

Recette du gâteau nantais ¹

Le gâteau nantais est caractéristique de la pâtisserie du début du siècle. C'est un heureux mariage de sucre, d'amandes, de beurre et de rhum des Antilles ; un dessert moelleux aux parfums exotiques

Ingrédients

Pour 4 ou 6 parts

- 150 gr de sucre en poudre
- (15 gr de sucre vanille – facultatif)
- 125 gr de beurre demi-sel
- 100 gr d'amandes en poudre
- 40 gr de farine
- 3 œufs
- 6 cl de rhum brun (environ)
- 50 gr de sucre glace

Préparation et cuisson

- 1 Fouetter énergiquement le beurre mou (en pommade) avec le sucre.
2. Ajouter les amandes, puis incorporer les œufs 1 par 1
3. Bien mélanger jusqu'à ce que le sucre soit fondu.
4. Puis y ajouter à la spatule, la farine tamisée – sans trop mélanger – et 2 cl de rhum.

¹<http://www.nantes-tourisme.com/gateau-nantais-2675.html>

5. Beurrer largement, ou mieux, tapisser le moule à gâteau de papier beurre, y verser la préparation et cuire le gâteau à 170°-180° pendant 40 à 45 minutes.
6. Démouler le gâteau en laissant la partie supérieure en dessous et sitôt sorti du four arroser avec 2 cl de rhum.
7. Quand le gâteau est froid, mélanger 2 cl de rhum environ avec le sucre glace (pour obtenir une consistance fluide) et napper avec ce glaçage à l'aide d'une spatule.

Conseil : manger le gâteau nantais le lendemain, il sera meilleur.

Recette de la godinette ¹

La Godinette (du nom d'un groupe musical de Haute-Bretagne des années 70) a été créée en 1977/78 par *Simone MORAND*, à l'initiative de l'association « Au Carrefour de la Gallésie » et pour la Gallésie en Fête.

Ingrédients

Pour 30 personnes

- 1,5 kg de fraises
- 1kg de sucre
- 1 litre eau de vie de cidre
- 6 litres de gros-plant
- 20 cl de crème de cassis

soit environ 7 litres c'est-à-dire 25 cl par personne (ce qui est peu..!).

Voici une autre version, pour 70 litres (ce qui est beaucoup mais cela dépend du nombre que vous êtes..):

- 10 Kg de fraises
- 6 kg de sucre
- 6 litres de calva
- 2 bouteilles de cassis
- 60 litres de gros-plant

Équeuter les fraises.

Les disposer au fond d'une grande jarre en terre.

Recouvrir de sucre (allez-y modérément sur le sucre dans un premier temps... En effet, trop sucrée, la Godinette est d'un goût nettement moins subtil ! Et,

comme disait notre bien-aimé et regretté réalisateur de la Godinette pour la « Gallésie en Fête », voilà quelques années : « le sucre, une fois qu'il est dedans, on peut plus l'enlever ! ». Et il savait de quoi il parlait vu qu'il en faisait dans les 500 litres !).

Verser ensuite délicatement l'eau-de-vie de cidre (calva), laissez macérer quelque temps (une nuit, par exemple).

Ajouter ensuite le gros-plant.

À l'aide d'une grande spatule de bois, remuer tendrement en veillant à ce que tout le sucre soit bien dissous. Laisser reposer 24h. Le lendemain, remuez à nouveau, goûtez modérément et, le cas échéant, rectifiez le dosage en alcool ou la teneur en sucre, selon votre goût. Attention ! Il faut tenir compte du fait qu'en macérant encore, le goût sucré va aller en s'accroissant. Donc, laissez reposer encore 24h. Et le surlendemain, enfin, pour la coloration, terminez par la crème de cassis qu'il convient de rajouter tout à fait à la fin, presque avant de servir. Après avoir mélangé une dernière fois, servez très frais.

Recette du Kig ar Faz ¹

Plat très complet, le kig ha farz signifie « viande et farce ». Issu de la partie nord du Finistère, le kig ha farz est une sorte de pot-au-feu réunissant à la fois du bœuf, du cochon et des légumes pour le bouillon. Plat complet, cette véritable potée tire sa particularité du farz, sorte de garniture à base de farine de blé noir ou de froment cuite dans le bouillon, parfois agrémentée de fruits secs ainsi que du fameux lipig, sauce à base de beurre et d'oignons.

