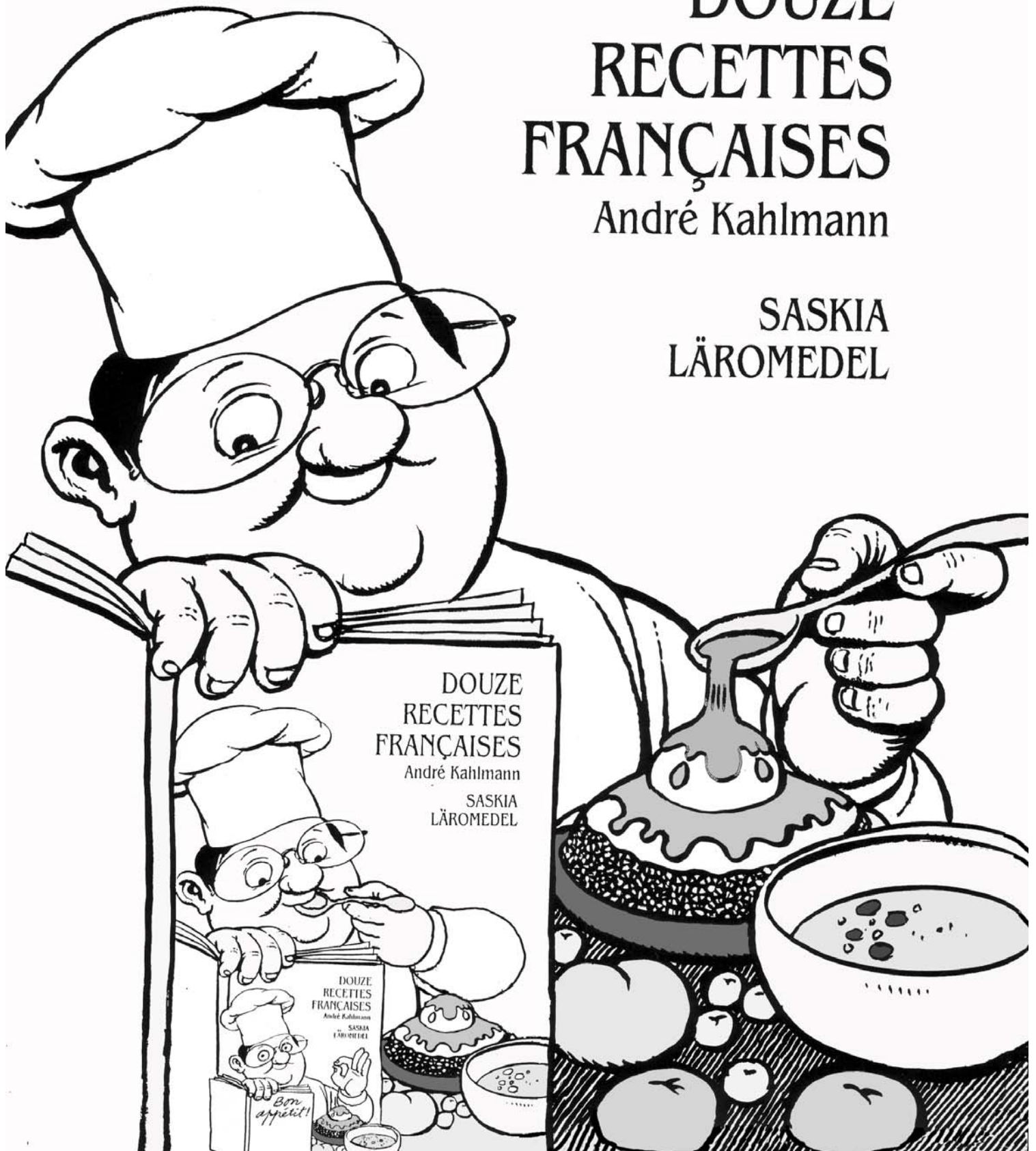


DOUZE RECETTES FRANÇAISES

André Kahlmann

SASKIA
LÄROMEDEL



Douze recettes françaises består av några recept som jag i flera år har använt i min undervisning i franska i gymnasieskolan. Recepten är inte alltför svåra och kräver inte heller några ovanliga eller dyrbara ingredienser. De flesta är välkända, med undantag av några elsassiska recept som jag varmt rekommenderar.

Vid genomgången i klassen kan recepten antingen behandlas vid skilda tillfällen i valfri ordning, eller också utgöra underlag för t.ex. koncentrationsdagar. Gloslistorna är så utförliga att materialet kan sättas in redan på ett mycket tidigt stadium.

Sist i häftet finns ett antal kompletterande kommentarer på svenska. Det är sådant som inte har sin plats i själva recepten men som ändå kan vara av intresse.

För många värdefulla synpunkter, både vad gäller recepttexter och gloslistor, tackar jag framför allt Lars Olsson i Ronneby.



