

**Pierre-Paul Cruciani**

**TERRES DE MES RACINES**

*Tarra feconda*  
Terre nourricière

*A suivre dans Cucina paisana  
di a tarra à u piattu*



*Di l'ortu di Babbu à i furnelli di Mà*

**Du jardin de mon père  
aux fourneaux de ma mère**

*Pour une autonomie alimentaire familiale...*

*Tirage limité à 100 exemplaires*



# Deuxième partie

## INTRODUCTION

« *A force de se les garder, on finit par se les perdre... »*

Il y a quelque temps me vint l'envie d'écrire un recueil reprenant les recettes de ma mère et de ses sœurs Barbara, Nénette et Louise, pour témoigner du savoir-faire culinaire de notre famille à la fin du XX<sup>e</sup> siècle.

Mon initiative, dans un premier temps, n'avait pas séduit mes tantes, certainement influencées par mes cousines germaines, de peur que l'on ne divulgue leurs recettes. « Nos recettes on se les garde » ; cela m'avait un peu agacé, surtout chez nous où l'oralité prévaut sur l'écrit, et « à force de se les garder on finit par se les perdre ».

Mon envie d'écrire le recueil s'était presque éteinte.

Seule ma mère avait répondu – par écrit de surcroît – pourtant elle n'était pas la plus instruite des quatre sœurs Agostini. A neuf ans, malgré sa soif d'instruction, elle avait été sacrifiée sur l'autel de l'école publique pour aider sa mère Madalena à élever ses sœurs et ses deux frères. On lui pardonnera donc son orthographe dans les scripts numérisés repris dans ces pages.

Mais que dis-je « aider sa mère », suppléer conviendrait mieux. Car à la saison estivale, Madalena accompagnait mon grand-père Petrubà, jardinier-maraîcher, dans les tournées des villages, ou sur le marché d'Ile-Rousse pour vendre les produits du jardin, situé dans *U Fiuminale di u Giovaggio*, qui donnait à profusion : tomates, haricots, aubergines, courgettes, poivrons, melons, pastèques, concombres, rien ne manquait, et cueillis à cinq heures du matin pour garantir toute leur fraîcheur.

Et ma mère – restée seule à la maison – avait la charge de toute la fratrie avec le souci de lui faire à manger. Et ce souci, elle l'a eu toute sa vie.

Les produits ne manquaient pas, le savoir-faire non plus car Madalena et Petrubà tenaient le « Bar chez Paul » à la sortie de Santa-Reparata-di-Balagna, sur la route de Muro, licence de catégorie IV, s'il vous plaît !

Le commerce faisait également office de demi-pension, selon les périodes, pour l'instituteur ou le curé ainsi que pour des bergers du Niolu aux temps des transhumances de moutons.

Mais quand donc Madalena et Petru Bâ se reposaient-ils ? Debout à quatre heures et couchés tard, notamment lorsque les veillées se prolongeaient : *figatelli fritti o asttridi e pulenta* que les Niolins savaient préparer en un rien de temps !

Ma mère me contait, qu'un soir de Noël, Madalena avait eu à cuisiner jusqu'à sept agneaux apportés par les bergers. Et ces soirs-là, Antoinette aidait sa mère derrière *i furnelli* [les fourneaux] qui ne fonctionnaient ni au gaz ni encore moins à l'électricité, bien sûr, mais au charbon de bois qui enfumait toute la cuisine... *E cusì era a vita tempi fà* [Ainsi allait la vie en ces temps-là] !

Puis l'envie de reprendre ce recueil s'est réveillée lorsque mes tantes, prises de regrets,

suite page 5

m'ont fait parvenir leurs recettes, bien longtemps après, en partie sur les fiches normalisées que je leur avais transmises dont une était même dactylographiée, par qui je l'ignore ! Je m'étais donc trompé sur leurs intentions ainsi que sur celles de mes cousines. Qu'elles me pardonnent aujourd'hui mon acrimonie d'hier.

Ecrire pour témoigner ce qu'était le savoir-faire culinaire de cette génération « charnière » du XX<sup>e</sup> siècle qui, dans sa jeunesse, a vécu dans une société agropastorale comme au XIX<sup>e</sup>, ou presque, pour connaître à l'âge adulte l'explosion des Trente Glorieuses et le tsunami d'un mode de vie consumériste standardisé et mondialisé.

Leur « Cuisine » n'est certainement pas gastronomique mais assurément *paisana*, de notre terroir, élaborée avec le fruit d'une agriculture de nécessité et de proximité. Mode de vie d'une ultime génération en totale osmose avec cette Terre nourricière que rythmaient les saisons, les olivaisons et les transhumances de moutons... C'était hier, il y a tout juste un instant !

Ce cahier témoigne avant tout d'un « savoir faire à manger » familial pour une table à partager entre nous, et bien souvent ouverte à bon nombre d'invités.

On n'y trouvera pas la grande poêlée de Madalena, avec des pommes de terre frites accompagnées d'œufs et de *prisuttu* tranché, simple mais inimitable !

Ni le couscous et les tagines de ma tante Barbara qui vécut au Maroc avec Louis, son mari militaire, aux temps des colonies.

Ni les perdrix au riz de Nenette sorties de la gibecière de mon oncle Pierre.

Ni la charcuterie de Louise, mariée à Ange, en *Castagniccia* : *u ventru pienu, sanguinelli, e altre salcicce* charcutés à partir de leurs cochons engraisés à la châtaigne...

Et bien sûr ces pages ne rapportent pas tout le savoir-faire des sœurs Agostini ni de leurs enfants et petits-enfants qui ont « cultivé » dans le cercle familial les bons gestes et le « je-ne-sais-quoi » qui font la réussite d'une recette

Bon ! Maintenant... il ne nous reste plus qu'à nous mettre à la table paysanne que connurent nos aïeux, pour goûter ce qui « reste lorsque l'on a tout oublié », et se souvenir d'une vie qui s'inscrivait dans un modèle sociétal d'entraide, de partage et d'échange à jamais révolu...



## II – LES RECETTES

### *E ricette*

<b><i>I piatti</i></b>	<b>7</b>	<b>Les plats</b>
<b><i>A cunserva</i></b>	<b>8</b>	<b>Le concentré de tomates</b>
<i>Faghjoli Soissons</i>	9	Haricots Soissons
<i>Lintighje e figatellu</i>	10	Lentilles et figatellu
<i>Figatellu ancu u risu.</i>	10	Figatellu au riz
<i>Vitellu in cazarola.</i>	11	Sauté de veau corse
<i>Fiancu di vitellu Marsala</i>	12	Jarret de veau Marsala
<i>Trippe di vitellu</i>	13	Tripettes de veau
<b><i>A tradizione : agnellu e caprettu</i></b>	<b>14</b>	<b>La tradition : Agneau et chevreau</b>
<i>Agnellu à u stretu</i>	15	Agneau en sauce
<i>Spalla d'agnellu cù brocciu</i>	16	Epaule d'agneau au brocciu
<i>Cuscottu di caprettu in biera</i>	17	Gigot de cabri à la bière
<i>Stufatu di Levra</i>	18	Civet de lièvre
<i>Stufatu di cignale</i>	19	Daube de sanglier
<b><i>A pisticcina</i></b>	<b>21</b>	<b>La farine de châtaigne</b>
<b><i>A pulenta a l'usu niulicu</i></b>	<b>22</b>	<b>La pulenta nioline</b>
<i>Frittelle di pisticcina.</i>	23	Beignets à la farine de châtaigne
<i>Biscottu di pisticcina</i>	24	Cake de farine de châtaigne
<i>Torta di pisticcina</i>	25	Tarte de farine de châtaigne
<i>Biscottu di pisticcina</i>	26	Gâteau fourré avec glaçage au chocolat
<i>«Fondant » di pisticcina</i>	27	Fondant à la farine de châtaigne
<b><i>I dolci</i></b>	<b>28</b>	<b>Les desserts</b>
<i>Pasticciu</i>	29	Flan
<i>E frappe</i>	30	Les bugnes
<i>I canistrelli</i>	31	Biscuits secs
<i>Amandulata casana</i>	32	Nougatine d'amandes
<i>Fritelle di pomi</i>	33	Beignets de pommes de terre
<i>Amaretti</i>	34	Macarons
<i>Oliose o Salitte</i>	35	Biscuits salés-sucrés
<i>Tiramisu</i>	36	Tiramisu
<i>A Torta</i>	37	A Torta
<i>Biscottu ancu a cicculata</i>	38	Gâteau roulé nappé de chocolat
<i>Biscottu « Nénette »</i>	39	Gâteau « Nénette »
<i>Cagiulosa</i>	40	Brioche au fromage
<i>Pumose</i>	41	Petits pains de pommes de terre
<i>Chjarcjholi</i>	42	Gâteau au fromage frais
<b><i>U ritornu in de u Giovaggio</i></b>	<b>43</b>	<b>Le retour dans le Giovaggio</b>
<i>A vigna di babbu</i>	44	La vigne de mon père
<i>Vini di noce e d'arànciu</i>	46	Vins de noix et d'orange

***Bon appittitu à tutti***

# LES PLATS

*I Piatti*

# LE CONCENTRÉ DE TOMATES

## *A cunserva*

*A cunserva* [concentré ou coulis de tomates] constitue un complément important de la cuisine corse, notamment pour lier les sauces des plats mijotés et surtout hors saison pour remplacer les tomates. Ma mère était devenue une experte en matière de confection et de « commerce » de la *cunserva* ; elle la troquait ou la revendait, elle fournissait même une épicerie d'Ile-Rousse.