Ingrédients

pour 8/10 personnes

Les viandes : 1500 kg de gîte et macreuse, 700 g de lard frais, 1 beau jarret de porc

Les légumes et épices : 8 carottes, 8 navets, 4 poireaux, 2 oignons, 1 chou frisé, 2 branches de céleri (facultatif), sel, poivre et bouquet garni

Farz blanc : 500 g de farine de froment, 4 œufs, 1 l de lait, sucre (facultatif), sel

Farz noir : 400 g de farine de blé noir, 2 œufs, un beau morceau de beurre salé.

Deux sacs de toile pour cuire les farz et de la ficelle

Les viandes et légumes

Dans un grand faitout, mettre de l'eau (4 à 5 litres) et les légumes épluchés (sauf le chou) avec sel, poivre et aromates.

Lorsque l'eau frémit, ajouter le jarret de porc et la viande de boeuf.

Laisser cuire deux heures et demie.

Pendant ce temps, faire blanchir le chou à l'eau bouillante salée pendant 5 à 6 minutes ; vider l'eau. Achever la cuisson avec du beurre, juste avant de servir.

Les farz

Farz blanc : mélanger la farine de froment, les œufs, le lait avec le sucre (facultatif) et le sel. Réserver.

Farz noir : faire fondre le morceau de beurre dans un litre de bouillon emprunté au pot-au-feu. Y mélanger la farine de blé noir et les œufs.

Enfermer solidement les pâtes préparées dans les sacs à farz avec de la ficelle de cuisson. Plonger les sacs dans le pot-au-feu, maintenu à petite ébullition et laisser cuire deux heures. A la fin de la première heure, ajouter le lard à cuire.

Réaliser le lipig en faisant roussir du beurre, puis les échalotes, mouiller avec une à deux louchées de bouillon.

Servir le lipig à part comme une sauce.

Recette du kouign amann ¹

Ingrédients

- 600g de farine
- 500g de beurre
- 500g de sucre
- 2 à 3 dl d'eau
- 1 pincée de levure de bière
- une pincée de sel

Préparation

Tamiser la farine, la mettre sur une planche, faire une fontaine, y mettre le sel, la levure, l'eau très froide.

Avec le bout des doigts, mélanger le tout rapidement. Envelopper le pâton d'un linge, laisser reposer cinq minutes.

Pendant ce temps, mettre le beurre dur dans le coin d'un torchon mouillé, replier le torchon et triturer le beurre pour lui donner une certaine souplesse.

Étaler la pâte, mettre le beurre, et le sucre au milieu, replier les bords comme une pâte feuilletée et plier deux fois en quatre.

Mettre aussitôt à four chaud (200°) une demi-heure.

Conseils

La température du beurre et de la pièce où se prépare le gâteau est importante. Certains

pâtissiers laissent la pâte reposer dans un torchon, avant de faire les tours. D'autres utilisent de l'eau très froide pour faire la pâte, d'autres encore de la levure diluée à l'eau tiède ou lavent le gâteau au lait avant la cuisson.

Ne lésinez pas sur le beurre, et une fois le gâteau cuit, arrosez-le du beurre fondu qui n'a pas pénétré dans la pâte. Laisser refroidir dans le moule (en fer) de cuisson pour ne pas vous brûler avec le caramel.

Pour réchauffer le gâteau, faites chauffer une poêle, la retirer quand elle est chaude. Démouler le gâteau, le glisser dans la poêle. Couvrez, patientez 5 à 8 mn hors du feu. Régalez-vous !

Recette du vitréais ¹

Ingrédients

- biscuits amandes
- 2 jaunes d'œufs
- 1 œuf entier
- 30g de sucre
- 40 g de poudre d'amandes
- 35 g de farine
- 20 g de beurre
- 2 blancs d'œufs + 10g de sucre
- 250 g de pommes
- 50 g de sucre
- 25 g de beurre
- 50 g de crème liquide

Biscuit aux amandes

- Fouetter les jaunes et les œufs entiers avec le sucre et la poudre d'amandes jusqu'à blanchissement.
- Ajouter la farine et le beurre fondu. Fouetter le blanc avec le sucre bien ferme et mélanger délicatement avec la première préparation.
- Mettre dans deux moules de 18 cm d'environ et mettre dans un four à 180° pendant 20 minutes, puis démouler et laisser refroidir.