André Kahlmann

© André Kahlmann och Saskia Läromedel

Omslag: Claude Lapointe, Strasbourg

Hela detta häfte såväl som enstaka recept får kopieras fritt i oförändrad skick och icke-kommersiella sammanhang av privatpersoner och lärare

Menu

1

Potage Parmentier

2

Pot-au-feu

3

Quiche lorraine

4

Tarte à l'oignon

5

Comment faire un pâté

6

Gratin dauphinois

7

Hachis Parmentier

8

Coq à la bière

9

Brochet à la crème

10

Bœuf bourguignon

11

Tarte aux pommes à l'alsacienne

12

Éclairs

Glöm inte läsa de svenska kommentarerna på nästsista sidan!

Potage Parmentier

Pour 4 personnes :

3–4 poireaux (300 g de blanc)
400 g de pommes de terre
1 litre d'eau
2 dl de lait
40 g de beurre
sel, poivre
ciboulette ou persil

le potage soppan

Antoine-Augustin Parmentier (1737-1813)

Frankrikes Jonas Alströmer

un poireau en purjolök

une pomme de terre en potatis

du lait mjölk

du beurre smör

du sel salt

du poivre peppar

de la ciboulette gräslök

- Lavez les pommes de terre et les poireaux.
 - Émincez la partie blanche des poireaux et faites-les blondir dans un peu de beurre dans une casserole.
 - Ajoutez les pommes de terre épluchées et coupées en fines rondelles.
 - Mouillez avec un litre d'eau froide. Salez et poivrez.
 - Faites cuire 30 minutes à feu moyen.
 - Battez le potage au mixer ou passez-le à travers une passoire fine.
 - Ajoutez le lait. Portez à ébullition. Rectifiez l'assaisonnement.
 - Avant de servir, saupoudrez de ciboulette ou de persil haché.
- Au lieu de prendre de l'eau pure, on peut y ajouter un peu de concentré de bouillon de viande ou de légumes.
 - On recommande parfois d'ajouter un peu de crème ou un jaune d'œuf pour lier le potage, en même temps qu'on ajoute le lait.
 - On peut servir ce potage avec des croûtons de pain frits au beurre.

laver tvätta, skölja

émincer skära i tunna skivor

faire blondir bryna lätt

une casserole en kastrull

ajouter tillsätta

éplucher skala

couper en fines rondelles skära i tunna skivor

mouiller avec hälla över

saler salta (jfr **le sel** saltet)

faire cuire koka

à feu moyen på ej för hög värme

battre vispa, här: köra

passer passera

à travers genom

une passoire fine en fin sil

porter à ébullition koka upp

rectifier l'assaisonnement smaka av

saupoudrer de strö över

haché hackad

au lieu de i stället för att

du bouillon de viande köttbuljong

parfois ibland

de la crème grädde

un jaune d'œuf en äggula

lier här: reda

en même temps que samtidigt som

un croûton en krutong, en smörstekt skiva eller tärning av franskt bröd, typ baguette

frit stekt, perfekt particip av **frire** fritera, steka

Pot-au-feu

Pour 6 personnes :

1–1½ kg de bœuf
3–4 litres d'eau
5–6 carottes
½ navet
1–2 poireaux
½ céleri-rave
1 gros oignon
2 gousses d'ail
1 clou de girofle
gros sel, laurier, persil

du bœuf nötkött (jfr **un bœuf** en oxe). För denna rätt, helst märgpipa eller högrev (en hel bit är att föredra framför flera mindre)
une carotte en morot
un navet en kålot
un poireau en purjolök
un céleri-rave en rotselleri
un oignon en (gul) lök
une gousse d'ail en vitlöksklyfta
un clou de girofle en kryddnejlika
du gros sel grovt salt
du laurier lagerblad

- Mettez dans une marmite l'eau froide, la viande et une poignée de gros sel.
 - Chauffez lentement en écumant souvent. Laissez bouillir doucement, sans couvrir entièrement.
 - Lavez et épluchez les légumes. Mettez-les dans la marmite. Ajoutez l'ail bien écrasé, le laurier et l'oignon piqué du clou de girofle. Écumez bien.
 - Laissez cuire trois heures et demie au total.
 - Retirez la viande et les légumes de la marmite. Passez le bouillon et dégraissez-le.
 - Pour la soupe, remettez dans le bouillon une partie des légumes coupés en petits morceaux et, si vous voulez, quelques petits morceaux de viande. Saupoudrez de persil haché.
 - Après la soupe, servez la viande et les légumes accompagnés de pommes frites. Avec la viande, n'oubliez pas de servir de la moutarde de Dijon.
- Si vous remplacez la viande de bœuf par une poule, vous obtiendrez une « poule au pot » (temps de cuisson : 1 h 30 à 2 h).