### **Première opération – LA FERMENTATION**

Dans un bac alimentaire, à défaut de tonnelet qu'utilisait ma mère (attention proscrire tout récipient ménager en plastique), mettre les tomates bien mûres coupées, après avoir retiré les queues et les parties « touchées », y ajouter quelques poignées de gros sel, couvrir avec un linge et laissez fermenter dix à douze jours. De temps en temps, remuez avec une spatule ou brassiez énergiquement avec les mains.

### **Deuxième opération – LE TAMISAGE**

Après la période de fermentation, passez le tout à la moulinette ou au tamis afin de sortir les semences et la peau des tomates. Versez ensuite le jus obtenu dans un sac *ad hoc* (linge blanc en coton cousu en forme de sac) que vous pouvez confectionner avec une étamine à fromage du commerce.

### **Troisième opération – L'ÉGOUTTAGE**

Suspendez le sac dans un endroit ventilé à l'ombre. Au bout de 3 ou 4 jours, lorsque une croûte commence à se former sur le sac, passez à l'opération suivante. La purée de tomates doit avoir la consistance d'une pâte épaisse. On peut parfaire l'égouttage en laissant sécher la purée de tomates à l'air ou dans un four tiède (attention à ne pas la brûler).

### **Quatrième opération – LA SALAISON**

Pour une livre de purée de tomates, ajoutez 125 g de sel fin. A ce stade, en remettant la conserve une nouvelle fois dans le sac, l'égouttage peut être finalisé. Ma mère ne le faisait pas, en principe l'égouttage doit être terminé avant la salaison.

### **Cinquième opération – LA CONSERVATION :**

Une fois confectionnée la *cunserva*, comme son nom l'indique, se conserve et peut être utilisée toute l'année voire plus, mais deux ans paraissent un maximum. Conservez-la dans de petits bocaux avec une cuillerée d'huile d'olive et une à deux feuilles de laurier sur le dessus pour éviter qu'elle noircisse. Au fur et à mesure de son utilisation ajoutez un peu d'huile pour empêcher l'oxydation en surface.

*« Avec a cunserva, comme on la faisait chez nous, les ragoûts ont meilleur goût ».*

# HARICOTS SOISSONS

## *Fasgioli Soissons*

### *Ingrédients*

250 à 300 g de haricots Soissons  
Un *figatellu* et 300 g de saucisses fraîches  
(type de Toulouse)  
thym, laurier  
persil  
sel, poivre  
+ *u suffrittu* (page 10)

### *Préparation*

La veille, faites tremper les haricots Soissons dans 2 litres d'eau, le lendemain faites-les cuire pendant une heure.

Préparez le *suffrittu* avec les saucisses coupées en morceaux. Puis versez le tout dans le faitout avec le *figatellu* dégraissé et les haricots, couvrez avec l'eau de cuisson, ajoutez le bouquet garni et laissez cuire à feu doux au moins une heure et demie sans interrompre la cuisson. Au moment de servir, ajoutez quelques pincées de persil ciselé.

Il est conseillé de dégraisser le *figatellu* en l'ébouillantant pendant quelques minutes.



*Cathy*

*Inde a tradizione i fasgioli Soissons  
eranu sirvuti a l'ottu di dicembre,  
per a festa di a Vergina Immaculata e  
per fittighjà l'avenu di a Nazione di  
Corsica*

## FIGATELLI EN LENTILLES OU AU RIZ

*Lintichje ancu u figatellu o inde u risu*

### **Ingédients**

2 *figatelli*  
+ travers de porc ou saucisses fraîches  
éventuellement  
**250 g de lentilles du Puy**  
**ou**  
**250 g de riz de Camargue**  
Thym, laurier  
Sel, poivre  
 $\frac{3}{4}$  à 1 litre d'eau  
+ *U suffrittu* (page 10)

*Ces deux recettes sont – on ne peut plus – simples à réaliser. Pourtant elles surprennent agréablement quiconque ne les a jamais goûtées.*

*C'est la magie de la cuisine **casana** et surtout de la préparation d'un bon **suffrittu** dont on ne répétera jamais assez qu'il doit être élaboré avec les meilleurs produits : **panzetta** ou **maschetta**, **cunserva**, oignons, vin rouge, tous les aromates nécessaires et surtout d'excellents **figatelli**...*

### **Préparation**

Préparez le *suffrittu*. Puis dans un faitout, incorporez le *suffrittu*, les *figatelli*, le bouquet garni et selon le plat :

**les lentilles**

**ou**

**le riz**

Recouvrez d'eau et laissez cuire durant 15 à 30 minutes. Il est conseillé de dégraisser les *figatelli* en les ébouillantant pendant quelques minutes.



*Cathy*

## SAUTÉ DE VEAU

### *Vitellu in cazzarola*

#### ***Ingrédients***

1,5 kg de sauté de veau  
3 oignons  
2 gousses d'ail  
1 cuillerée de *conserva* (concentré de tomates)  
¼ de litre de vin blanc ou rouge  
½ verre d'huile d'olive  
2 à 3 tomates  
2 à 3 carottes  
100 g d'olives vertes  
300 g de champignons  
thym, laurier, persil  
sel, poivre

#### ***Préparation***

Dans un faitout, faites revenir le veau dans l'huile d'olive puis retirez-le du feu et le réserver.

Dans le même faitout afin de conserver les sucs de la viande : faites blondir les oignons émincés, ajoutez le concentré de tomates, remuez avec une spatule en bois.

Puis ajoutez la viande de veau, le vin, l'ail pilé, le persil, le thym, le laurier, le basilic, le sel et le poivre et laissez mijoter un bon quart d'heure. Puis incorporez les tomates, les olives vertes, les champignons, les carottes coupées dans le sens de la longueur et laissez cuire à feu doux pendant 1 heure.

*Antoinette servait ce plat soit avec la **pasta asciuta** accommodée avec la sauce du sauté, mais aussi avec des pommes de terre incorporées une vingtaine de minutes avant la fin de la cuisson du sauté.*

*Une variante avec du riz est également possible : dix à quinze minutes avant la fin de la cuisson, jeter 2 à 3 verres de riz dans le faitout.*

*Pour le dosage de l'eau il conviendra de tenir compte du volume de la sauce, sachant que pour 1 verre de riz il faut 3 volumes d'eau.*



# JARRET DE VEAU MARSALA

## *Fiancu di vitella Marsala*

<i>Catégorie</i>	<i>Nombre de Personnes</i>	<i>Temps de Préparation</i>	<i>Temps de Cuisson</i>	<i>Nom du créateur</i>
Viande	4	20 min	2 h	
<b>Nom du plat : Jarret de veau au marsala</b>				
<b>Ingrédients</b>				
<b>Pour le plat</b>				
- 4 tranches de jarret de veau de 250 g chacune				
- 3 oignons				
- 3 carottes				
- 4 tomates				
- 1 coeur de céleri branche				
- 1 brin de basilic				
- 4 feuilles de sauge				
- 1 bouquet garni				
- 1 tablette de concentré de volaille				
- 2 cuil. à soupe de farine				
- 30 cl de marsala				
- 30g de beurre				
- 2 cuil. à soupe d'huile				
- sel, poivre				
<b>Pour le hachis d'assaisonnement</b>				
- 3 filets d'anchois à l'huile				
- 1 citron				
- 1 gousse d'ail				
- 3 brins de persil				
<b>Réalisation</b>				
① Coupez les oignons épluchés en quatre. Pelez les carottes et le coeur de céleri. Détaillez-les en cubes. Ebouillantez les tomates. Pelez et épépinez-les. Coupez la chair en gros morceaux.				
② Versez la farine dans une assiette. Passez-y les tranches de veau.				
③ Faites chauffer le beurre et l'huile dans une cocotte. Faites-y dorer la viande 2 min sur chaque face. Ajoutez le marsala. Complétez avec de l'eau pour que la viande soit juste recouverte.				
④ Ajoutez la tablette de concentré, la sauge, le bouquet garni et le brin de basilic. Salez, poivrez. Couvrez et laissez cuire 1 h.				
⑤ Disposez alors dans la cocotte, les oignons, les carottes et le celeri. Laissez mijoter 45 min.				
⑥ Ajoutez les tomates. Salez et poivrez légèrement. Laissez réduire 15 min à découvert.				
⑦ Préparez le hachis d'assaisonnement : rincez le citron. Prélevez le zeste en filaments et retaillez-les en petits dés. Ciselez le persil. Pelez l'ail. Pressez-le. Egouttez les filets d'anchois. Ecrasez-les à la fourchette et mélangez.				
⑧ Disposez la viande sur un plat de service. Répartissez le hachis dessus. Entourez-les des légumes.				
⑨ Servez aussitôt. Accompagnez d'un risotto à la milanaise.				

# TRIPETTES DE VEAU

## *Trippe di vitellu*

### *Ingrédients*

1 kg de tripettes  
3 carottes  
2 oignons,  
2 à 3 gousses d'ail  
1 à 3 cuillerées de *conserva* (concentré de tomates)  
400 g de tomates  
50 cl de vin rouge  
1 litre de bouillon de bœuf  
thym, laurier  
basilic, persil  
sel, poivre, piment

### *Préparation*

Rincez les tripettes à l'eau froide. Dans un faitout rempli d'eau mettez les carottes, le thym, le laurier et les tripettes. Suspendez le piment avec une ficelle, à retirer 1 heure environ avant la fin de la cuisson selon le goût de chacun, toutefois sachez que ce plat doit être pimenté. Salez et poivrez.

