

PETITES LEÇONS
DE CUISINE À LA
TRUFFE

BÉNÉDICTE DE KERCHOVE | MIREILLE ROOBAERT

Racine

SOMMAIRE

I. TOUT SAVOIR SUR LES TRUFFES	9
II. LES RECETTES	19
LES INDISPENSABLES	
La crème de mascarpone truffée.....	22
L'huile de truffe.....	25
Le beurre de truffe.....	26
LES AMUSE-BOUCHES	
Les blinis au caviar de truffe.....	30
Le chausson truffé.....	33
Les cromesquis aux truffes.....	34
Le croque-truffe.....	37
LES ENTRÉES	
Bruschetta aux truffes.....	40
Cappuccino de châtaignes et truffes.....	43
Carpaccio de rattes et Saint-Jacques.....	44
Le foie gras aux éclats de truffe.....	47
Millefeuille de foie gras et truffes.....	48
Le minestrone truffé.....	51
Œuf à la « croque de truffe ».....	52
Les œufs mimosa truffés.....	55
Paillasson de truffes et asperges vertes.....	56
Petite salade tiède de crosnes et marrons aux truffes.....	59
Les ravioles aux truffes et foie gras.....	60
Saint-Jacques en coquille aux truffes.....	63
Salade folle aux truffes.....	64
Tartare de Bœuf aux truffes.....	67
Tempuras de légumes et crème de truffe.....	68
LES PLATS	
Brandade de morue truffée.....	72
Brouillade aux truffes.....	75
Daube et macaroni truffés.....	76
Dos de cabillaud rôti aux truffes et pommes en robe de truffes.....	79

Galettes de topinambours et filets de poisson	80
Méli-mélo de poissons en papillote aux truffes	83
Papillote de volaille au jus de truffe	84
Pâtes aux truffes	87
Parmentier de canard aux truffes	88
Pigeon de la Drôme confit	91
Le poulet frites revisité	92
Risotto de petit épeautre et filets de Saint-Pierre	95
Rougets aux truffes et poireaux	96
Souris d'agneau et gratin de cardons truffé	99
Tartare terre et mer	100
Waterzooi de poule à la crème de truffe	102

LES FROMAGES

Brillat Savarin Royal	106
Duo de brie aux truffes	109

LES DESSERTS

Affogato	112
Brioche façon pain perdu	115
Café glacé Macchiato aux truffes	116
Charlotte au chocolat truffée	119
Coulant au chocolat truffé	120
Crème brûlée aux truffes	123
Glace aux truffes	124
Île flottante aux truffes	127
Merveilleux aux truffes	128
Mousse de fromage blanc truffée façon Panna Cotta	131
Nage de fraises aux truffes	132
Riz au lait de mon enfance aux truffes	135
Tiramisu aux truffes	136
Les truffes aux truffes	139

III. CARNET D'ADRESSES	141
------------------------------	-----



I



TOUT SAVOIR SUR LES TRUFFES

Depuis l'Antiquité, on apprécie la truffe ou, doit-on dire, les truffes, pour leurs parfums subtils et rares... mais aussi pour leurs mystères !

La truffe est ainsi un champignon souterrain que l'on ne peut donc « voir » à l'œil nu, même si on peut en deviner des signes... Il se développe dans le secret de la terre, en « symbiose », c'est-à-dire en association, avec un hôte sur lequel il vit. Sa naissance est le résultat d'une combinaison entre le sol, la pluie et l'arbre hôte... On ne peut donc pas en réalité parler d'une production, car c'est bien aléatoire. Jadis, on recherchait les truffes avec un cochon (c'est d'ailleurs une gourmandise très appréciée des sangliers !) Aujourd'hui, on fait plutôt appel au chien, dressé ou éduqué pour trouver les truffes. Le chien recherche la truffe et flaire ses effluves. Il va ensuite « marquer », c'est-à-dire montrer où il a senti une truffe. Son maître va la retirer délicatement et donner à son compagnon une récompense.

LES VARIÉTÉS DE TRUFFES

On trouve des centaines de variétés de truffes dans le monde. Cependant, seules quelques-unes sont consommées.