une marmite en gryta/stor kastrull
la viande köttet
une poignée en näve
chauffer värma
lentement långsamt
écumer skumma
bouillir koka
doucement sakta
couvrir täcka över, lägga locket på
entièrement helt
éplucher skala, rensa
ajouter tillsätta
écraser krossa
piquer sticka (löken med en kryddnejlika instucken)
cuire koka
retirer ta upp

passer sila
dégraisser skumma bort fettett från
remettre sätta/lägga tillbaka
couper skära
un morceau en bit
saupoudrer de strö över
haché hackad
accompagné de tillsammans med
la moutarde senapen. Nästan all fransk senap är stark, görs på vitt vin och kom förr i tiden från Dijon, i östra Frankrike.
remplacer ersätta
une poule en höna
obtenir få, erhålla
le temps de cuisson koktiden

Quiche lorraine

Pour 6–8 personnes :

Pâte Brisée :

250 g de farine

125 g de beurre

1 œuf

1 pincée de sel

4 cl d'eau froide

5–6 tranches de bacon (100g)

2 œufs

2 dl de crème (ou 1 dl de crème et 1 dl de lait)

50 g de gruyère râpé

1 pincée de sel

lorrain(e) från Lorraine (Lothringen), provins i nordöstra Frankrike

la pâte Brisée pajdegen

de la farine mjöl

du beurre smör

un œuf ett ägg

une pincée en nypa

du sel salt

une tranche en skiva

de la crème grädde

du lait mjölk

du gruyère schweizerost (kan ersättas med t.ex. gruvé)

râpé riven

- Préparez la pâte Brisée. Laissez-la reposer une heure au frais. On peut aussi préparer la pâte la veille et la garder dans le réfrigérateur.
 - Garnissez de pâte un moule à tarte de 30 cm de diamètre. Piquez le fond avec une fourchette. Faites précuire la pâte 10 minutes, au four à 175°.
 - Coupez le bacon en carrés que vous faites revenir.
 - Dans un bol, battez au fouet les 2 œufs auxquels vous ajoutez la crème (ou la crème et le lait), le fromage râpé et une pincée de sel.
 - Disposez les morceaux de bacon sur le fond de tarte et versez dessus le mélange d'œufs, de crème et de fromage râpé.
 - Remettez au four chaud (200°) pendant 20–25 minutes.
- Servez la quiche lorraine chaude, avec une bonne salade.

reposer vila

une heure en timme

au frais svalt

la veille dagen innan

garder förvara

le réfrigérateur kylskåpet

garnir klä (formen)

un moule à tarte en låg pajform

piquer le fond nagga botten

une fourchette en gaffel

précuire förgrädda

le four ugnen

couper skära

un carré en fyrkantig bit

faire revenir bryna

un bol en skål

battre vispa

le fouet handvispen, eg. piskan

auxquels till vilka

ajouter tillsätta

le fromage osten

disposer fördela jämnt

un morceau en bit

le fond de tarte tårtbotten

verser hälla

dessus över, på

le mélange blandningen

remettre sätta in igen

pendant 20–25 minutes i 20–25 minuter

Tarte à l'oignon

Pour 8 à 10 personnes, une tarte de 30 × 40 cm :

Pâte brisée :

350 g de farine
150 g de beurre
6 g de sel
8–10 cl d'eau froide

250 g d'oignons
125 g de beurre
50 cl de lait
60 g (1 dl) de farine
2 jaunes d'œufs
sel, poivre, muscade
100 g de lard fumé maigre

un oignon en lök
la pâte brisée pajdegen
de la farine mjöl
du beurre smör
du sel salt

du lait mjölk
un jaune d'œuf en äggula
du poivre peppar
de la muscade muskot(nöt)
du lard fumé maigre magert rökt sidfläsk

- Garnir le moule à tarte avec la pâte brisée. Piquer le fond avec une fourchette.
 - Émincer les oignons. Les faire dorer dans 75 g de beurre. (Ne pas les laisser devenir bruns !)
 - Faire fondre 50 g de beurre dans une grande casserole. Ajouter la farine et mélanger vite. Ajouter le lait en mélangeant bien pour éviter les grumeaux. Saler, poivrer et ajouter un peu de muscade râpée. Laisser cuire pendant 10 minutes.
 - Retirer le tout du feu et ajouter les deux jaunes d'œufs puis les oignons, en mélangeant.
 - Couper le lard en bâtonnets.
 - Verser la sauce avec les oignons dans le moule garni. Parsemer de bâtonnets de lard.
 - Faire cuire à four chaud (200°) pendant 25 minutes environ.
 - Servir très chaud.
- La tarte à l'oignon n'est pas un dessert, mais une entrée ou un « petit plat seul ». En Alsace, elle se mange chaude ou réchauffée, avec un verre de vin blanc.

