



BARBEC&YOU



METS DE L'HUILE ET CHAUFFE LE GRIL !

2024

Barbecue-party

Piscine, foot ou encore pétanque...
toutes les soirées grill !

La côte de bœuf

Nature ou marinée,
mais toujours la plus appréciée !

Tout entier sur la grille

Découvrez le surprenant
poulet crapaudine.



Avec

LES RECETTES

de Rafa, expert du grill !

Et youtubeur sur la chaîne « Le Barbecue de Rafa »



despi
LE BOUCHER depuis 1933

ÉDITO

» Le barbecue, un classique à revisiter cette année grâce à votre boucher !

Qui dit beaux jours, dit barbecue de retour !

C'est le moment tant attendu pour les fans de viande grillée mais aussi pour tous ceux qui aiment ces instants de convivialité et de partage en famille ou entre amis.

Chez Despi le Boucher, on met tout en œuvre pour vous régaler et vous aider à réussir vos soirées grill !

Conseils dans les choix ou dans la préparation, grands classiques, produits revisités ou encore surprises sur la grille, on vous propose de re-découvrir le barbecue et tout ce qui peut le composer, afin de briller auprès de vos futurs invités !

Pour devenir un as du barbecue et un spécialiste de la grillade, c'est par ici.

Bonne lecture.

SOIRÉE FRAÎCHE ? BARBECUE QUAND MÊME !

Qui a dit que le soleil était indispensable pour faire un barbecue ? On peut tout à fait en profiter même quand le temps se gâte ! Une soirée fraîche mais chaleureuse autour du grill, c'est d'ailleurs le moyen de surprendre votre entourage. Quelques astuces permettent de vous assurer d'être bien et de vous régaler à coup sûr :

prévoyez des chauffages d'appoint (appelés aussi parasols chauffants) en terrasse si besoin, prévenez tout le monde que cela se passera dehors pour bien s'équiper, protégez votre grill du vent, et enfin, pensez à chauffer vos assiettes au micro-ondes au préalable, pour que les aliments déposés restent chauds !

Et n'oubliez pas le plan B, si le temps est trop capricieux, barbecue sous un abri à l'extérieur, mais fête à l'intérieur ! Les plus aventureux pourront même poursuivre les barbecues en automne et en hiver. Mais d'abord profitons de l'été, chaque chose en son temps !

AVEC LA COLLABORATION DE RAFA



Grâce à l'expert du barbecue et youtubeur sur la chaîne « Le Barbecue de Rafa » (QR code à flasher), retrouvez tout au long de ce magazine, conseils, astuces et recettes spéciales pour ne plus louer aucune cuisson au barbecue !



LE BARBECUE

À LA

FRANÇAISE !



» Un rituel américain
devenu une tradition française.

Les français se sont emparés du barbecue.

D'origine amérindienne, le barbecue moderne, grâce à son industrialisation, a explosé dans les années 1950 aux États-Unis, avant de s'importer en Europe, notamment en France.

Au fil des années, cela est rapidement devenu une véritable tradition chez les français. C'est le rendez-vous de l'été chaleureux et délicieux. Mais il a bien sûr évolué avec son temps, que ce soit au niveau technique, avec l'apparition des grils à gaz et planchas, ou au niveau culinaire. En effet, peu à peu, des spécificités locales et régionales s'invitent sur le gril comme la saucisse de Morteau pour les francs-comtois, le magret de canard dans le sud-ouest, ou même plus étonnant au niveau national, les escargots, 100% français bien sûr chez Despi le Boucher !



Le barbecue, sport national !

Pour beaucoup de français, le barbecue est devenu une vraie passion ! Chaque année se déroule même le très réputé championnat de France de Barbecue aux Saintes-Maries-de-la-Mer, durant lequel 75 équipes de 3 à 5 membres s'affrontent dans une épreuve de 2h30. La finale se déroulera cette saison les 29 et 30 juin 2024.