Faites cuire pendant 1 heure ½ à 2 heures environ. Sortez les tripettes du bouillon et égouttez-les.

Faites rissoler les oignons, l'ail, incorporez le concentré délayé avec le vin, le bouillon de bœuf, les tomates, le persil, le basilic, portez à ébullition et ensuite ajoutez les tripettes car il faut qu'il ait continuité dans la cuisson. Salez et poivrez.

Poursuivre la cuisson pendant 2 heures. Surveillez-la régulièrement, et au besoin ajoutez de l'eau.

Servez avec un écrasé de pommes de terre.



## LA TRADITION : AGNEAU E CABRI

### *A tradizione : agnellu e caprettu*



L'agneau se consomme à Pâques et le cabri à Noël. Mais bien que figurant encore sur les tables corses, ils sont de plus en plus concurrencés par la dinde et le chapon.

Le cabri de lait, à la différence de l'agneau qui suit sa mère dès sa naissance, reste dans un espace aménagé de la bergerie « la nurserie », où il sera élevé uniquement avec le lait de sa mère durant deux à trois mois pour attendre un poids d'environ 7 à 8 kilos. C'est ce qui en fait une viande d'extrême qualité !



*Cuisez et mangez du cabri et de l'agneau corses*

La filière corse « Agneau et Cabri » s'organise difficilement, et conduit, parfois, à des pratiques aberrantes : euthanasier une partie des petits ovins, après les mises à bas, dès que leurs mères ont atteint leur pic de lactation. Prix du lait oblige ! Ou vendre à nos cousins sardes « ce caviar de viande au prix de la pomme de terre\* » pour l'engraissement final, et sa commercialisation sur le continent principalement en Espagne !!!

La situation de cette filière est complexe mais des solutions sont « à portée de la main », sauf que cette expression ne semble plus caractériser le mode de fonctionnement de notre agriculture, ici ou ailleurs, très dépendante d'une mondialisation forcée sinon forcenée, rentabilité oblige !

*« Il s'agit de réintégrer des produits dans l'univers commercial corse, et de leur redonner des lettres de noblesse dans une gastronomie qu'ils n'auraient jamais dû quitter »\*.*



\* Extraits de l'article de Noël Kruslin « Cabris et agneaux : une "cote" à reconquérir » Publié le: 10/12./2019 Dans corse Matin.

## AGNEAU OU CABRI EN SAUCE

### *Agnellu o caprettu à u strettu*

#### *Ingrédients*

1 demi-agneau ou cabri pour 6 personnes  
(réserver le gigot à rôtir au four)  
1 verre d'huile d'olive  
1 cuillerée de *conserva*  
[concentré de tomates]  
1 demi-litre de vin rouge ou blanc  
1 moitié de tête d'ail  
3 oignons  
1 bouquet garni : thym, laurier  
Sel, poivre  
+ *u suffrittu* (page 10) *sans panzetta*

#### *Préparation*

Faites revenir à la poêle la viande préalablement coupée en morceaux puis réservez-la dans une marmite.

Faites dorer les oignons et l'ail coupé en morceaux, ajoutez le vin et la cuillerée concentré de tomates, remuez rapidement le tout avec une spatule.

Versez le tout dans la marmite

Ajoutez le bouquet garni, salez et poivrez

A servir avec une *pasta ascuta*.

Bon appétit !



## EPAULE D'AGNEAU AU BROCCIU

### Spalla d'agnellu ancù brocciu

Spalla d'agneau à la brocciu

1 épaule de 1,500 désossée  
250g de brocciu  
1 œuf 1 citron non traité  
6 feuilles de sauge  
1 bouquet persil  
4 gousses d'ail  
2c à soupe d'huile olive  
Gros sel poivre.  
ciselez la sauge et le persil, battez l'œuf  
râpez le zeste du citron après l'avoir lavé  
dans une jatte mélangez la brocciu  
les herbes le zeste de citron l'huile d'olive  
et l'œuf battu à la fourchette.  
répartissez la farce sur l'épaule d'agneau  
roulez et ficellez la comme un rôti  
salez poivrez placez au four chaud à 250°C  
pendant 15 minutes ramenez la température du four  
(à 180°C) entourez le rôti des gousses d'ail  
non pelées pourriez le cuire 40 min  
en arrosant souvent ajoutez un peu d'eau  
au besoin dans le plat pour qu'il ne brûle pas.  
Reversez le rôti au chaud, dégraissez avec  
une cuillère sur le dessus du jus, déglacez le  
restant avec 10 cl d'eau chaude. bien goûter  
le fond de la sauce passez et ajoutez les gousses  
d'ail bien pressées - hachez le rôti et saisissez  
en saucière avec le jus à part.  
passez à ajouter les os de l'épaule dans le plat  
il donnera plus de goût à votre viande  
servir avec une tige de menthe  
en décoration

#### Ingrédients

1,5 kg d'épaule d'agneau désossée

250 g de brocciu,

2 cuillerées à soupe d'huile d'olive

10 cl de vin blanc

10 cl d'eau chaude

1 œuf

1 citron

quelques feuilles de sauge

un bouquet de persil

4 gousses d'ail

sel, poivre

#### Préparation

Ciselez la sauge et le persil, battez l'œuf, râpez un zeste de citron dans une jatte, mélangez le brocciu, les herbes, l'huile d'olive et l'œuf battu pour obtenir la farce, puis la répartir sur l'épaule d'agneau.

Roulez l'épaule, ficellez-la, salez et poivrez.

Enfournez à 250 degrés pendant 15 minutes, ramenez la température à 180 degrés, entourez le rôti des gousses d'ail, ajoutez les os pour donner du goût à la sauce et laissez cuire pendant 40 minutes en arrosant souvent avec le vin blanc et un peu d'eau au besoin.

A la fin de la cuisson, réservez le rôti au chaud. Dégraissez le plat avec 10 cl d'eau chaude en pressant bien les gousses d'ail, passez au chinois et versez dans un saucier.

Présentez le rôti en tranches avec quelques tiges de menthe légèrement, accompagné d'un écrasé de pommes de terre.

*On notera le soin apporté par mes tantes dans l'explication de chaque étape de la cuisson jusqu'au déglacage de la sauce et à la présentation sur l'assiette.*

*C'est tout un « savoir-faire » qu'elles ont voulu transmettre. « Chose » difficile à réaliser à travers ces fiches un peu trop réductrices, qui ne peuvent retranscrire le coup de main de ces passionnées de cuisine, cordons bleus d'antan...*

## GIGOT DE CABRI À LA BIÈRE

### *Cusciottu di caprettu ancu biera*

#### *Ingrédients*

1 gigot de cabri (ou d'agneau)  
50 cl de bière  
3 oignons  
3 gousses d'ail  
1 ou 2 tomates  
thym, laurier  
sel, poivre

#### *Ingrédients*

Préparez le gigot dans un plat allant au four en le badigeonnant avec l'huile d'olive.

Chauffez le four à 200 degrés, enfournez le gigot, faites-le dorer une petite dizaine de minutes. Sortez-le du four, salez, poivrez, Ajoutez les oignons émincés, les tomates coupées en morceaux, le thym, le laurier et les gousses d'ail en chemise.

Arrosez avec la bière.

Passez au four à température 160 degrés pendant 40 minutes, arrosez régulièrement avec le jus du plat, ajouter un peu de bière de temps en temps.

La cuisson peut être réalisée à basse température, dans ce cas maintenez la température à 80 degrés pendant au moins 3 heures en veillant à bien arroser régulièrement le gigot.



# CIVET DE LIÈVRE

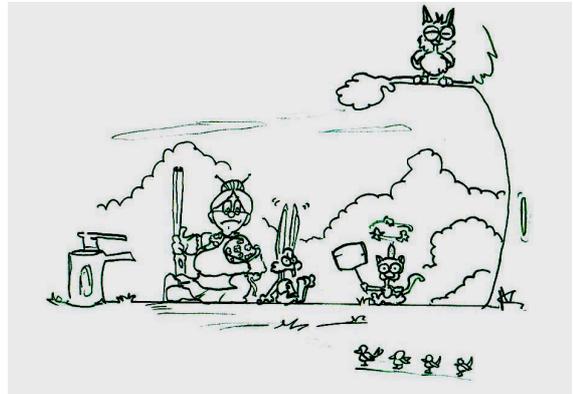
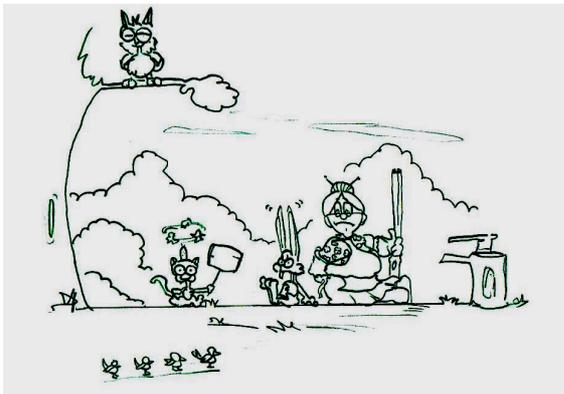
## *Stufatu di levra*

### ***Ingrédients pour la marinade***

1 lièvre ou un lapin de garenne  
1 litre de vin rouge  
2 à 3 carottes  
1 oignon  
3 gousses d'ail  
1 branche de romarin  
quelques feuilles de sauge  
et de baies de genièvre  
et clous de girofle  
thym, laurier  
poivre, sel

### ***Ingrédients pour le suffrittu. (page 10)***

2 oignons  
2 cuillerées de concentré de tomates  
250 g de panzetta ou  
de maschetta coupées en dés  
1 verre d'huile d'olive  
et ½ verre d'eau-de-vie pour flamber  
2 à 3 cuillerées à soupe de farine  
300 g de girolles



### ***Préparation de la marinade***

Coupez les carottes en rondelles, piquez l'oignon avec les clous de girofle, écrasez avec la paume de la main les gousses d'ail. Et versez le tout dans une marmite, ajouter les aromates et les morceaux de lièvre. Couvrez avec le vin et laissez mariner au moins 24 heures.