garnir klä (formen)
un moule à tarte en låg pajform
piquer le fond nagga botten
une fourchette en gaffel
émincer skära i tunna skivor
faire dorer bryna lätt
(faire) fondre smälta
ajouter tillsätta
mélanger blanda, röra om

vite snabbt, här: kraftigt
éviter undvika
un grumeau en klump
saler salta
poivrer peppra
râpé riven
cuire koka (även: grädda)
retirer du feu lyfta av från plattan
couper skära

un bâtonnet en strimla
verser hälla
parsemer de fördela jämnt
le four ugnen
environ ungefär
une entrée en förrätt
un plat här: en rätt
seul enda, ensam
réchauffé uppvärmd

Comment faire un pâté

Voici une recette de base très simple :

1 kg de chevreuil
350 g de lard fumé
300 g de foie
500 g de viande hachée
5 œufs
2 oignons
4 dl de vin rouge
30 g de farine
20 baies de genièvre
4 feuilles de laurier
1 cuillère à café de poivre
1 cuillère à café d'estragon
3 cuillères à café de thym
4 cuillères à café de sel
bouillon de viande et gélatine

du chevreuil rådjurskött
du lard fumé rökt sidfläsk
du foie lever (ta ungnötslever eller kycklinglever)
de la viande hachée köttfärs
un œuf ett ägg
un oignon en lök
de la farine mjöl
une baie de genièvre ett enbär
une feuille de laurier ett lagerblad
une cuillère à café en kaffesked, som mått = en svensk tesked (5 ml)
du poivre peppar
de l'estragon (m) dragonört
du thym timjan
du sel salt
du bouillon de viande köttbuljong

- Coupez en lanières les beaux morceaux de la viande de chevreuil. Hachez le reste avec le foie et le lard fumé.
- Mélangez la viande, les épices broyées, les oignons hachés et le vin.
- Mettez au frais 24 heures.
- Ajoutez les œufs et la farine. Remplissez aux $\frac{3}{4}$ une ou plusieurs terrines avec ce mélange. (Comptez 2½–3 litres pour un pâté de cette composition.)
- Faites cuire à four moyen (175–200°), à couvert, 1 heure 30 environ. Le pâté est prêt quand le jus qui en sort est clair.
- Laissez refroidir deux heures environ, et versez dessus du bouillon auquel vous aurez ajouté de la gélatine. (8 feuilles de gélatine par demi-litre de bouillon — voyez le mode d'emploi sur le paquet de gélatine.)
- Servez froid, avec des cornichons.
- On peut remplacer le chevreuil par de la viande d'élan par exemple. Si vous achetez du hachis d'élan (ce qui vous épargnera du travail), remplacez les 500 g de viande hachée (bœuf, ou bœuf et porc) par du jambon que vous couperez en lanières.

couper skära
une lanière en strimla
un morceau en bit
hacher mala (kött), hacka (grönsaker)
mélanger blanda
une épice en krydda
broyé krossad
mettre au frais ställa svalt
ajouter tillsätta
remplir fylla
plusieurs flera
une terrine en eldfast (stengods)form
le mélange blandningen

compter beräkna
la composition sammansättningen
cuire gräddas
à four moyen i medelgod ugnsvärme
à couvert under lock
environ ungefär
prêt färdig, klar
le jus här: skyn
sortir komma ut
clair klar
refroidir kallna
verser hälla
dessus över

auquel till vilken
ajouter tillsätta
un demi-litre en halvliter
le mode d'emploi bruksanvisningen
un cornichon en liten ättiksgurka
remplacer ersätta
un élan en älg
le hachis färsen
épargner bespara
du bœuf nötkött (**un bœuf** en oxe)
du porc fläsk (jfr **un porc/un cochon** en gris)
du jambon skinka

Gratin dauphinois

Pour 4 personnes :

1 kg de pommes de terre
1,5 dl de crème
2,5 dl de lait
100 g de fromage râpé
1 gousse d'ail
50 g de beurre
sel, poivre

dauphinois från Dauphiné, provins i sydöstra Frankrike
une pomme de terre en potatis
de la crème grädde (visp- eller kaffegrädde, eller crème fraîche)
du lait mjölk
du fromage râpé riven ost
une gousse d'ail en vitlöksklyfta
du beurre smör
du sel salt
du poivre peppar

- Épluchez les pommes de terre et coupez-les en tranches fines.
- Frottez un moule à gratin avec une gousse d'ail, et beurrez-le.
- Recouvrez le fond du moule d'une couche de pommes de terre.
- Salez, poivrez et saupoudrez avec un peu de fromage râpé.
- Continuez de la même manière avec une deuxième, puis une troisième couche de tranches de pommes de terre.
- Après la dernière couche, salez, poivrez, ajoutez le reste de fromage râpé et versez dessus la crème et le lait.
- Répartissez dessus quelques noisettes de beurre.
- Mettez au four chaud (225°) 10 minutes, puis baissez la température à 150°.
- Au bout de 40 minutes, contrôlez que le gratin est prêt en le piquant avec une fourchette.