Le principe ? Toutes les équipes utilisent le même appareil de cuisson et les mêmes produits. Pour désigner le gagnant, les produits cuisinés doivent être à bonne cuisson, présenter de beaux marquages et restituer un goût fumé typique. En plus de ces règles, le jury prend en compte la propreté du travail, l'originalité et les qualités gustatives de chaque plat. Malgré l'aspect très rigoureux du règlement, ce tournoi est avant tout convivial et détendu avec des équipes souvent déguisées et des spectateurs très enjoués !

LE SAVIEZ-VOUS ?

Selon un sondage BVA, en 2022, 7 français de plus de 25 ans sur 10 ont déjà cuisiné au barbecue ou à la plancha. Par ailleurs ce sont plus de 60% des foyers français qui sont équipés d'un appareil de cuisson à gril.

BARBECUE

PARTY !

Le barbecue c'est un régal ! Mais c'est aussi un moment de partage qu'on aime tant, pendant lequel on ne sait jamais vraiment trop comment s'habiller et que l'on accompagne d'activités à pratiquer tous ensemble entre deux grillades, pour faire durer les soirées parfois jusqu'à tard la nuit. Faisons le tour de quelques barbecue-parties incontournables !



Le barbecue-piscine

Des grillades et des baignades

Une barbecue pool party, c'est un des grands classiques de l'été ! Mais une soirée comme celle-ci se prévoit un peu en avance. Premièrement, pensez à positionner le barbecue à bonne distance (mais pas trop non plus) de la piscine, pour pouvoir faire facilement les allers-retours entre les deux sans se mettre en danger. Ensuite prévoyez des glacières, cela permettra de garder les boissons au

frais mais aussi de préserver les aliments avant cuisson !

Côté vestimentaire, pour pouvoir vite basculer à l'eau : l'idéal est tout simplement le maillot de bain ! Faites-vous plaisir niveau style : coloré, sobre et efficace ou hawaïen, à vous de jouer.

Côté produits, quelques-uns sont particulièrement pratiques, notamment ceux qui peuvent se manger avec les mains (c'est toujours agréable) et cuisent vite. Privilégiez donc plutôt nos brochettes originales et les traditionnelles chipolatas et merguez en sandwich dans du pain.

De quoi prendre des forces avant de se lancer dans la piscine et laisser libre cours à votre imagination ! Concours de natation, match d'aqua-volley ou encore water-polo... avec des petits défis c'est toujours plus sympathique.

Le Barbecue-chic

La fameuse soirée branchée / grillée

Lors d'une douce soirée d'été, vous pouvez opter pour un barbecue chic et gourmand ! Côté goût, la côte de bœuf est un indispensable. Après une lente cuisson au gril, découpez-la en tranches épaisses pour un repas à table ou en petits carrés disposés sur une planche pour un apéritif dînatoire. Des médaillons de filet mignon de porc grillés à la perfection ajouteront une touche élégante à votre barbecue. Enfin, pour vos invités, pensez à l'association petite assiette garnie / verre à flûte rempli.



Côté mode, c'est le moment de se faire plaisir ! Les plus audacieux tenteront le blanc mais gare aux taches ! Pour les garçons, un joli pantalon habillé et une chemise sont parfaits ! Pour les filles, c'est le moment de sortir sa plus belle tenue de soirée. De manière générale, une matière légère comme le lin, a toujours son petit effet classe. Et pour lier l'utile à l'agréable, pensez à un petit éventail pour accompagner votre tenue et se rafraîchir tout en finesse !



Le barbecue-soirée foot à la TV

S'exclamer sur un but des bleus, ça creuse l'appétit !

Chaque été apporte son lot de compétitions internationales ! Cette année, le championnat d'Europe des Nations de football, a lieu en Allemagne, du 14 juin au 14 juillet, et c'est encore une belle occasion de faire de délicieuses soirées foot entre amis pour encourager les bleus ! Sans oublier les Jeux Olympiques de Paris, où le foot a aussi sa place !

