



PIS DE VACHE et BLANC DE BOEUF

Le pis de vache voilà bien tout votre problème !!! Si vous habitez près ou dans une grande ville, surtout au sud , c'est introuvable . Demandez à un tripier s'il en existe encore chez vous peut-être ...

Pour moi je vous le dis tout de go : c'est le parcours du combattant car comme ils n'ont pas la vente, et qu'apparemment c'est assez délicat au niveau de la manutention, les abattoirs refusent de vous en vendre car y a trop de "normes", le vétérinaire passe pas pour ça, les "suivis" ... bref c'est infaisable .

Mais si comme moi vous êtes têtu, vous devriez pouvoir en "décrocher" une . Je ne peux pas vous donner mon truc - pour une fois - car je ne voudrais surtout pas nuire aux gens qui m'ont aidé à trouver un pis . Soyez rassurés : la TÉTINE DE VACHE ça existe encore ...

Voilà des recettes tellement anciennes et sortant de l'ordinaire qu'elles ne vont certes pas vous attirer . Pourtant , même si je l'avoue, c'est beaucoup de travail, le résultat est d'autant plus précieux qu'il est "extra-ordinaire" bref CAVOLCOUP

LE PIS

INGRÉDIENTS :

un pis de vache (note 1)

MÉTHODE :

Munissez vous, si vous en avez un d'un bon couteau à désosser ou d'un de ceux dont vous vous servez pour "estourbir" vos volailles

Posez le pis a plat sur la plaque à découper : vous voyez les formes des muscles (plus roses) formant les trayons à travers les couches de gras, de blanc ? Il faut les isoler



Soigneusement dégagez les muscles . Moi j'en avais deux le jour de la photo . Vous obtenez des masses ovales genre ballon de rugby en plus allongé . Ça c'est la masse charnue que vous allez cuisiner tout à l'heure

Mettez soigneusement de côté graisse et parures

Ne consommez pas cette viande tout de suite : elle est trop fraîche et sera dure . Certes vous avez encore du lait dans les muscle qui vous donnera une jolie caramélisation de vos médaillons mais attendez plutôt un jour ou deux . Fermez les dans un sac plastique, secouez avec votre poudre de Perlimpimpin et au frigo pour qu'ils mâturent .

T.S.V.P -->

POUR les garder plus longtemps ??? Sur un plateau posez une feuille de papier cuisson . Rangez-y les médaillon que vous découperez . Fermez les dans un sac plastique et au congélateur .Demain vous pourrez éventuellement les ranger dans une boîtes étanche ou dans un sac sous vide .

NOTES TECHNIQUES:

(note 1) Trouver un pis de vache voilà bien tout votre problème !!! Soyez tenace et patient : la TÉTINE DE VACHE ça existe encore et vous en trouverez ...Çà va juste mettre ... un certains temps

NOTES DIÉTÉTIQUES

Pour les "sans sel" , pour les "sans gluten" ?, pour les "sans sucre" pas de soucis rien d'interdit

Même pour les "sans gras" pas de problème c'est du muscle donc c'est une viande . Certes elle contient du lait donc un peu de sucre mais je pense qu'on peut honnêtement le négliger dans notre menu !

Et puis il faut bien manger quelque chose quand même! ... et vous connaissez ma formule :

ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A

NB : Pour cuisiner le pis , allez voir la cette de la tétine aux coquillettes

LE BLANC DE BOEUF

Il n'est pas une cuisinière belge de bonne foi qui ne vous donne le secret des frites belges : le blanc de boeuf ! Vous ne pourriez en trouver que dans les pays "nordics" vous autres les "sudistes", alors je vais vous aider à déguster les meilleures frites pourvu que vous acceptiez de vous donner du mal

INGRÉDIENTS :

notre pis de vache (note 1) voir plus haut

MÉTHODE :

"Montez " le cuveau sur le feu avec de l'eau sur 5 bons centimètres et portez à ébullition .