éplucher skala
couper skära
une tranche en skiva
frotter gnida
un moule en form
beurrer smöra
recouvrir täcka
le fond botten
une couche ett lager
saler salta
poivrer peppra
saupoudrer strö över
continuer fortsätta
de la même manière på samma sätt
deuxième andra

troisième tredje
dernier sista
ajouter tillsätta
verser hälla
dessus över
répartir fördela jämnt
une noisette de beurre en smörklick
mettre här: sätta in
le four ugnen
puis (och) sedan
baisser sänka
au bout de efter
prêt klar, färdig
piquer sticka
une fourchette en gaffel

Hachis Parmentier

Pour 4 personnes :

500 g de purée de pommes de terre
500 g de hachis de bœuf
2 oignons
1 boîte de tomates en conserve (400 g)
50 g de beurre
50 g de fromage râpé
sel, poivre

du hachis färs
Antoine-Augustin Parmentier (1737-1813) Frankrikes
Jonas Alströmer
de la purée (de pommes de terre) (potatis)mos
du hachis de bœuf nötfärs
un oignon en lök
une boîte en burk
du beurre smör
du fromage râpé riven ost
du sel salt
du poivre peppar

- Tapissez le fond d'un plat à gratin avec la moitié de la purée de pommes de terre.
- Hachez les oignons et faites-les revenir à la poêle, dans un peu de beurre.
- Ajoutez-y la viande hachée et laissez cuire en remuant bien.
- Assaisonnez. Ajoutez les tomates en conserve, avec leur jus. Laissez cuire doucement pendant 5 minutes.
- Versez ce mélange dans le plat à gratin, sur la purée.
- Recouvrez avec le reste de purée.
- Saupoudrez de fromage râpé.
- Faites dorer à four chaud (225°) 20 minutes environ.

- La base de cette recette est un hachis de viande recouvert d'une couche de purée de pommes de terre. En général on prépare le hachis Parmentier avec de la viande de bœuf bouillie puis hachée, mais il est plus économique et plus simple d'acheter directement du hachis. On peut aussi se servir de toutes sortes de restes de viande.
- Autres suggestions pour l'assaisonnement : persil, basilic, origan.

tapisser täcka
le fond botten
un plat à gratin ett gratängfat
la moitié hälften
hacher hacka
faire revenir bryna
à la poêle i stekpanna
ajouter tillsätta
la viande köttet
cuire steka, koka
remuer röra om
assaisonner krydda
le jus spadet
doucement sakta
verser hälla
le mélange blandningen

recouvrir täcka över
saupoudrer de strö över
faire dorer låta få färg
à four chaud i stark ugnsvärme
environ ungefär
la base grunden
du hachis de viande köttfärs
une couche ett lager
en général i allmänhet
bouillir koka
puis (och) sedan
économique billig
simple enkel
se servir de qqch. använda ngt
une suggestion ett förslag
de l'origan (m) oregano

Coq à la bière

Pour 4 ou 5 personnes :

1 poulet de 1,2 à 1,5 kg
33 cl de bière blonde
4 échalotes
100 g de beurre
un peu d'huile
2 dl de crème fraîche
200 g de champignons de Paris
persil
sel et poivre

un coq en tupp
un poulet en kyckling
de la bière blonde ljust öl (lättöl går bra)
une échalote en schalottenlök
du beurre smör
de l'huile (f) olja
de la crème fraîche crème fraîche (man kan ta vanlig vispgrädde i stället)
un champignon de Paris en champinjon (**un champignon** en svamp)
du sel salt
du poivre peppar

- Couper le poulet en morceaux.
- Nettoyer et émincer les champignons.
- Faire sauter les morceaux de poulet dans 50 g de beurre et un peu d'huile.
- Ajouter les échalotes hachées finement et les champignons.
- Quand tout est bien doré, mouiller avec la bière.
- Assaisonner et laisser mitonner à petit feu et à couvert, 1 heure environ.
- Peu avant de servir, dresser les morceaux de poulet sur un plat creux et tenir au chaud.
- Faire réduire de moitié, à feu vif, le jus de cuisson ; le lier avec la crème et 50 g de beurre ; battre cette sauce au fouet pour lui donner un aspect mousseux et la verser sur les morceaux de poulet.
- Saupoudrer de persil haché finement et servir chaud accompagné de nouilles.

couper skära
un morceau en bit
nettoyer rensa
émincer skära i skivor
faire sauter bryna
ajouter tillsätta
haché hackad
être doré ha fått färg
mouiller avec hälla över
assaisonner krydda
mitonner småputtra
à petit feu på låg värme
à couvert under lock
environ ungefär
dresser lägga upp

un plat creux ett djupt fat
tenir au chaud hålla varmt
faire réduire koka ihop
de moitié till hälften
à feu vif på hög värme
le jus de cuisson kokvätskan
lier reda
battre vispa
le fouet handvispen
l'aspect (m) utseendet
mousseux krämig
verser hälla
saupoudrer de strö över
accompagné de tillsammans med
des nouilles (f) nudlar