Pommes caramélisées

- Peler les pommes et les couper en tranches fines.
- Faire un caramel blond avec le sucre. Y ajouter le

beurre, puis la crème liquide (attention aux projections).

- Porter à ébullition et cuire 10 minutes à feu moyen. Laisser refroidir.

Montage du Vitréais

- Prendre un biscuit, étaler les pommes caramélisées, puis poser le deuxième biscuit. Mélanger un blanc d'œuf avec 20 g de sucre glace.
- Badigeonner le gâteau avec un pinceau, puis parsemer d'amandes effilées ; saupoudrer de sucre glace, passer au four au grill, juste colorer.
- Déguster tiède ou froid.

Recette du far breton ¹

Ingrédients

- 1 litre de lait entier
- 6 œufs
- 250 g de farine
- 250 g de sucre
- 200 g de pruneaux
- du rhum
- du beurre (salé !)

Préchauffez votre four sur chaleur tournante 150° (four doux) et glissez-y votre plat avec une belle noisette de beurre au centre.

Faites chauffer le lait dans une casserole.

Dans une jatte, mélangez énergiquement et de longues minutes les 6 œufs entiers et le sucre en y ajoutant petit à petit toute la farine.

Une fois la pâte bien lisse et bien fouettée, ajoutez le lait tiède petit à petit, en continuant à mélanger. Ajoutez le rhum.

Sortez le plat du four et répartissez le beurre fondu sur le fond et les parois. Versez la pâte dans le plat, ajoutez les pruneaux et quelques morceaux de beurre et enfournez pour 1h30 !

N'ouvrez surtout pas le four pendant la cuisson !

Une fois cuit, le far peut rester refroidir dans le four. Il se conserve quelques jours et peut être stocké au frigo (il n'en sera que plus ferme)

Recette du caramel au beurre salé

Ingrédients

80 g de sucre en poudre – 40 g de beurre demi-sel –
10 cl de crème liquide – 3 pincées de fleur de sel.

Mettez le sucre dans une casserole et faites chauffer sur feu moyen. Ne remuez surtout pas. Le sucre va commencer à se dissoudre, devenir liquide, jusqu'à se transformer en un liquide ambré.

Pendant ce temps, réchauffez la crème liquide dans votre four à micro-ondes afin qu'elle soit tout juste frémissante. Dès que le sucre s'est transformé en liquide ambré (cette opération prend de 3 à 4 minutes), retirez la casserole du feu et ajoutez la crème liquide tiède, en faisant attention aux projections.

Remuez bien, ajoutez rapidement le beurre et remuez à nouveau, jusqu'à ce que la sauce soit bien crémeuse. Remettez la casserole sur feu doux et remuez sans cesse pendant 2 à 3 minutes, ce qui permettra de faire fondre les éventuels morceaux de caramel. Ajoutez la fleur de sel et remuez.

Versez la sauce dans un bocal en verre, couvrez et réservez à température ambiante. La sauce est relativement liquide, elle épaissira en refroidissant (elle peut se liquéfier à nouveau en la chauffant au micro-ondes

Recette du farz buan ¹

Le Farz buan signifie le far rapide en breton. La recette la plus connue est celle avec de la farine de froment et du sucre. On peut également incorporer de la farine de sarrasin, et servir avec de la poitrine poêlée.

Pour le réaliser, il vous faudra (pour 5 petits gourmands)

- 3 œufs
- 7 cuillères à soupe de farine T55
- 3 cuillères à soupe de sucre
- et du lait (entier si possible)

On commence par battre les œufs, auxquels on ajoute la farine. On mélange bien pour avoir une pâte homogène.

On verse le sucre, on mélange à nouveau.

On ajoute ensuite du lait, jusqu'à obtenir une pâte liquide mais plus épaisse qu'une pâte à crêpes.