### ***Préparation du civet***

Retirez les morceaux de lièvre de la marinade, égouttez-les.  
Préparez le *suffrittu*.  
Dans la cocotte, déposez les morceaux de lièvre et faites-les dorer.  
Flambez à l'eau-de-vie.  
Saupoudrez de farine, remuez vivement avec la spatule en ajoutant le *suffrittu*.  
Mouillez à hauteur avec une partie de la marinade passée au chinois.  
Faites cuire à couvert et laissez mijoter durant une heure et demie à partir de l'ébullition, 1 heure pour un lapin.  
Servez avec des pommes vapeur saupoudrées de persil ciselé.

## DAUBE DE SANGLIER

### *Stufatu di cignale*

#### *Ingrédients pour la marinade*

- 1 kg de viande de sanglier dans le jarret
- 2 à 3 carottes
- 1 oignon
- quelques clous de girofle
- 3 ou 4 gousses d'ail
- 1 litre de vin rouge corsé
- Aromates :
- quelques baies de myrte
- thym, laurier
- persil
- poivre, sel

#### *Ingrédients pour u suffrittu (page 10)*

- 2 oignons
- 2 cuillerées de *conserva* (concentré de tomates)
- 250 g de *panzetta* ou de *maschetta* coupées en dés
- huile d'olive
- ½ verre d'eau-de-vie pour flamber
- 300 g de cèpes, quelques châtaignes
- 2 à 3 cuillerées à soupe de farine



*La recette est sensiblement identique à celle du civet, la différence doit se faire avec les aromates et l'accompagnement*

#### *Préparation de la marinade*

Découpez dans le jarret de beaux morceaux de viande, mettez-les dans un grand récipient avec un oignon piqué de clous de girofle, les carottes coupées en rondelles, l'ail écrasé et les aromates.

Salez, poivrez.

Couvrez avec le vin et laissez macérer toute la nuit.

#### *Préparation de la daube*

Le lendemain, passez la marinade au chinois.

Préparez le *suffrittu*. Dans un faitout, faites rissoler dans l'huile d'olive l'oignon émincé et les morceaux de viande, ajoutez la *cunserva* et délayez avec le vin de la marinade.

Salez, poivrez et laissez cuire à feu doux pendant deux heures et demie. En fin de cuisson, ajoutez les champignons et les châtaignes préalablement cuites.

Servez avec une purée de céleri.





# **LA FARINE DE CHÂTAIGNE**

*A Pisticcina*

## PULENTA NIOLINE

### *A pulenta à l'usu Niulincu*

La recette présentée ici diffère de celles, reprises dans de nombreux ouvrages, où la *pisticcina* est versée, petit à petit, sur de l'eau en ébullition dans une marmite, en tournant la polenta sur le feu en prenant soin de remuer avec le *pulintaghju* pour éviter les grumeaux.

Cette manière, souvent pratiquée lors de réunions festives pour de nombreux convives, où une quantité de *pisticcina* trop importante est employée – et cela peut durer longtemps – ce qui risque de donner de l'amertume à la polenta pour un résultat final assez médiocre débouchant souvent sur un pâton collant au toucher peu malléable.

*« Ma chi hè issa manera di pulentà òcumpà, poche sudatoghje, inde e seratine , u capu sopra à u focu, e gira chì ti gira ! Eiu un mi seraghju mai avvicinatu per piglia u pulintaghju ! A mè mi pare !*

#### **Ingrédients**

1 kg de farine de châtaigne  
2 litres eau  
une poignée de sel  
. En principe il faut 1,5 litre  
pour un 1 kg de farine  
mais il convient de tenir compte  
de l'évaporation à la cuisson

#### **Préparation**

Dans une grande marmite, portez à ébullition l'eau légèrement salée.

Versez en un seul bloc la farine, faites un petit puits au centre de la farine, de manière à constituer un petit geyser, et laissez cuire pendant une demi-heure pas plus.

A la fin de la cuisson réservez un peu d'eau dans une casserole au cas ou.

Hors du feu avec le *pulindaghju* battez très énergiquement la *pulenta* jusqu'à former un pâton assez compact.

Le pétrissage doit être rapide, quatre à cinq minutes, ajoutez un peu d'eau au besoin. Si le pâton adhère, remettez la marmite au feu et détachez la *pulenta* avec une cuillère de bois en la remontant sur les bords.

Puis, sur un torchon propre saupoudré de la farine de châtaigne, renversez la polenta et repliez le torchon par-dessus.

La polenta est prête. Coupez-la en tranches comme il se doit avec un fil à coudre, à défaut, avec une couteau bien tranchant.

Servez avec du *figatellu*, du *brocciu* ou fromage frais et un œuf au plat.



## BEIGNETS À LA FARINE DE CHÂTAIGNE

### *Fritelle di pisticcina*

#### *Ingrédients*

250 g de farine de châtaigne  
50 cl d'eau  
sel  
huile de friture

#### *Préparation*

Délayez la farine avec de l'eau légèrement salée pour obtenir une pâte à la consistance équivalente à celle des crêpes.

Faites frire à la poêle.



# CAKE À LA FARINE DE CHÂTAIGNE

## *Biscottu di pisticcina*

### *Ingrédients*

200 g de farine de châtaigne  
 100 g de sucre  
 6 cl de lait  
 8 cl d'huile  
 4 œufs  
 1 paquet de levure chimique

### *Préparation*

Mélangez la farine de châtaigne avec le sucre, l'huile, le lait, la levure et les jaunes d'œuf.  
 Ajoutez les blancs en neige très fermes. versez le tout dans un moule à cake beurré.  
 Enfourez durant 45 minutes à 180 degrés.

Catégorie	Nombre de Personnes	Temps de Préparation	Temps de Cuisson	Nom du créateur
Nom du plat : <i>Cake à la farine de châtaigne</i>				
Ingrédients				
<i>mélangez dans un saladier 200g de farine de châtaignes 100g de sucre, 6 cl de lait, 8 cl d'huile 1 paquet de levure chimique 4 jaunes d'œuf. les blancs en neige très ferme. versez dans un moule beurré à cake et cuire 3/4 h (pendant) à 180 degrés</i>				

## TARTE À LA FARINE DE CHÂTAIGNE

*Torta di pistuccina*

### *Ingrédients*

300 g de farine  
50 cl d'eau  
sel  
huile  
quelques noix (facultatif)

### *Préparation*

Délayez la farine avec l'eau pour obtenir une pâte assez épaisse. Ajoutez le sel.  
Verser la pâte dans un plat à tarte.  
Eventuellement posez les noix sur la pâte.  
Graissez le plat à tarte avec l'huile.  
Versez un filet d'huile sur le dessus.  
Enfournez 30 minutes à 180 degrés.



# GÂTEAU À LA FARINE DE CHÂTAIGNE

FOURRÉ À LA CONFITURE D'ORANGE AVEC GLAÇAGE

## *Biscottu di pisticcina*

*ancu confitura di castagna o d'aranciu*

### **Ingrédients**

- 200 g de farine de châtaigne
- 50 g de farine de blé blanche
- 50 g de sucre
- 20 cl de lait
- 3 cuillerées d'huile
- 3 œufs
- 1 paquet de levure chimique
- 300 g de crème de marron  
ou 300 g de confiture d'orange
- 1 verre à liqueur d'eau-de-vie
- 100 g de chocolat
- 1 à 2 cuillerées d'huile
- 2 à 3 cuillerées d'eau

### **Préparation**

Dans une jatte, mélangez la farine de châtaigne, la farine de blé et la levure.

Graissez avec un moule à bord haut et y verser la pâte.

Passez au four thermostat 6 (180 degrés) pendant 30 minutes environ.

Une fois que le gâteau est cuit, le couper en deux parties, mélangez la crème de marron avec le petit verre d'eau-de-vie, étalez la crème de marron ou la confiture sur une partie et recouvrir avec l'autre partie

Pour le glaçage, faites fondre le chocolat avec la cuillerée d'huile et les trois cuillerées d'eau.

Puis procédez au nappage.

Travaillez le tout à la spatule en bois en versant l'huile, le lait, le sucre et ajoutez les œufs un par un en continuant à travailler la pâte jusqu'à ce qu'elle soit bien lisse.