Brochet à la crème

Pour 6 personnes :

1 brochet de 1½ à 2 kg
50 + 25 g de beurre
100 g d'échalotes ou 2 oignons
25 cl de vin blanc
3 dl de crème
jus de citron
persil, sel, poivre

un brochet en gädda
du beurre smör
une échalote en schalottenlök
un oignon en (gul) lök
de la crème grädde
du sel salt
du poivre peppar

- Videz et grattez le brochet. Mettez-le dans une poissonnière à grille grassement beurrée. Parsemez d'échalotes ou d'oignons émincés.
- Mettez le brochet au four chaud (250°). Au bout de 10 minutes, mouillez avec le vin et avec la crème. Salez et poivrez. Baissez la température du four à 225°.
- Faites cuire en tout une heure environ, selon le poids du brochet. Arrosez souvent.
- Disposez le brochet sur un plat de service. Rectifiez la sauce. Ajoutez du jus de citron et un peu de beurre.
- Nappez le brochet et parsemez de persil haché.
- Servez avec des pommes de terre bouillies.

vider ta ur
gratter fjälla
une poissonnière à grille en fiskkittel med galler
grassement beurré välsmord
parsemer de strö över, här: lägga på
émincé skuren i tunna skivor
le four ugnen
au bout de efter
mouiller avec hälla över
saler salta
poivrer peppra
baisser sänka
cuire koka

en tout sammanlagt
environ ungefär
selon beroende på
le poids vikten
arroser ösa, hälla över
souvent ofta
disposer lägga upp
un plat de service ett serveringsfat
rectifier smaka av
ajouter tillsätta
napper hälla såsen över
haché hackad
bouilli kokt

Bœuf bourguignon

Pour 5 ou 6 personnes :

1 kg de bœuf
10 petits oignons
150 g de champignons de Paris
25–35 cl de vin rouge
de l'huile et du beurre
1 cuillère à soupe de farine
3 carottes
1 morceau de céleri-rave
thym, laurier, persil
sel, poivre

bourguignon från Bourgogne, provins i östra Frankrike
du bœuf nötkött, t.ex. mörghäls eller högrev, eller grytbitar
un oignon en lök
un champignon de Paris en champinjon
de l'huile (f) olja
du beurre smör
une cuillère à soupe en matsked
de la farine mjöl
une carotte en morot
un morceau en bit
un céleri-rave en rotselleri
du thym timjan
du laurier lagerblad
du sel salt
du poivre peppar

- Dans une cocotte, faites revenir le bœuf coupé en morceaux carrés de 3–4 cm.
 - Saupoudrez de farine en remuant bien.
 - Lorsque la farine est dorée, mouillez avec le vin et avec de l'eau, de manière à presque recouvrir la viande. Salez, poivrez, ajoutez un peu de thym et de laurier.
 - Nettoyez les carottes et le céleri-rave, et mettez-les dans la cocotte.
 - Laissez cuire à petit feu et à couvert 3 heures environ.
 - Une demi-heure avant la fin de la cuisson, ajoutez les petits oignons et les champignons que vous aurez fait dorer dans du beurre.
 - Rectifiez l'assaisonnement, saupoudrez de persil haché et servez avec du riz ou avec des pommes de terre bouillies.
- Vous pouvez varier cette recette selon votre goût, par exemple en ajoutant des bâtonnets de lard fumé que vous ferez d'abord revenir, ou en ajoutant d'autres légumes ou d'autres épices. On peut aussi remplacer l'eau — ou même le vin — par du bouillon.
 - On recommande en général de ne pas faire revenir la viande dans du beurre, mais dans de l'huile.
 - Vous pouvez très bien préparer votre bœuf bourguignon la veille, ou en faire assez pour qu'il en reste le lendemain.

une cocotte en gryta
faire revenir bryna
coupé skuren
carré fyrkantig
saupoudrer de strö över
remuer röra om
lorsque när
doré gyllenbrun (som fått färg)
mouiller (avec) hälla över
de manière à så att
presque nästan
recouvrir täcka
la viande köttet

saler salta
poivrer peppra
ajouter tillsätta
nettoyer rensa, ansa
cuire koka
à petit feu på svag värme (**le feu** elden)
à couvert under lock
environ ungefär
une demi-heure en halvtimme
la cuisson koktiden
faire dorer bryna så att de får fin färg (**doré** gyllenbrun)

rectifier l'assaisonnement smaka av
haché hackad
une pomme de terre en potatis
bouilli kokt
selon votre goût allt efter smak
un bâtonnet en (liten) strimla
du lard fumé rökt sidfläsk
une épice en krydda
remplacer ersätta
en général i allmänhet
la veille dagen innan
le lendemain nästa dag