On fait ensuite chauffer une belle noix de beurre salé dans une poêle et on y verse la pâte. On laisse chauffer tranquillement jusqu'à ce que le dessous soit bien pris.

À ce moment-là, on procède un peu comme pour des œufs brouillés, avec une spatule, pour obtenir des morceaux de pâte, plus ou moins petits selon le goût de chacun (à noter qu'on peut aussi laisser la « galette » telle quelle et simplement la retourner pour la faire cuire de l'autre côté).

¹<http://www.eclats-de-bretagne.com/bretagne-des-saveurs/le-farz-buan-a-redécouvrir-absolument/>

Recette du gâteau breton pur beurre ¹

Ingrédients

- 350 g de farine
- 350 g de beurre
- 300 g de sucre
- 6 jaunes d'œufs (+ 1 pour dorer le gâteau)
- Un peu de rhum (facultatif)

Mélanger la farine et le sucre puis incorporer le beurre morceau par morceau.

Ajouter les jaunes d'œufs en pétrissant la pâte (normalement à la main) et le rhum. Ne pas pétrir la pâte trop longtemps. Dès que les ingrédients sont bien incorporés, arrêter de mélanger.

Étaler la pâte directement dans un moule rond à bords pas très hauts.

Dessiner des stries à la fourchette sur le gâteau puis dorer au jaune d'œuf.

Cuire 45 minutes environ à 180°, laisser refroidir et démouler.

Ce gâteau se conserve longtemps et devient meilleur au fil des jours...Il se sert généralement coupé en losanges.

Recette de la galette de blé noir ¹

Ingrédients

pour 18 galettes

- 500g de farine de sarrasin
- 1 œuf
- 500ml d'eau pour le pâton + 500ml pour finaliser
- une poignée de gros sel

Mettre la farine, l'œuf et le gros dans une jatte. Verser les 500ml d'eau froide d'un coup. La pâte se mélange très bien, il est impossible d'avoir des grumeaux avec la farine de blé noir.

On obtient alors un pâton. Il est normalement conseillé de laisser ce pâton (qui est liquide) au frais pour 24h. Il va alors fermenter et les galettes auront une meilleure saveur et une meilleure texture. De plus il y aura beaucoup de rétractations (ces petites bulles qui apparaissent à la cuisson !).

Le lendemain, ajouter le reste de l'eau, entre 500ml et 700ml selon la marque de la farine utilisée et également du confort procuré sur le billig.

Il est cependant possible si l'on est pressé de faire la pâte d'un coup (en mettant 1l au lieu des 500ml du début) sans le temps de repos, mais la qualité de la galette sera inférieure...

Recette de la pâte à crêpe ¹

Ingrédients

pour 12 crêpes

- 250 g de farine
- 50 g de beurre
- 50 cl de lait
- 10 cl d'eau
- 4 gros œufs
- 2 cuillères à soupe de sucre en poudre
- 1 pincée de sel

Dans un saladier, ajoutez la farine de froment, 2 cuillères à soupe de sucre et une pincée de sel.

Versez le lait puis l'eau progressivement tout en battant avec un fouet.

Ensuite, rajoutez le beurre au préalablement fondu et les œufs pour finir.

Laissez la pâte à crêpes reposer pendant 30 à 45 mn au frais.

Utilisez une poêle à crêpes pour réaliser vos crêpes : graissez-la avec une noisette de beurre puis versez une louche de pâte. Faites cuire votre crêpe environ 2 mn par face, et retournez-la avec une spatule.

Recette de la galette-saucisse ¹

Principalement originaire de Rennes et de la Haute-Bretagne, la galette saucisse est souvent servie dans de nombreux événements en Bretagne comme les matches, kermesses, festivals ou fest-noz. Il existe même une chanson

Ingrédients

- Des galettes
- De la saucisse bretonne

Prenez une galette que vous aurez fait revenir dans une poêle beurrée. Vous pouvez également consommer froide. L'idéal étant que la galette soit fraîche pour qu'elle ne soit pas trop sèche.

Faites cuire la saucisse à la poêle ou au barbecue.

Pliez la galette en 2 et enrroulez-la autour de la saucisse.

¹<http://www.recettes-bretonnes.fr/galette-bretonne/garnitures-galettes/galette-saucisse.html>