Lorsque vous avez sorti les muscles il vous est resté une bonne quantité de gras .. Si vous avez des morceaux plus musclés mettez les de côté pour votre chien on en parlera tout à l'heure

Vous allez hacher le gras avec la grosse grille . Versez ce hachis dans le cuveau quand l'eau bout . et "touillez" bien pour que les "grains" se détachent . Méfiez-vous ça fond très vite .



T.S.V.P -->

Lorsque . les petits bouts de “gratterons” flottent plus dessus et commencent à tomber au fond du cuveau : TVB . Posez votre cuve au froid avec un couvercle dessus ... et attendez

Le lendemain vous avez un bel iceberg tout nacré qui flotte sur du bouillon . Passez une lame de couteau le long de la paroi et récupérez la plaque de BLANC DE BOEUF qui ne contient plus que du gras pur ! Surtout égouttez à fond (au besoin séchez au papier chiffon!) car vous savez bien que s’il y a de l’eau dans de la friture ça saute partout ... ça fait mal et c’est pas bon !

Vous pourrez en garder sous vide en morceaux sans problème tant au frigo qu’au congélateur ... ou l’utiliser au plus tôt pour déguster les fameuses frites “nordics”

NOTES TECHNIQUES:

(note 1) vraiment pas sorcier juste de la patience !

NOTES DIÉTÉTIQUES

Pour les "sans sel" pas de problèmes ", pour les "sans gluten" , pour les "sans sucre" pas de soucis

Mais pour les "sans gras" c’est évidemment complètement interdit ... Quoique si vous les séchez bien dans du papier chiffon , peut être que pour une grande occasion vous pourrez goûter aux frites au “blanc de boeuf “!

Et puis il faut bien manger quelque chose quand même! ... et vous connaissez ma formule :

ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A

MAIS C’est pas fini !

LES “RÉSERVES” de WICKY

Ne jetez surtout pas le bon jus du fond du cuveau, remettez-le à cuire . Comme vous avez sorti le gras, maintenant ??? c’est plus gras ! . Remettez au feu et faites rebouillir à gros bouillons .

S’il vous est resté des chutes de viandes ou de muscles mettez-les à cuire coupés en petites bouchées . Cuisez bien et laissez “réduire” .

Vous avez là de délicieuses soupe pour votre Toutou . Du reste essayez, si vous ne me croyez pas mais ne lui donnez pas tout le même soir ... a moins que vous n’avez un équipage et que vous chassiez à courre !

On va donc garder de cette bonne soupe pour votre “toutou”, notre Wicky à nous . Même .technique que d’habitude : Vous versez le bouillon bouillant (avec les petits cubes de viandes du fond à répartir dans chaque pot) . Fermez le couvercle à vis à fond et retournez sur un linge . N’Y TOUCHEZ PLUS

Demain vous écrirez sur le bocal “pour Wicky“ au feutre rouge indélébile et vous laisserez son stock à part au frais comme toutes les “boâtes” . Maintenant vous pouvez oublier les croquettes : votre chien préférera la soupe que vous lui ferez avec ce bouillon !

NB : Il y aura a nouveau du gras qui fera une couche sur le jus : à froid . Vous l’éliminerez facilement . En hiver laissez lui en un peu s’il vit dehors et est sportif **T.S.V.P -->**

Et dans tous les cas, faites tiédir un peu le jus avant de lui ajouter les bonnes choses qu'il aime, les desserts de table, du pain sec (moi ma mienne le préfère nature) , des os (je sais tous les chiens n'ont pas la chance de pouvoir déguster ces bonnes choses) etc ... Vous pouvez ajouter quelques boulettes dont votre bon jus améliorera l'odeur ... et le goût!

NOTES TECHNIQUES et NOTES DIÉTÉTIQUES

Ca marche même pour les chiens "sans gras" puisque vous pouvez enlever la couche de gras sur le jus !!!

Et avec le gras mêlé à des graines mélangées vous gâterez aussi les oiseaux !

et ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A