Tarte aux pommes à l'alsacienne

Pour une tarte de 30 cm de diamètre :

Pâte brisée :

200 g de farine
100 g de beurre
1 œuf
20 g de sucre
1 pincée de sel
3–4 cl d'eau froide

1 kg de pommes
20 g de sucre

Flan :

40 g de sucre
1 œuf
5 cl de crème et 5 cl de lait
½ cuillère à café de sucre vanillé

une pomme ett äpple

à l'alsacienne på elsassiskt vis (av **Alsace**, provins i östra Frankrike)

la pâte brisée pajdegen

de la farine mjöl

du beurre smör

un œuf ett ägg

du sucre socker

une pincée en nypa

du sel salt

le flan (en sorts) kräm

de la crème (visp)grädde

du lait mjölk

une cuillère à café en kaffesked, som mått = en svensk tesked (5 ml)

du sucre vanillé vanillinsocker

- Préparez la pâte brisée et laissez-la reposer une heure au frais.
 - Saupoudrez d'un peu de farine un moule à tarte de 30 cm de diamètre. Foncez-le avec la pâte brisée. Piquez le fond avec une fourchette.
 - Coupez les pommes en quartiers, épluchez et épépinez-les. Disposez-les dans le moule à tarte. Saupoudrez de 20 g de sucre. Mettez au four chaud (225°).
 - Préparez le flan : Mélangez le sucre, le sucre vanillé et l'œuf, puis ajoutez la crème et le lait.
 - Après environ 20 minutes, quand la pâte et les pommes sont presque cuites, versez le flan sur la tarte, sans recouvrir les pommes entièrement. Remettez la tarte au four jusqu'à ce qu'elle ait pris une belle couleur (10 à 15 minutes).
 - Saupoudrez la tarte de sucre glace, et servez-la de préférence lorsqu'elle est encore tiède.
- On fait les meilleures tartes avec les pommes qui sont un peu acides.

reposer vila

une heure en timme

au frais svalt

saupoudrer de strö över

un moule à tarte en låg pajform

foncer le moule klä formen

piquer le fond nagga botten

une fourchette en gaffel

couper skära

un quartier en klyfta

éplucher skala

épépiner kärna ur, ta bort

kärnhuset (**un pépin** en kärna)

disposer lägga ut

le four ugnen

mélanger blanda, röra ihop

ajouter tillsätta

environ ungefär

presque nästan

cuit färdiggräddad

verser hälla

sans utan (att)

recouvrir täcka

entièrement helt

jusqu'à ce qu'elle ait pris tills den har fått (fin färg)

la couleur färgen

du sucre glace florsocker

de préférence helst

lorsque när, medan

encore ännu, fortfarande

tiède ljum

les meilleures de godaste

acide syrlig

Éclairs

Pâte à choux (pour 15–20 éclairs) :

125 g de farine
100 g de beurre
2,5 dl d'eau
4 g de sel
10 g de sucre
4 œufs

Crème pâtissière :

3 œufs
100 g de sucre
30 g de farine
3,5 dl de lait
1 cuillère à café de sucre vanillé

un éclair eg. "blytbakelse"

la pâte à choux petits-choux-smet, vanlig i efterrätter och andra bakverk

un chou à la crème en petit-chou jfr (**un chou** ett kålhuvud och **mon chou** älskling!)

de la farine mjöl

du beurre smör

du sel salt

du sucre socker

un œuf ett ägg

la crème pâtissière vanlig fyllningskräm

du lait mjölk

une cuillère à café en kaffesked, som mått = en svensk tesked (5 ml)

du sucre vanillé vanillinsocker

Préparation de la pâte à choux :

- Dans une casserole assez large, faites bouillir l'eau avec le beurre, le sel et le sucre. Ajoutez la farine, tout à la fois. Remuez sans arrêt avec une cuillère en bois jusqu'à ce que la pâte ne colle plus.
- Retirez du feu. Ajoutez les œufs, un à un, en mélangeant bien. La pâte doit être assez molle, mais pas liquide. Si par contre elle est encore trop ferme, ajoutez un cinquième œuf.
- Mettez la pâte dans une poche à douilles et faites des bâtonnets de 10 cm sur la plaque du four.
- Faites cuire à four moyen (200°) 25–30 minutes. La pâte doit être bien ferme au toucher, et même un peu sèche.
- Laissez refroidir.