*Gâteau de farine de châtaigne  
glaçage au chocolat  
Dans une terrine :  
50g de farine blanche de blé  
versent 3 cuillères d'huile et 20 cl de lait  
ajoute 3 œufs un par un et 50g de sucre tout  
en continuant de bien travailler la pâte à la spatule en bois  
qu'elle soit lisse - graisser un moule à bord haut  
avec cette pâte ainsi à four chaud thermostat 6 pendant 30 min  
- crème -  
avec 300g de confiture de marron mélangé à  
vine à liqueur d'eau de vie  
couper le gâteau en 2 parties par son milieu  
étaler la confiture sur une partie recouvrir avec l'autre  
moitié du gâteau  
pour glaçage  
de chocolat 1 cuillère d'huile et 3 cuillères d'eau  
plus avec cette sauce nappez le gâteau  
faire fondre 100g*

# FONDANT À LA CHÂTAIGNE

## *Fondant di pisticcina*

### *Ingrédients*

2 verres de farine de châtaigne  
1 verre de sucre roux  
4 œufs  
1 paquet de levure chimique  
1 sachet de sucre vanillé  
1 demi-verre d'huile d'arachide  
¼ de fromage frais de brebis  
ou un yaourt nature ou 1 verre de lait

### *Préparation*

Mélangez la farine avec la levure.  
Ajoutez le sucre, les œufs, l'huile, le fromage ou le yaourt ou le lait.  
Mélangez le tout.  
Enfournez 45 minutes à 180 degrés.  
On peut parfumer ce fondant avec du miel ou un zeste d'orange ou de citron

*Servir froid avec une glace à la vanille  
ou une crème anglaise accompagné d'un muscat glacé !*



# **LES DESSERTS**

*I Dulcimi*

# FLAN OU CRÈME RENVERSÉE

## *U pastizzu*



### *Ingrédients*

- 1 litre de lait entier
- 7 œufs
- 200 g de sucre cristallisé
- 1 gousse de vanille
- ou 1 sachet de sucre vanillé
- 15 morceaux de sucre
- 1 cuillerée d'eau pour le caramel

### *Préparation*

Préparez un caramel dans un moule allant au four.

Dans une jatte, battez les œufs avec le sucre pour obtenir une crème onctueuse.

Portez à ébullition le lait avec la gousse de vanille ou le sachet de sucre vanillé et versez-le dans la jatte peu à peu en fouettant continuellement.

Puis versez le tout dans le moule et mettez au bain-marie au four pendant 45 minutes, à 160 degrés.

Démoulez à froid et servez en tranches.



## LES BUGNES

### *E frappe*

#### *Ingrédients*

500 g de farine 55  
4 œufs  
125 g de sucre en poudre  
125 g de beurre  
un peu d'eau ou de lait  
1 sachet de levure chimique  
1 sachet de sucre vanillé  
1 zeste d'un citron  
1 demi-verre d'eau-de-vie  
du sucre en poudre cristallisé ou glace  
pour saupoudrer les frappes après cuisson  
huile de friture

#### *Préparation*



Mélangez la levure et le sucre vanillé dans une jatte.

Battez les œufs avec le sucre pour obtenir une crème onctueuse. Faites une fontaine avec la farine, y incorporer les œufs, le beurre fondu, l'eau-de-vie et le zeste de citron.

Pétrissez la pâte avec un peu d'eau éventuellement pour l'assouplir, puis laissez reposer pendant 1 heure au moins.

Sur une planche farinée, étalez la pâte sur une épaisseur d'un demi-centimètre. Avec une roulette dentée, découpez la pâte en longs rectangles, et un coup de roulette au milieu dans le sens de la longueur.

Puis plongez les frappes dans une friture 4 à 5 minutes, sortez-les et égouttez-les sur un papier absorbant.

Après la cuisson saupoudrez de sucre glace ou cristallisé.

Peuvent se conserver plusieurs jours mais c'est rare qu'elles y parviennent...

*Madeleine*

# BISCUITS SECS

## *I canistrelli*

### *Ingrédients*

1 kg de farine  
140 cl d'eau  
140 cl de vin blanc  
5 cl de pastis ou de liqueur de myrte  
250 g de sucre  
240 cl d'huile d'arachide  
2 paquets de levure chimique  
1 cuillerée à soupe de bicarbonate  
d'ammonium (acheté en pharmacie)  
sucre cristallisé

### *Préparation*

Mélangez la farine, la levure et le bicarbonate d'ammonium.

Dans un jatte, délayez le sucre avec l'eau, le pastis (ou la liqueur de myrte) et l'huile, ajoutez la farine et pétrissez le tout pendant 15 minutes minimum.

Étalez la pâte obtenue sur une planche farinée puis découpez-la en morceaux rectangulaires ou carrés.

Mouillez légèrement les morceaux avec la paume de la main puis saupoudrez-les avec du sucre cristallisé.

Sur une plaque allant au four recouverte de papier sulfurisé disposez les Canistrelli et faites cuire à chaleur tournante 25 à 30 minutes à thermostat 190-200 degrés.



# NOUGATINE D'AMANDES

## *Amandulata casana*

### *Ingrédients*

250 g de sucre en poudre  
160 g d'amandes  
1 citron  
huile d'arachide

### *Préparation*

Ebouillantez les amandes pour enlever la deuxième peau, effilez-les, passez-les au four chaud pour les griller légèrement.

Dans une casserole, faites fondre le sucre en poudre, il faut qu'il soit à peine coloré et bien lisse.

Jetez les amandes dans cette préparation.

Sur une tôle huilée ou mieux sur un marbre, étalez la pâte et, avec un citron, bien étirer cette pâte pour qu'elle soit bien fine. Laissez refroidir, coupez en morceaux, c'est prêt à déguster.

marquant maison  
dans une casserole faire prendre  
belle couleur 250g de sucre poudre  
il faut à peine le colorer et  
que le sucre soit bien dissous  
(attention au brûlage) et bien lisse  
Jeter dedans 160g d'amandes sans  
la deuxième peau pour cela il faut  
les ébouillanter. après les effiler en  
fines haubettes les passer au four  
chaud pour les griller un peu mais  
pas les brûler (juste dorées)  
ensuit sur une tôle huilée ou mieux  
sur une surface huilée, bien étaler  
cette pâte et avec un citron bien  
bien étirer. cette pâte pour qu'elle  
soit assez fine coupée en morceaux  
et mangée.

## BEIGNETS DE POMMES DE TERRE

### *Fritelle di pomi*

#### *Ingrédients*

1 kg de pommes de terre  
250 g de farine  
350 cl d'eau  
1/2 paquet de levure chimique  
2 cuillerées de sel  
4 à 5 cuillerées à soupe de sucre  
Huile de friture

#### *Préparation*

Faites cuire les pommes de terre dans de l'eau salée comme pour une purée.  
Faites un écrasé avec une fourchette et incorporez la farine et la levure.  
Laissez reposer au moins une heure, puis les frire dans dans une friteuse.  
Posez dans un plat sur du papier absorbant puis saupoudrez-les de sucre cristallisé.

*La tradition veut que les fritelle di pomi soient servies le vendredi de Pâques.*

*Mais elles garnissaient aussi, aux côtés des bugnes, amaretti, torte, fischì di mario et autres pièces montées en caramel d'amandes, les buffets des mariages, baptêmes et communions avant qu'ils ne soient « colonisés » de petits fours ou autres pâtisseries à la mode continentale.*

*Et bien sûr accompagnées d'un verre de Muscat du cap Corse, le vrai. Chi piaghjè !*

dessert, Beignet de pomme de terre  
1 Kilos de pomme de terre  
250 gramme de farine 1/2 paquet levure  
Faire cuire les pomme de terre  
les passé a la moulinette en puree  
Mélanger la farine a la puré  
bien tournée  
Les passer dans Casme a friture  
Les saupoudrer de sucre fin  
si cest trop liquide ajouter  
un peu de farine

# MACARONS

## Amaretti

### Ingrédients

800 g de farine  
5 paquets de levure chimique  
10 œufs  
14 cuillères à soupe de sucre  
200 g d'amandes  
sel

### Préparation

Mélangez la farine, la levure, les œufs, le sucre, ajouter une belle poignée d'amandes effilées et grillées, et pétrissez énergiquement.

Sur une plaque recouverte de papier de cuisson, avec une cuillère posez une bande de pâte de 4 à 5 cm de large.

Enfournez pour une première cuisson moyenne, jusqu'à ce que la pâte soit juste dorée, ni trop dure ni trop molle.

Sortez-les du four, coupez-les en tranches et remettez-les au four pour finir la cuisson à four moyen.

Attention : ne laissez pas trop cuire les macarons lors de la première cuisson car vous ne pourrez plus les couper

### Réalisation

amaretti Corse.  
dans une jatte mettre 800 grs de farine  
5 p de levure. battre 10 œufs avec 14 c. à soupe de  
sucre, ajouter la farine ajoutant une belle poignée  
d'amandes effilées et grillées mélanger tout ça  
et bien pétrir - ensuite sur une toile posé du papier  
cuisson et avec une cuillère poser dessus une bande  
de 4 à 5 cm de large. cuire à four moyen juste doré.  
ensuite les sortir du four les couper en tranches  
et les repasser au four moyen pour finir la cuisson  
car si on les laisse la 1<sup>re</sup> fois trop cuire on ne  
peut plus les couper elles se cassent facilement

tris bon.

