



LOU TESSOU

ARAIGNÉE de TESSOU et POURPIER mode LVC

Les "araignées", qu'elles soient de boeuf ou comme ici de Tessou (de cochon), sont de "vilains" mais délicieux morceaux que bouchers ou charcutiers gardent souvent pour eu . Si vous avez la chance d'en trouver (ou de pouvoir en commander !) profitez-en .

Si en plus, c'est la saison des pourpiers sauvages , vous allez avoir un repas ... de peu de frais mais si délectable que vous regretterez que la saison soit finie trop vite !!

INGRÉDIENTS :

araignées de porc (note 1)
[piquant de LVC](#) (voir fiche)
corps gras (note 3)

une grosse récolte de pourpier (note 2)
[Perlimpimpin pour les "sans sel"](#) (voir fiche)
crème fleurette

MÉTHODE:

la (ou les araignées):(Note 1)

Petit morceau dans le "cambajou" (le jambon), si elles n'étaient pas bien préparées, il arrive qu'il reste quelques petits morceaux de tendons parfois. Pensez à les supprimer car comme ils se contractent tout de suite à la chaleur ils empêcheraient la viande de bien griller uniformément .

Pour ceux d'entre vous qui tiennent à la "présentation" : une astuce : en découpant chacune d'entre elles en trois morceaux en biais (en 3 triangles), vous aurez des morceaux de la taille d'une bouchée assez "réguliers", très facile à présenter sur l'assiette par la suite

Le pourpier : (note 2)

Vous avez ramassé dans votre jardin des pourpiers qui, après l'orage d'avant-hier et la chaleur conjuguée, ont pris des proportions impressionnantes . Pas de panique : plusieurs bonheurs ... même si c'est un peu long à trier !



Pour la recette vous ne garderez que les petits bouquets de feuilles terminales:lorsqu'ils cuiront ils vont changer de teinte et de consistance : ils s'attendrissent

D'abord, enlevez les racines et mettez de côté les grosses "branches" . Vous les couperez en morceaux de la même taille (comme des haricots verts) au fur et à mesure que vous trierez et mettez-les de côté jusqu'à la fin de la préparation de votre cueillette ♥♥♥♥.

Maintenant vous gardez juste les petits bouquets de feuilles à part : c'est eux que nous allons utiliser ici (photos au dessus) avec les araignées

Rincez soigneusement à l'eau claire plusieurs fois car les pourpiers poussent le plus souvent dans du sable et il risque d'en rester dans les feuilles .

T.S.V.P --->>

Pour les pourpriers que vous garderez pour une salade d'accompagnement, il sera prudent de suivre la procédure habituelle [de nettoyage des légumes de LVC](#) :

Inversement pour nos pourpriers qui vont cuire, les parasites y compris les larves de l'échinococcose alvéolaire ou maladie du renard, seront détruits par la cuisson

Maintenant mettez vos pourpriers dans un plat (sans trop les essorer à fond) sous un film plastique étirable et un petit tour tout à l'heure au FAO. ATTENTION Ça cuit très vite et il faut qu'ils soient chauds lorsqu'ils rejoindront votre cuisinée donc faites-le quand la viande est déjà en cuisson

MONTAGE et CUISSON :

Dans votre poêle bien chaude faites fondre le corps gras choisi : ici, dans la mesure où vous le pouvez ... "suivez le Tessou" : du "grass", du saindoux de votre tessou à vous . Faites le bien chauffer pour saisir la viande ,

mais PAS BRULER :

c'est là qu'un corps gras devient "méchant" car tous les corps gras surchauffés fabriquent de l'acroléine qui est mauvaise, même cancérigène si on renouvelle la chose !!

Donc posez vos morceaux d'araignée bien à plat dans le gras et appuyez légèrement pour que toute la surface de la viande soit bien plate et qu'elle dore bien à feu vif . Laissez bien dorer à fond la première face

Puis vous faites dorer la deuxième face et lorsque la viande est parfaitement dorée , sortez-la au chaud . Videz le gras qui est au fond de la poêle dans de l'eau mais pas dans votre évier : vous risqueriez de le boucher . Vous jetterez ce gras plus tard

Remettez vite la viande dans la poêle et dès que c'est brûlant versez votre garniture de pourprier bien chaude .



