia :

ail de Lomagne , jardiner-malin : ail

Sandwiches de concombre au chèvre (apéritif)

Bonjour à toutes et tous,
Peut être constatez vous la même situation : vos gourmands, vos proches, ou vos invités de passage, sont toujours très très intéressés par un petit apéritif- dégustation de début de repas d’été.