Tour de Main

il faut un peu de patience ne trop cuire ni trop molle

# BISCUITS SALÉS-SUCRÉS

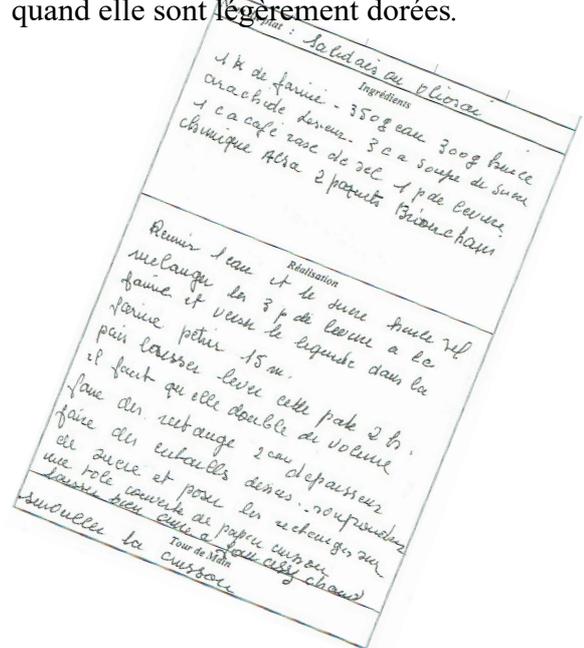
## *Olios o salite*

### *Ingrédients*

- 1 kg de farine
- 35 cl d'eau
- 30 cl d'huile d'olive
- 3 cuillerées à soupe de sucre
- 2 à 3 cuillerées à café de sel
- 1 paquet de levure chimique
- 15 g de levure de boulanger
- ou 2 paquets de briochin

### *Préparation*

- Mélangez l'eau, l'huile et le sel.
- Mélangez la levure chimique à la farine.
- Diluez la levure de boulanger dans un peu d'eau tiède et l'ajouter à la farine.
- Pétrissez la pâte pendant 15 minutes, elle doit avoir une consistance homogène et ne doit pas être collante.
- Laissez reposer la pâte 2 heures dans un endroit sec et chaud, il faut qu'elle double de volume.
- Abaissez la pâte, faites des rectangles de 2 centimètres d'épaisseur, saupoudrez de sucre puis les poser sur une plaque recouverte de papier sulfurisé.
- Avant d'enfourner saupoudrer de sucre les Olios ou saler légèrement selon au goût de chacun.
- Enfournez à 200 degrés pendant 10 minutes puis baissez à 170 degrés pendant 5 minutes. Sortez les Olios du four quand elle sont légèrement dorées.



# TIRAMISU

## *Tiramisù*

### *Ingrédients*

24 biscuits à la cuillère  
4 œufs  
125 g de sucre  
250 g de mascarpone  
6 verres de café corsé  
1 cuillerée à soupe de Marsala  
à ajouter au café  
On peut remplacer les biscuits par des  
*canistrelli*

### *Préparation*

Séparez les blancs des jaunes.

Dans une jatte, battez les jaunes d'œufs avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

Rajoutez le mascarpone.

Battez les blancs en neige et incorporez-les à la préparation.

Imbibez les biscuits avec le café et montez-les sur le côté d'un moule à flan.

Remplissez l'intérieur du moule en alternant les couches de biscuits et la crème de la préparation.

Mettez au frais pendant au moins 12 heures, de préférence à préparer la veille.

Démoulez et saupoudrez de chocolat en poudre.



*Lucile*

## LA TORTA

### *A Torta*

#### *Ingrédients*

13 œufs  
13 cuillerées de sucre  
13 cuillerées de farine  
½ cuillerée de levure chimique  
1 cuillerée de vanille liquide  
une pointe de sel

#### *Préparation*

Montez les blancs en neige.

Mélangez les jaunes d'œuf et le sucre en les travaillant jusqu'à ce qu'ils blanchissent, rajoutez la farine, la vanille et la levure

Incorporez délicatement les blancs en neige.

Beurrez un moule et versez la pâte obtenue.

Laissez cuire 60 minutes au four à 160 degrés.



# GÂTEAU ROULÉ AU CHOCOLAT

## *Biscottu ancu cicculata*

### *Ingrédients*

#### *Pour le biscuit*

- 4 œufs
- 100 g de sucre
- 150 g de farine
- 1 cuillerée à café de levure
- une pincée de sel
- 1 sachet de sucre vanillé

#### *Pour la garniture*

- 140 g de chocolat noir
- 3 cuillerées de crème fraîche semi-liquide
- ou
- confiture d'orange

#### *Pour le nappage*

- 240 g de chocolat
- 40 g de beurre

### *Préparation*

Séparez les jaunes des blancs. Mélangez les jaunes en incorporant le sucre doucement. Il faut obtenir un appareil presque blanc.

Ajoutez le beurre fondu (option), la levure et la pincée de sel. Incorporez la farine en délayant bien.

Montez les blancs en neige et mélanger délicatement avec l'appareil.

Étalez cette pâte sur une plaque de four et l'enfourner 15 à 20 minutes à 180 °C.

Faites fondre dans une casserole le chocolat et la crème fraîche pour obtenir la garniture intérieure.

Mouillez légèrement un torchon, le saupoudrer de sucre, déposez-y le biscuit cuit et roulez-le.

Après quelques instants, ouvrez la pâte et étaler la garniture, roulez-la à nouveau.

Pour finir, faites fondre le chocolat avec le beurre.

Garnissez le dessus du gâteau. Avec une fourchette, faites des traits pour imiter une bûche.



## GÂTEAU « NENETTE »

### Ingrédients

- 5 œufs
- 350 g de sucre
- 2 cl de lait
- 10 cl d'huile d'arachide
- 300 g de farine
- 1 sachet de levure chimique
- 1 zeste de citron râpé

### Préparation

Fouettez les jaunes d'œuf avec le sucre, en incorporant le lait, l'huile, la farine et le zeste de citron.

Battez les blancs en neige et incorporez-les délicatement à l'appareil.

Beurrez un moule à savarin, y verser la pâte obtenue et laissez cuire 45 minutes au four à 180 degrés.

Catégorie	Nombre de Personnes	Temps de Préparation	Temps de Cuisson	Nom du créateur
			3/4 h	
Nom du plat : Gâteau Nénette				
Ingrédients				
5 œufs 1 verre de lait 3/4 de verre huile arachide 1 paquet de levure 1 zeste citron 300g de farine (leurrou) 2 verres de sucre et 1/2 verre (350g)				
Réalisation				
Bien battu les jaunes d'œuf avec le sucre ajouter le lait + l'huile + le zeste de citron battre les blancs en neige ferme mélanger les jaunes tout de suite puis les blancs et en fin les blancs en neige beurre un moule à savarin assez grand y verser la pâte, et cuire au four 45 environ 3/4 h environ.				
Tour de Main				
1 verre = 1/10 de litre ou 10 cl 1/9 environ				

# BRIOCHE AU FROMAGE

## Casgiulosa

### Ingrédients

1 kg de farine  
levure de boulanger  
70 à 80 cl d'eau  
1 kg de fromage de brebis de 20 à 25 jours

### Préparation

Faites une pâte à pain avec la farine et la levure de boulanger, la pétrir et laissez reposer 1 à 2 heures.

Passez le fromage à la moulinette (larges trous) incorporez-le à la pâte, pétrissez 20 à 25 minutes et laissez reposer 2 heures.

Faites des petits pâtons de la grosseur d'une petite boule, posez-les sur un linge et laissez-les reposer une heure et demie.

Sur une plaque recouverte de papier sulfurisé ou de feuilles d'arôme sauvages, déposez les petits pâtons, enfournez-les à four chaud et cuire 30 à 35 minutes.

La pâte doit être très souple, si elle colle ajouter de la farine ou, dans le cas contraire, un peu d'eau.

*Casgiulosa*  
1 kg de farine 1 kg de fromage  
de brebis de 20 jours (environ)  
2 paquets de levure Briochant de  
Boulangers et 2 p de levure chimique  
et un peu d'eau nécessaire -  
Mouliner le fromage  
mélanger farine et levure  
faire une boule avec le fromage  
et petit à petit verser la farine  
et levure, mouler les mains  
si le faut il faut obtenir  
une pâte souple et que la main  
soit propre de la pâte.  
mettre cette pâte couverte d'un  
linge dans un coin tempéré  
et laisser lever pendant peut-être

il faut que elle double de  
volume. ensuite faire des  
boules les poser sur un linge  
propre et les separer de l'une  
à l'autre et laisser encore  
lever peut-être 1 h ou moins  
poser ensuite ces petites boules  
sur de feuilles d'ail sauvage ou  
sur des feuilles de châtaigne  
sechies. cuire à four chaud  
et surveiller la cuisson  
(le temps de cuisson pas)  
il faut surveiller surtout

Maryse, Barbara et Nenette

# PETITS PAINS DE POMME DE TERRE

## *Pumose*

### *Ingrédients*

300 g de farine  
1/2 cuillerée de levure de boulanger  
750 g de pommes de terre  
1 œuf  
1 verre d'huile  
sel  
1 zeste de citron  
quelques feuilles de vigne

### *Préparation*

Faites un petit levain avec 100 g de farine pétrir et laisser reposer.

Préparez une purée de pommes de terre, y ajouter un verre d'huile, 200 g de farine, un œuf, une pincée de sel et les zestes de citron. Travaillez bien le tout.

Puis, sur un plat allant au four sur des feuilles de vignes, dressez cette pâte en petites boules de la taille d'un citron.

Enfournez à thermostat 5, 150 degrés, et laissez cuire environ 30 minutes. Surveiller la cuisson.