Faites bien "circuler" vos bouquets de feuilles entre les morceaux de viande puis ...



Saupoudrez largement de votre [Perlimpimpin pour les "sans sel"](#) et d'un peu de [piquant de LVC](#) .

Faire remonter la température **ET SI NÉCESSAIRE** mouillez (ajouter) très peu de [bouillon LVC](#) (chaud de préférence pour ne pas faire "tomber" la température : ça durci la viande !)

Dès que la température de l'ensemble est équilibrée, versez de la crème fleurette que vous répartissez vivement bien partout

ATTENTION Une sauce "crémée" ne doit absolument pas bouillir : elle "tournerait" **T.S.V.P --->>**

LE SERVICE ??

Dans un plat chauffé et des restes bien onctueux. Avec ?? Un même un Rivesaltes ou un Eh oui, ça peut vous sembler - " un peu de douceur dans notre mal " d'après mon cher "vieux Essayez et vous nous tiendrez



assiettes chaudes pour que le plat "Archangelys" de Gaillac, voir Maury .

étonnant mais : monde de violence, ça fait pas de Hibou",

au courant de votre avis

NOTES TECHNIQUES:

(note 1) L'araignée étant un morceau introuvable, vous pourrez le remplacer par de l' "osseline" ou de la "carbonnade" : ce sera bien goûteux mais plus sec !

(note 2) Il s'agit bien sûr du pourpier sauvage ! Pas de celui qui fleurit dans le parc de la ville ! Mais, en campagne, ou si vous avez un voisin jardinier qui peste contre cette "mauvaise herbe", n'hésitez pas proposez-vous pour aller en arracher pour l'aider ... et débarrassez-le : il sera si content ... et vous aussi !!

TRUC de LVC : Tout à l'heure, selon la quantité de tiges que vous aurez récupéré, ♥♥♥♥.. vous pourrez :
– soit les faire cuire comme des haricots verts : attention ça va très très vite !! Et vous les servirez exactement de la même façon que les dits haricots verts à la crème, en légume, en persillade, en salade... Mais il n'y a jamais de fils !

– soit vous les mettez en "boîtes" comme les ?? ... haricots verts : je vois que vous me suivez !

Vous ouvrirez la "boîte" en hiver : c'est délicieux simplement égoutté et rincé, servi sur une serviette (pour l'égouttage) avec une sauce aurore ou une mousseline mode LVC : quelles délicates asperges pour Noël !

(note 3) Le corps gras que j'ai choisi est logiquement de mon saindoux LVC "sans sel" . Attention celui du commerce contient au contraire plein de sel . Dans votre cas prenez plutôt du beurre ou ([mieux du ghee ou beurre clarifié de LVC](#)) voir de l'huile ça sera moins dangereux

NOTES DIÉTÉTIQUES

Pour les "sans sel" pas de problème : on en a pas mis !

Pour les "sans gluten" c'est pareil aucun souci avec "vos" épices testées

Pour les "sans sucre" il doit y avoir des traces de sucre dans les pourpiers certes, mais je ne peux vous en donner les doses: je n'ai pu trouver aucun document scientifique sur cette plante . Osons ensemble car cela ne saurait être dangereux pour vous à une dose raisonnable, nah !

Pour les "sans gras" ! L'araignée est peu grasse et dégraissez particulièrement bien la poêle à fond après "dorage". Éventuellement vous pouvez même, faire dorer votre viande sur la "plancha" sans gras : c'est évidemment plus "sec" mais, si bien sûr vous "oubliez" la crème fraîche

Voilà un truc : fouettez un peu de votre "fraîchet" à vous (0 % de M.G) avec un peu de votre compote de pommes sans sucre . Utilisez cette "mousse" pour lier votre sauce et ça devient presque régime ! Je sais c'est pas "pareil" mais

vous connaissez ma formule :

ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A