



TRÉSORS DES CARNETS *de Julie*

Chaque semaine, Julie Andrieu parcourt les régions françaises et nous fait partager les richesses culinaires des terroirs grâce à son émission Les Carnets de Julie. Elle a rassemblé les plus savoureuses et authentiques gourmandises à déguster en famille ou entre amis.

RECETTES JULIE ANDRIEU
PHOTOGRAPHIES VIRGINIE GARNIER

LE NOUGAT DE TOURS *de Dominique*

Je dois cette recette à Dominique Briquet, boulanger-pâtissier à Lignières-de-Touraine. Lointain cousin du *nucatum* romain – à base de noix, de miel et d'œufs – ce dessert est constitué d'une pâte sucrée, de confiture d'abricot, de fruits confits, le tout recouvert d'une macaronnade. Ses origines remonteraient à la Renaissance. Tombé aux oubliettes après la Seconde Guerre mondiale, ce nougat a retrouvé ses lettres de noblesse grâce à la confrérie du nougat de Tours. Les Tourangeaux ne prennent pas la gourmandise à la légère.



6 PARTS



20 MIN PRÉPARATION



30 MIN CUISSON



15 MIN REPOS

POUR LE FOND DE PÂTE SUCRÉE

70 g de beurre mou
140 g de farine
1 petit œuf (45 g)
35 g de sucre
1/2 c. à c. de sel

POUR LA GARNITURE

120 g de fruits confits
3 cl de kirsch
80 g de confiture d'abricot
80 g de sucre semoule
120 g de blancs d'œufs
soit 4 blancs d'œufs
80 g de poudre d'amandes

- ❖ Coupez les fruits confits en petits dés. Arrosez-les de kirsch, remuez bien et laissez reposer.
- ❖ Dans le bol d'un mixeur, mettez tous les ingrédients de la pâte et mixez brièvement jusqu'à ce que le mélange forme une boule.
- ❖ Façonnez la boule et déposez-la sur une grande feuille de papier cuisson. Aplatissez-la légèrement et déposez une deuxième feuille de papier cuisson sur le dessus.

- ❖ Étalez jusqu'à un diamètre permettant de tapisser un moule à manqué de 20 cm de diamètre, puis placez ce disque au frais 15 min au moins.
- ❖ Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Foncez le moule beurré avec la pâte et entreposez 10 min au congélateur.
- ❖ Étalez la confiture sur le fond de tarte et répartissez les fruits confits.
- ❖ Tamisez ensemble la poudre d'amandes et le sucre.
- ❖ Montez les blancs en neige ferme et ajoutez le mélange sucre-poudre à l'aide d'une spatule. Versez ce mélange sur les fruits et enfournez. Laissez cuire 30 min.

LES CONSEILS DE Julie

- La recette originelle comprend du cédrat et des abricots confits, peu sucrés, c'est pourquoi je recommande de privilégier les fruits pas trop sucrés.
- Je remplace volontiers le kirsch par du marasquin, une liqueur de cerise italienne.



Le nougat



La Fallue

LA FALLUE de Philippe

Philippe est boulanger à Saint-Germain-en-Laye, mais originaire du pays d'Auge. Il a remporté plusieurs fois la médaille d'or du concours de fallue et de teurgoule organisé par la confrérie. C'est dire si sa recette est éprouvée ! Cette pâte peut se travailler à la main, mais le batteur électrique a tout de même ses charmes...



1
FALLUE



30 MIN
PRÉPARATION



25 MIN
CUISSON



3 H 20
REPOS

500 g de farine T55
100 g de beurre pommade
100 g de crème épaisse
5 œufs selon leur taille (400 g net environ sans coquille)

50 g de sucre
10 g de sel
18 g de levure fraîche de boulanger

- ❖ Dans une cuve de batteur électrique ou dans une jatte, si vous travaillez à la main, versez tous les ingrédients sauf 1 œuf et la levure. Faites tourner le crochet très lentement pendant 30 sec.
- ❖ Ajoutez la levure émiettée et faites tourner le crochet 10 min tout doucement. Ajoutez éventuellement un peu de crème pour assouplir la pâte ou de farine pour l'épaissir un peu. Elle doit être très souple sans coller aux doigts.
- ❖ Façonnez la pâte en boule en la pliant 2 ou 3 fois et placez-la sur un torchon fariné, recouvrez-la avec le torchon pour qu'elle ne se dessèche pas. Laissez gonfler 2 h à une température autour de 22 °C.
- ❖ Écrasez la pâte avec la paume de la main et repliez-la sur elle-

même en longueur de façon à obtenir un gros boudin. Scellez la pâte avec la base du poignet et déposez le pâton sur une plaque à pâtisserie huilée, la césure vers le dessous. Laissez lever encore 1 h 20 à 30 °C, dans une pièce chaude ou dans le four.

- ❖ Préchauffez le four à 190 °C (th. 6).
- ❖ Cassez l'œuf restant et fouettez-le avec une bonne pincée de sel. Dorez la fallue au pinceau et formez un chapeau sur le dessus en l'entallant peu profondément avec la pointe d'une paire de ciseaux, sans jamais sortir la pointe située sous la pâte.
- ❖ Enfournez et laissez cuire 25 min environ.
- ❖ Mangez la fallue chaude, de préférence, même si elle se conserve aisément 2 jours, entourée d'un linge. Une fois froide, elle est délicieuse légèrement toastée et accompagne idéalement la teurgoule.

LE CONSEIL DE Julie

On trouve désormais la levure fraîche dans la plupart des grandes surfaces, mais le plus simple est encore de l'acheter chez votre boulanger.