*Cette trouvaille faisait partie des documents transmis par ma tante Barbara. Les Pumose peuvent remplacer le pain ou les pommes de terre au cours d'un repas, notamment pour accompagner une viande rouge rôtie.*

## *Pommes*

Faire un petit levain avec une 1/2 cuillerée à café de levure de boulanger, avec 100g environ de farine pétrir et laisser reposer.

ensuite peser 750g environ de pommes de terre passer en purée ajouter 1 verre à marmarade d'huile et encore 200g de farine et 1 œuf. bien pétrir avec sel et zeste de citron bien travailler le tout.

ensuite sur de feuilles de vigne poser des petits tas ou en petites parts à cuire gros comme un citron cuire à four thermostat 5. Surveiller la cuisson.

# GÂTEAU AU FROMAGE FRAIS

## *Chjarchjolu*

### *Ingrédients*

1 kg de fromage frais  
au lait de brebis non salé

3 œufs

125 g de farine

150 g de sucre

zestes de citron

Comptez une douzaine de *Chjarchjoli*  
pour un fromage



*Si vous disposez d'un four à bois, mettre sur la pelle en bois 2 ou 3 feuilles d'arôme liées entre elles, y déposer à la louche la préparation et enfournez en la « lançant », avec votre geste d'expert, sur la pierre brûlante, surveillez la cuisson et déenfourez avec la pelle plate métallique.*

*Il est conseillé de confectionner au préalable un lot de feuilles d'arôme ou de châtaigner aux dimensions de la pelle en bois, vous y gagnerez en rapidité d'exécution... Mais l'expert que vous êtes le savait déjà.*

*On peut aussi enfourner sur des plateaux à pizza garnis de 5 à 6 chjarchjoli.*

### *Préparation*

Mélangez le sucre et les œufs jusqu'à obtenir une crème onctueuse.

Ajoutez le fromage frais en le moulinant avec un presse-purée (grille large trous), ou en l'écrasant avec une fourchette.

Incorporez la farine et les zestes de citron, puis mélangez le tout.

Disposez sur une plaque de cuisson les feuilles d'arôme sauvages ou de châtaigner, A défaut, utilisez des feuilles de papier sulfurisé.

Déposez la préparation sur les feuilles avec une petite louche.

Enfournez pendant 5 à 10 minutes à 200 degrés, puis baissez la température à 160 degrés et poursuivez la cuisson pendant une dizaine de minutes.

*Les feuilles d'arôme sauvages doivent être cueillies la veille, les feuilles de châtaigner et conservées dans un endroit sec.*



*Antoinette*

## LE RETOUR DANS LE GIOVAGGIO

Été 1969, après avoir passé dix ans dans la région parisienne, à Chatou, pour y gagner leur vie, mes parents emménageaient à Palazzi.

Le conteneur de l'entreprise de déménagement bastiaise Vanucci, le « cadre » comme l'appelait ma mère, était déposé à l'entrée du chemin de Palazzi, à plusieurs centaines de mètres de notre maison, car à l'époque le sentier qui y menait était trop étroit. Il a donc fallu terminer le déménagement avec l'ânesse de Ziu Nounou.

Aussi, quand Antoinette a vu son armoire à glace se balancer sur *l'umbastu* [le bât], elle s'est écriée « *M'ha da ghjughje un attaccu* » [Je sens que je vais avoir une attaque]. Et pour cause, quelques jours auparavant elle avait quitté son appartement de Chatou, où il fallait prendre les patins en feutrine pour ne pas salir son parquet ciré, pour se retrouver dans une maison isolée en pleine campagne, qui allait être confortable mais, qui pour le moment, ne l'était pas encore tout à fait. Et de regretter ce temps où elle prenait le thé avec ses voisines, Mme Schlotz, l'Alsacienne, et Mme Martinez, rapatriée d'Algérie, certains après-midis avant que nous rentrions de l'école.

Il est vrai que dans la cité catovienne de l'ouest parisien, nous vivions bien, et ne manquions de rien. Nous habitons dans une petite HLM bien sympa de l'époque. Rien à voir avec les barres d'aujourd'hui !

Si le savoir-faire culinaire de ma mère est né avec Madalena, elle l'a amélioré dans ces années-là en travaillant dans les cantines scolaires catoviennes : elle accommodait le surplus du service du midi pour le dîner du soir. En ce temps-là les femmes de service pouvaient rapporter chez elles ce qui n'avait pas été servi aux écoliers. D'ailleurs, sur ce point, ma mère ne manquait jamais de dire « ... et c'était sans priver les enfants ».

Pour autant elle ne manquait jamais, chaque semaine, de faire son marché, « sorties » qu'elle appréciait, car ceux de Chatou étaient bien achalandés par les producteurs des environs : des produits maraîchers de la plaine de Montesson, des fruits de Chambourcy, des lapins et des poulets des fermes avoisinantes et, en direct de la Normandie, le bœuf herbager et le beurre en motte...

Là-bas aussi ça a bien changé, la plaine de Montesson, aujourd'hui très urbanisée, est truffée de supermarchés ! C'est un modèle d'ailleurs auquel on n'a pas échappé, la Corse compte la plus grande concentration de supermarchés au plan national, le double paraît-il !

Mais adieu Chatou ! Car la retraite approchant, mon père eut envie de revenir chez lui, avec une idée en tête ou plutôt un projet, comme celui qu'avait envisagé avant lui son père Francè, dans la propriété du *Giovaggio*, un hectare et demi, achetée en 1928 aux Lanata, grands propriétaires fonciers d'Ile-Rousse. A cette époque il envisageait d'installer sa famille dans le *fuminali* pour y vivre en mettant en valeur la propriété et construire un *pezzu di casa* [une maison modeste] en extension sur le *pagliaghju* existant (daté de 1696).

Et quelle mise en valeur ! Pour y faire des agrumes, de la vigne, du maraîchage, des fruits, de l'huile. Oui, avec un hectare et demi on pouvait faire vivre une famille !

Mais d'abord, il a fallu capter la source que mon grand-père Francè avait repérée avec son cousin sourcier. Creuser des puits, construire des bassins, réaliser un réseau d'irrigation, à la pioche et à la pelle, quelle énergie !

## LA VIGNE DE MON PÈRE

### *A vigna di babbu*

Dans les années 1970 on comptait encore une demi-douzaine de vignes dans le *Giovaggio* dont celle de mon père. Les cépages étaient les plus divers : *alicante, muscadello, nielluccio, carignan, sciaccarellu, carcajolu, paga debiti...* Les meilleures années elle produisait jusqu'à deux hectolitres.

La production était en grande partie destinée à la vente à un prix très modique, ou comme monnaie d'échange pour différents services avec les amis.

Vin de table à la maison – consommé avec modération bien sûr – outre son utilisation en cuisine dans les sauces et les marinades, il servait également, corsé avec l'*acquavita*, à l'élaboration des raisins à l'eau-de-vie et des vins d'orange et de noix.



#### **Vin de noix**

*Vinu di noce*

#### **Ingrédients**

5 litres de vin rouge ou rosé

75 cl d'eau de vie-de-vie

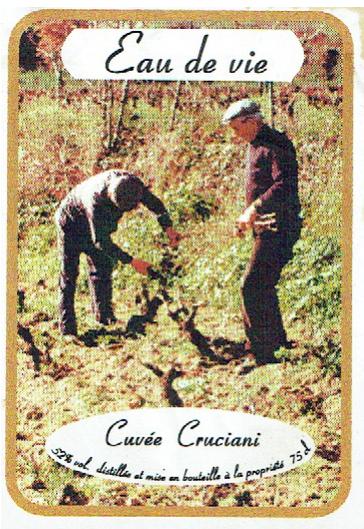
1 kg de sucre



#### **Préparation**

Faites macérer pendant trois mois les écorces d'oranges dans le vin, le sucre, l'eau-de-vie, les oranges coupées en tranches et les noix.

A la fin de la macération, conservez le vin de noix en carafon ou en bouteille. Servez-le frais.



Antoinette et Lucile

#### **Préparation**

Coupez les grains de la grappe, répartissez-les dans les bocaux. Ajoutez de la cannelle dans chaque bocal, recouvrez d'eau-de-vie. Fermez les bocaux et laissez macérer pendant 8 jours.

A la fin de la macération préparez un sirop avec le sucre, 20 cl d'eau, faites-le bouillir pendant une minute, puis versez le sirop froid dans chaque bocal, les refermer et les secouer énergiquement. Servir au bout d'un mois.

#### **Raisins à l'eau-de-vie**

Uve  
à l'*acquavita*

#### **Ingrédients**

1 kg de raisins  
muscat blanc

1 litre d'eau-de-vie

500 g de sucre

20 cl d'eau

3 bâtons de  
cannelle

Mais où trouvait-il la force, lui qui était revenu de la guerre 14-18 très affaibli, après trois ans de captivité ? Et, de surcroît, il travaillait en même temps sur le domaine de Palazzi qu'il tenait en ferme. Cette vigueur « noueuse comme un pied de vigne » l'a cependant lâchée, car il ne verra pas partir son fils à la guerre en 1939, et qui connut, comme lui, la captivité en Allemagne. Mais Francè laissait *un palmu di tarra* pour les siens. C'était l'essentiel !

Des années de captivité en Allemagne que mon père a également connu en 39-45 ont certainement forgé cette même volonté l'envie d'une vie quasi-autarcique, comme son père Francè l'avait envisagée mais qui, disparu prématurément, ne put l'accomplir.