Préparation de la crème pâtissière :

- Dans une casserole, mélangez le sucre, la farine tamisée, le sucre vanillé et les œufs. Ajoutez le lait bouillant et laissez cuire 2–3 minutes en remuant.
- Faites refroidir la crème dans le réfrigérateur.
- Fendez les éclairs sur le côté et remplissez-les avec la crème pâtissière.
- Glacez-les avec un mélange de sucre glace et un peu d'eau.

une casserole en kastrull

large bred, vid

faire bouillir koka upp

ajouter tillsätta

tout à la fois allt på en gång

remuer röra om

sans arrêt hela tiden

une cuillère en bois en träsked

jusqu'à ce que till dess att

coller eg. klibba (här: tills smeten släpper kastrullbotten)

retirer du feu lyfta av från värmen

un à un ett i sänder

mélanger blanda, röra om

doit måste

mou, molle mjuk

liquide flytande

par contre däremot

encore fortfarande

ferme fast

une poche à douilles en spritspåse

un bâtonnet en stång

la plaque du four ugnsplåten

cuire här: grädda (även koka)

à four moyen i medelgod

ugnsvärme

être ferme au toucher kännas fast

même till och med

sec, sèche torr

refroidir kallna

tamiser (la farine) sikta (mjölet)

bouillant kokande

le réfrigérateur (i vardagspråk **le frigo**) kylskåpet

fendre klyva, skära upp

sur le côté längs sidan

remplir fylla

glacer glasera

du sucre glace florsocker

Diverse kommentarer till recepten

1 Potage Parmentier

- Välj små purjolökar, som bara har lite grönt.
- Man bör använda en mixer om man vill få en riktigt "krämig" soppa.

2 Pot-au-feu

- Det verkar kanske förvånande att receptet innehåller så mycket kött, men det går knappast att göra en pot-au-feu på mindre än 1 kg kött.

3 Quiche lorraine

- Stek baconskivorna utan fett och låt dem sedan rinna av på en bit hushållspapper. Quichen blir då mindre fet.
- Man kan också göra quiche på enbart ost, eller på ost och skinka. Prova dig fram och se vad du tycker bäst om!

4 Tarte à l'oignon

- Passar utmärkt som vickningsrätt!
- Lugna alla som inte gillar lök, för de flesta tycker nog ändå om lökpaj.
- Gör inte pajen för tjock (degen ca 3 mm, och inte för mycket fyllning).
- Lökpajen kan mycket väl djupfrysas.

5 Pâté

- Det blir mycket pâté på dessa köttmängder, men en del kan ju djupfrysas.
- Man måste förstås ha en köttkvarn för att mala köttet.
- Pâtén krymper vid tillagningen (ca 10%?). Skyn runt omkring brukar sugas upp av pâtén medan den kallnar. Finns det sky kvar efter ett par timmar, håll av den, och använd den till gelén.
- Det spelar inte så stor roll hur mycket man tar av de olika köttsorterna. Pâtén blir alltid god. Anteckna varje gång hur mycket du har tagit av varje köttstort, och jämför sedan.
- Har man råd, kan man ta med ett glas madeira i marindnen, eller en skvätt madeira eller sherry i gelén.

6 Gratin dauphinois

- Passar utmärkt till rostbiff, lammstek m.m.
- Som rivost brukar man ta gruyère (schweizerost), men det går bra med andra hårdostar också (t.ex. herrgårdsost eller grévé).

7 Hachis Parmentier

- Tomaterna i burk kan ersättas med tomatpuré uttrörd i lite vatten.
- Prova också med lite rökt skinka i köttfärsen.

8 Coq à la bière

- Låt inte kycklingen koka för länge!

9 Brochet à la crème

- Se till att det alltid finns tillräckligt med vätska. (Det skall ju bli en sås av det.)

10 Bœuf bourguignon

- 1 kilo nötkött låter kanske mycket, men det går nog åt.
- Kan sparas ett par dagar i kylskåp.

11 Tarte aux pommes

- Det vanligaste felet är att både pajskalet och fyllningen görs för tjocka. Degen skall kavlas tunt (ca 2 mm) och äppelklyftorna skall inte vara för tjocka heller (ca 1 cm).
- I stället för att skära äpplena i klyftor kan man göra äppelringar, vilket också ser snyggt ut.
- Ta inte ut pajen för tidigt ur ugnen. Fyllningen ska ha fått färg.
- Man kan ta samma recept med körsbär (ej urkärnade), plommon (med skalen nedåt!), blåbär eller päron. Om man väljer körsbär eller blåbär, måste degen förgräddas i ca 10 minuter, eftersom bären innehåller mycket saft.

12 Éclairs

- Receptet är inte så svårt som det ser ut. I franska kokböcker brukar det betecknas som "élémentaire"!
- Éclairerna skall vara spröda när de tas ur ugnen. Försök ev. med att låta dem vara kvar ca 10 minuter i den avstängda ugnen.
- Förvara inte éclairerna i kylskåp, för då blir degen mjuk.
- Prova också med kakaopulver eller snabbkaffe i stället för vanillinsocker. Man brukar då även ha choklad eller kaffe i glasyren.

Du vet väl att Saskia också har en mängd

matnyttiga dataprogram

för undervisning i bl.a.

engelska

franska

italienska

latin

ryska

spanska

tyska

Saskia Läromedel

Odengatan 14 114 24 Stockholm tel. 08-15 28 45

www.saskia.se