En France, la principale région de récolte est le Sud-Est de la France, où l'on trouve près de 70 % de la production. Le marché de Richerenches est le principal marché d'Europe en volume.

Parmi toutes les espèces, 5 principales sont produites et commercialisées en France :



1. *La truffe noire* (Tuber Melanosporum)

On la nomme aussi truffe du Périgord.

On la récolte de mi-novembre à mi-mars.

Son parfum est une subtile odeur de sous-bois.

En bouche, elle est moelleuse et a un parfum de radis noir et de noisette

Sa chair est noire avec de fines veinules.



2. *La truffe Brumale* (Tuber Brumale)

On la récolte de mi-novembre à mi-mars.

Son parfum peut être agréable mais est souvent musqué et fort.

En bouche, elle est amère et parfois terreuse.

Sa chair est noire avec de grosses veinules, sa « peau » se décolle si on gratte.



3. *La truffe de Bourgogne* (Tuber Uncinatum)

On la récolte de septembre à décembre.

Son parfum est une subtile odeur de champignon.

En bouche, elle est moelleuse et a un parfum de noisette.

Sa chair est brune avec des veinules blanches.



4. *La truffe d'Été* (Tuber Aestivum)

On la récolte de mi-mai à septembre.

Son parfum est une légère odeur de sous-bois.

En bouche, elle a un parfum léger de champignon.

Sa « peau » est noire avec de grosses verrues et sa chair est blanche à grise avec de fines veinules.

**On trouve en France d'autres espèces, non commercialisées.
Ces 2 dernières espèces sont étrangères mais commercialisées
en France :**

5. *La truffe blanche du Piémont* (Tuber Magnatum)

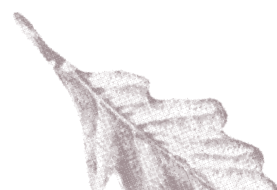
On la récolte d'octobre à décembre, quasi uniquement dans le Piémont. Elle a un périidium de couleur jaune sale, qui est lisse et doux au toucher. Sa chair est rose-brun clair avec de fines veinules.

Son goût est fort et puissant.

6. *La truffe de Chine* (Tuber Indicum)

Elle ressemble à s'y méprendre à la Melanosporum mais elle n'a aucun goût....

On la commercialise en France mais elle n'y est pas produite.



COMMENT ACHETER ?

Il faut être un peu « dans le coup » pour acheter sur les marchés ou chez des détaillants.

En effet, il est facile de tromper les acheteurs sur la qualité ou la variété.

L'idéal est bien entendu d'acheter de la truffe fraîche chez les producteurs.

Si l'on n'a pas la chance d'habiter dans la région, le mieux est de se faire livrer par un grossiste de renom ou acheter dans une épicerie fine établie et à la réputation soignée.

Une extrême vigilance s'impose quant aux conserves, souvent « truffées » de truffes médiocres ou de variétés sans intérêt mais à moindre coût. Reportez-vous aux étiquettes et traquez (en tout petit...) le terme latin qui doit faire foi !



COMMENT LA CONSERVER ?

Lorsque l'on a eu la chance de trouver de belles truffes, selon la saison, encore faut-il savoir comment les conserver...

La truffe se consomme de préférence fraîche. Elle se conserve au frais, dans un bocal. On prendra soin aussi de mettre soit un sopalin, soit du riz par exemple, pour absorber l'évaporation naturelle du champignon.

La truffe se conserve brossée mais non lavée. Elle sera lavée au fur et à mesure de sa consommation.

Pour profiter de son pouvoir aromatique, on prendra la peine de placer au maximum la truffe en contact avec les ingrédients utilisés pour la recette.

Ainsi, par exemple, on laissera la truffe avec des œufs dans le bocal, ou on placera la truffe râpée dans la crème ou le beurre à l'avance pour la laisser infuser tous ses parfums.

Si l'on a trop acheté de truffes (cela peut arriver...), on peut parfaitement les congeler. Pour les congeler, lavez les truffes et séchez-les. Emballez-les dans du film plastique ou de l'aluminium et placez-les dans une boîte hermétique pour éviter de parfumer tout votre congélateur ! On peut les râper encore congelées directement sur les pâtes, par exemple.