Pierre avait tout prévu. Pour les plans : pas de problème ! Jacques, son ami d'enfance, ingénieur des Ponts et chaussées, répondra volontiers ! Quand ils se rencontraient, mon père ne manquait jamais de dire en riant « *Avemù fatu tutt' à dui carriera indè i Ponts et chaussées* ». Je me demande si Jacques n'enviait pas un peu mon père d'avoir pu réaliser sa passion de jeunesse dans le *Giovaggio*.

Quarante ans après, mon père répondait au vœu de son père en accomplissant leur projet commun ! Les plans en main et le permis de construire en poche on pouvait commencer. Allez tout le monde sur le pont, paré à la manœuvre !

D'abord une *chjamata* pour couler la chape sur le *paghjaghju* et le petit bâti adjacent à ciel ouvert que Francè avait commencé à construire dans les années 1930.

Pour le gros œuvre, il montera les parpaings avec Ziu Nounou comme manœuvre ; pour la charpente, Dominique, de Corbara, menuisier ami de mon oncle, en fera son affaire ; pour l'électricité : mon parrain, adjudant-chef à la retraite, et pour la plomberie son frère Jean-André, qui avait appris le métier dans la marine marchande.

Et Paul (moi) pour charrier à dos d'âne les parpaings (livrés au même endroit que le « cadre » Vanucci du déménagement) pendant les vacances d'été. Mon frère Jean-Pierre, pourtant dispensé de travail par ma mère pour cause de maigreur et de jeunesse, mais très passionné par les équidés, ne me laissa pas seul profiter de l'ânesse. La pauvre quand j'y pense ! Elle préférerait certainement le voyage aller à charrier les briques sur le bât plutôt que le retour au galop qu'on lui imposait.

Puis petit à petit, avec leurs économies et sans crédits, la maison commencée en 1967 fut terminée, ou presque, à l'été 1969.

Partant ce fut pour mes parents – sans exagérer – une période de « cocagne paysanne », malgré les reproches à mon père quant à son choix de vie. Mais au fond d'elle-même, elle était assez satisfaite de son nouveau statut de propriétaire terrienne, modeste certes, mais au regard de ce que produisait la propriété... disons intéressant !

Et pour cause, jusqu'à vingt hectolitres de vin, les meilleures années, que mon père revendait ou plutôt offrait, vu le prix qu'il pratiquait (au grand dam de ma mère), à tous ses amis les « castors bâtisseurs », sans oublier Simon, qui laboura avec son bœuf la vigne jusqu'à la fin de sa vie...

Et quel vin ! Quand on en parlait c'était une litanie de cépages : *alicante, muscadello, nielluccio, carignanù, sciaccarellu, carcajolu, paga debiti*... Et quelle poésie en bouche, en particulier cette saveur boisée de la grappe des « petits vins » d'hier vendangés à la main.

## VIN D'ORANGE

### *Vinu d'aranciu*



#### PREMIÈRE RECETTE

##### *Ingrédients*

- 1 litre de vin rouge ou rosé
- 1 verre d'eau-de-vie
- 250 g de sucre
- 5 à 6 écorces d'oranges amères séchées
- 1 orange douce

##### *Préparation*

Faites macérer pendant trois semaines les écorces d'oranges amères dans le vin avec le sucre, l'eau-de-vie et l'orange douce coupée en tranches.

A la fin de la macération, conservez le vin d'orange en carafon. Servez-le frais

*Antoinette n'utilisait que le vin rouge, d'ailleurs mon père ne vinifiait pas de rosé car il estimait que nos cépages n'étaient pas appropriés.*

*« Ô cari ! Basta le p'tit rosé corse ! » avant qu'il ne tue nos merveilleux vins rouges. Pour l'apéritif prenez donc un vin d'orange ou notre admirable muscat du Cap Corse – le vrai – bien frappé et oubliez ces ersatz pétillants coupés et gazéifiés on ne sait où !*

#### DEUXIÈME RECETTE

##### *Ingrédients*

- 5 litres de vin rouge ou rosé
- 75 cl d'eau-de-vie
- 1,5 kg de sucre
- 4 oranges amères
- 2 oranges douces
- 1 petit citron

##### *Préparation*

Mélangez le vin, le sucre, toutes les oranges coupées en quatre (après les avoir fait rôtir enveloppées dans du papier aluminium dans des braises, à défaut dans votre four).

Ajoutez l'eau-de-vie et le petit citron coupé. Laissez macérer 40 jours avant de le mettre en bouteille.

1<sup>re</sup> recette

Vin d'orange  
faire sécher 5 à 6 écorces d'orange amères, ruscule  
en mettre dans 1 l de vin rosé, avec 250g sucre  
1 verre à montante d'eau de vie par litre pleure  
et 1 orange douce jus et peau mais pas séchée  
coupé en tranche. laisser macérer pendant  
3 semaines et filtrer. c'est prêt -

2<sup>de</sup> recette

5 litres de vin rose à 13° d'alcool. ajoutez  
1 kg 500 de sucre, 4 belles oranges amères les  
couper en 4 morceaux après les avoir fait  
légerement rôtir dans les braises ou  
enveloppées dans du papier aluminium  
2 oranges douces également rôties et coupées  
75 cl d'eau de vie et 1 petit citron coupé  
laissez macérer 40 jours et filtrer  
c'est prêt.

Les deux sont bons.

Et quelles vendanges ! Commencées très tôt le matin pour finir en début d'après midi car, si on s'arrêtait pour manger, on ne repartait plus. Et pour cause ! Anchoyades bien arrosées pour se mettre en jambes dès le matin au *spuntinu* de démarrage [pause casse-croûte].

Puis, quand les enfants avaient fini de fouler les raisins aux pieds dans le *palmentu* [fouloir] rempli à « babord » comme disait Jean-André qui avait navigué, et d'ajouter « *O ! Zitelli vi site lavati i pedi , o mancu ?* » Simon-Paul, le petit fils de Simon, s'en souvient encore.

Alors on passait à table en riant. Et quelle table ! *Suppa di pèsci* pour commencer, *cipolè piene*, rôtis de veau avec les haricots verts du jardin (sortis des bocaux), *furmagliu* [fromage] avec des *fiche* [figues fraîches], *fritelle* [beignets], *biscotti* [flan, tartes] et le tout arrosé avec le vin de la vigne.

L'après-midi, sieste au frais à l'ombre tamisée des oliviers. A l'endroit même où ma grand-mère Maria Francesca, dans les années trente, quand mon grand-père Francè mettait en valeur la propriété, descendait de Palmentu tous les jours préparer la *cullazione* [repas] pour ceux qui y travaillaient. A la fin du repas, elle leur apportait le café qu'elle versait dans les verres qu'on lui tendait, avec dans l'autre main la bouteille d'eau-de-vie qu'aucun ne refusait.

Quarante ans après, c'était ma mère qui proposait l'eau-de-vie sous les oliviers. Et quelle eau-de-vie ! Distillée avec le moût du raisin de la vigne. Combien de litres ? *Acqua in bocca* [motus et bouche cousue] !

A son passage, on la complimentait pour ses talents de cuisinière. Il faut dire qu'elle savait recevoir, en temps de vendanges c'était environ une quarantaine de personnes – et quels appétits – qu'il fallait rassasier. Mais grâce à l'Ortu, elle ne manquait de rien, qui, en outre, lui permettait d'étayer son budget : melons, poivrons, aubergines, tomates, courgettes,



Et tresses d'ail et d'oignons... primeurs qui avaient aussi la faveur de quelques commerçants d'Ile-Rousse : la boucherie de Mimie et François Paoli à l'Ile-Rousse en était approvisionnée pendant l'été pour la préparation des « plats à emporter », en contre partie l'ardoise en viandes des Cruciani était diminuée d'autant... Et la *cunserva*, des dizaines de kilos que Nène, l'épicière de la rue Pasquale-Paoli, réclamait, sans cesse à Antoinette... ce qui réduisait aussi son ardoise en épicerie.

Quelle maîtresse femme dans sa gestion quotidienne ! L'approvisionnement était garanti en œufs, avec le poulailler de Jérôme à proximité, et en été quelques poulets à engraisser achetés chez les Rossi qui en élevaient juste à côté...

Et tant et tant de fruits : pêches de vigne, raisins, melons, abricots, prunes à profusion...

... *ET LES FIGUES !*

*STOP !*

*Nant 'à a greta ùn ci hè più fichi,  
Si campa à l'usu francese.*



A mes filles Vanina et Lucile, leurs cousins Frank (parti trop tôt), Nicolas, Guillaume et leur cousine Audrey qui ont passé leurs vacances dans ce coin de Balagne – seuls avec leurs grands-parents – où ils ont pu goûter le jardin de cocagne *di Babbo*, à travers les plats cuisinés di *Mammo*, avec l'immense sentiment de liberté que leur offrait la campagne alentour et le bonheur de vivre en pleine nature loin de la ville.

A Elisa, Antoine et Louis, mes petits-enfants, et leurs cousins Jahrod, Ilhan, Lola, Lily-Rose, Zoé, Mathis et Alice, qui viennent aussi dans le *Giovaggio* régulièrement.



## BONU APITITTU À TUTTI



*Vi salutu cara ghjente  
Incù ste culazione  
Tante cene a u fucone  
Fate cume la vi sente  
Ma ancu tutte e variante  
Un temite e staghjone  
Sicura hè per nutrisce  
Nostra cucina casana  
Ma forse po smarrisce  
Un minimize sta cultura  
Mettimu core è passione  
Per salva e tratizione*

