



Voici ma recette familiale du Cassoulet (Toulouse) pour 500/700 g de haricots

Si haricots secs cassoulet d hiver, les faire tremper une nuit maximum dans l'eau froide et ensuite jeter l'eau les remettre dans une marmite/faitout d'eau froide, porter à ébullition et laisser bouillir pendant 1/4h-20 mn environ

Si haricots frais , de saison ou congelés cassoulet d'été, les faire blanchir dans un faitout d'eau bouillante et laisser en ébullition pendant 1/4h-20 mn environ

dans les 2 cas les haricots ne doivent pas être trop cuits et rester relativement durs (car après ils vont mijoter pendant plusieurs heures)

Pendant ce temps

1- Dans une cocotte ou à défaut une poêle, faire fondre 3 ou 4 cuillères à soupe de graisse de canard

Y faire dorer

> un oignon coupé en lamelles

> de la poitrine fumée coupée en morceau

> des tranches de travers de porc

> Une lanière de couenne de porc de 4 à 5 cm roulée et maintenue par de la ficelle à rôti

> de la saucisse fine coupée en morceaux

> 3 ou 4 gousses d'ail écrasées

> On peut rajouter 3 ou 4 carottes coupées en rondelles (selon son gout), "les puristes" ne le font pas forcément

2- Maintenir au chaud une casserole d'eau qu'on aura préalablement chauffée (pour qu'elle soit à température des haricots quand on l'utilisera ensuite)

3- Pour varier les viandes de garniture on peut avoir au préalable fait cuire à l'eau un jarret de porc demi-sel, ce qui a l'avantage aussi d'éviter de saler(ou trop) les haricots.

Ensuite

> Verser dans une terrine en terre plutôt haute ou à défaut dans une cocotte en fonte les haricots égouttés, la viande et accompagnements,

- > un bouquet garni: thym, laurier, persil
- > rajouter 3 ou 4 tomates ébouillantées épépinées et écrasées à la bonne saison sinon conserve tomates cuites entières ou écrasées hors saison. Ma grand-mère et ma mère ont tjs fait ainsi, mais selon ses gouts la tomate n'est pas indispensable.
- > rajouter l'eau chaude gardée à température jusqu'à qu'elle effleure les haricots
- > Saler selon jarret demi sel, mis ou pas, poivrer

Faire chauffer sur 4/5 et baisser à 2 et laisser mijoter à feux doux 2 heures,
Une légère croute va se faire sur les haricots car ils auront pompés l'eau. C'est pour ça qu'il doivent rester un peu durs à la première cuisson sinon ils vont se mettre en purée.
Casser la légère croute qui va se former sur les haricots en remuant légèrement avec une cuillère et refaire le niveau affleurant les haricots avec l'eau réservée toujours chaude.
On est amené à renouveler plusieurs fois cette opération car **LE SECRET** d'un bon cassoulet c'est, si l'on peut, de le préparer la veille. Après les 2 heures de cuisson, l'avoit laisser mijoté au plus bas pour que les haricots n'accrochent pas au fond avec la technique "éteindre et réchauffer" toujours à feu très bas, sans laisser vraiment refroidir et veiller toujours à ce que les haricots ne s'assèchent pas en rajoutant un petit peu d'eau chaude avec parcimonie, car c'est subtil au moment de servir ils doivent avoir un aspect compact, la cuillère doit pouvoir rester à peu près droite quand on la plante dans le plat verticalement et la présence de la couenne contribue à ça pendant la cuisson.
Bon le truc de la cuillère c'est pour les touristes, mais n'empêche que les haricots doivent être assez compacts au moment de servir.

NB : pour lui donner un peu de gout pendant la cuisson on peut rajouter les bouts d'ailes de canard confites ou à défaut une cuisse qui se délitera pendant la cuisson mais donnera un plus en goût aux haricots. Si on veut servir les haricots avec du canard confit bien sûr on ne met pas la viande de porc mais on laisse saucisse et poitrine fumée pour le goût et surtout ne pas oublier la couenne pour le liant des haricots et on rajoute les cuisses de magret vers la fin du réchauffement du plat de telle sorte qu'elles soient chaudes mais ne partent pas en charpie.

Christine RROPAGNOL

0760851115 (si besoin précisions supplémentaires)