On peut aussi faire un beurre de truffes que l'on congèlera pour l'utiliser au fur et à mesure.

L'aspect de vos truffes se modifiera car elles se ramolliront en décongelant, mais leurs arômes seront encore appréciables. On peut ainsi les conserver 6 mois. Pour une congélation plus longue, l'idéal est de les mettre sous vide.

COMBIEN DE TEMPS LA CONSERVER ?

La truffe se conserve maximum 8-10 jours au frais, dans un bocal, en prenant soin de bien les contrôler régulièrement : vérifier qu'elles ne ramollissent pas ou que l'odeur ne se dégrade pas...

COMMENT LES PRÉPARER ?

Quand on achète une truffe, elle est souvent terreuse. Il faudra la brosser soigneusement avec une brosse souple (style brosse à dents) sous un fin filet d'eau. On la rince à l'eau tiède et on la sèche.

On peut :

- *La couper en lamelles au couteau ou à la mandoline ;*
- *L'émincer en brunoise : des dés minuscules ;*
- *L'émincer en julienne : de fins bâtonnets ;*
- *La couper en dés plus ou moins gros.*

L'important est de garder du croquant, de la mâche et de ne pas faire une purée, qui gâcherait une partie des parfums de la truffe. Le « croquant » libère en effet des parfums.







COMMENT LES CUISINER ?

Quelques petits trucs pour sublimer vos truffes :

Cuisson : la truffe perd tous ses arômes dans la cuisson, en dehors de la Brumale qui se révèle par des cuissons fortes ;

Infusion : l'idéal est de mettre la truffe à l'avance avec les aliments de base comme le beurre, la crème, l'huile, les œufs. Le parfum sera diffusé et fortement amplifié ;

Coupe : le mieux est de la couper au dernier moment, sauf si on la met dans la préparation. En effet, la truffe perd de son parfum en séchant ;

Finesse : il est idéal d'avoir des coupes fines et régulières, pour le coup d'œil et le parfum. En effet, 10 g de brunoise, par exemple, parfument plus que 3 grosses tranches... ;

Mariage : certains produits « forts » comme l'ail peuvent rentrer en conflit avec le parfum de la truffe. On privilégiera les accords où la truffe dominera ou sera en harmonie avec d'autres saveurs, mais pas écrasée.





π



LES RECETTES

Il est si simple de cuisiner la truffe, et les recettes peuvent être déclinées à l'infini...

Elle peut être cuisinée quasi toute l'année, en utilisant les différentes variétés. Toutes les recettes peuvent se faire avec les 3 variétés de truffes (Melanosporum, Été, Bourgogne). Seule la Brumale sera réservée aux cuissons longues ou réductions de sauces.

Ces recettes sont à la portée de tous, nul besoin d'avoir des connaissances ou un équipement ultrasophistiqués pour les réussir !

Et maintenant, à vous de jouer!





LES INDISPENSABLES



LA CRÈME DE MASCARPONE TRUFFÉE

PRÉPARATION 5 mn

TEMPS DE PAUSE 24 h minimum

INGRÉDIENTS

- 250 g de crème de mascarpone
- 1 belle truffe de Bourgogne (25 g minimum)
- 1 pincée de fleur de sel

RECETTE

Broyez la truffe en petits copeaux (pas en purée). Mélangez la truffe avec le mascarpone et salez légèrement. Mettez au frais.

Tous les parfums de la truffe vont se diffuser dans le mascarpone. Il sera parfait après 24 h minimum, mais idéalement après 48 h. Il se conservera 1 semaine maximum.

Vous pourrez utiliser du mascarpone truffé dans de multiples préparations : fond de sauce, tiramisu, toasts, etc.

ASTUCE

Vous pouvez en préparer avec des truffes congelées, le parfum sera quasi-identique, mais cette préparation se conservera au maximum 3 jours.

Pour des sauces truffées qui seront réduites, on utilisera exclusivement de la *Tuber* Brumale.