Le barbecue est votre meilleur allié ! Pour une bonne soirée foot, on vous conseille de faire des burgers à partager et varier les plaisirs à griller : steak haché charolais bien sûr, mais aussi palet de veau, d'agneau ou de porc pour tous les goûts.

Notre étonnante suggestion : des araignées... de porc bien sûr ! On ne vous parle pas des petites bêtes qui effraient mais bien de délicieux morceaux de porc marinés (ou pas, à votre guise !) qui deviennent excellents une fois grillés.

Côté vestimentaire, n'oubliez pas tout votre attirail de supporter : casquette, maquillage et écharpe légère... les maillots sont aussi les bienvenus, et se marient bien avec un short décontracté et des baskets.

Vous êtes prêts pour une belle soirée sportive. Il ne reste plus qu'à espérer la victoire et de nombreux buts !

Le barbecue-pétanque

Le kit du bon pétanqueur : paire de boules et sandwich merguez

Si les spécialités sont dans l'assiette, elles sont aussi dans nos pratiques. Et les français ont une adoration particulière chaque été pour la fameuse pétanque ! Alors il n'est pas rare d'associer deux passions en une soirée, le barbecue et la pétanque.

Le point commun entre les deux est que cela peut se faire n'importe où ou presque. Un petit coin de terre, un cochonnet et c'est parti !

Le barbecue-pétanque nécessite tout de même un peu de préparation ! Côté vestimentaire, pensez à des vêtements légers et confortables : shorts, t-shirts, mais surtout les indispensables « tatanes », c'est la tenue parfaite du pétanqueur qui se respecte. La casquette vous évitera des coups de soleil indésirables, mais plus c'est kitch, plus on aime, alors pour passer au niveau supérieur, prenez un bob !

Côté grill, pour ceux qui veulent enchaîner rapidement, les saucisses sont indémodables et faciles à manger en sandwich entre deux parties ! Pour ceux qui préfèrent une vraie pause et se mettre à table, nous vous suggérons de tester les ribs (travers) et les côtes de porc marinés selon vos goûts (à découvrir sur notre page « marinades »).



LA DIVA

DU GRIL



Prête à faire danser vos papilles !



La **côte de bœuf** est le produit phare des barbecues, avec une expérience gustative exceptionnelle, issu du mariage harmonieux entre ses saveurs naturelles et les arômes enivrants de la cuisson au grill.

Elle est considérée comme l'une des meilleures pièces de bœuf à griller ! Elle est également facile à cuisiner et à assaisonner : de la fleur de sel avec parcimonie, quelques secondes avant le début de la cuisson, le régal est garanti ! Ne la salez pas trop en avance, car cela asséchera la viande.

Le bœuf charolais, toujours inégalé

Chez Despi le Boucher, nous travaillons la **viande bovine Charolaise !**

Intimement liée au terroir (historiquement dans la région de Charolles en Saône-et-Loire), la viande charolaise est toujours **100% française**, grâce au travail quotidien et passionné de nos partenaires éleveurs implantés sur le territoire.

Elle se distingue par sa tendreté extrême et son fin persillé, qui lui confère un goût délicieux. Et pas besoin d'artifice, la charolaise se déguste de manière simple et authentique pour apprécier pleinement ses saveurs uniques.



Et pour changer :

testez le rôti de bœuf au barbecue !

Traditionnellement, il est cuit au four, et pour éviter de rajouter de la chaleur en intérieur en période estivale, il est généralement délaissé des assiettes... ça suffit, ressortez le rôti !

En effet, on a **LA** solution pour en profiter même quand il fait chaud, et lui découvrir de nouvelles saveurs : grillez-le au barbecue ! Vous allez en surprendre plus d'un (et vous aussi).

Que ce soit en papillote, embroché ou directement sur la grille (mais avec couvercle fermé), les possibilités de revisiter ce grand classique de la cuisine française sont multiples.

Les avantages du rôti au barbecue ? Une cuisson plus uniforme, avec une croûte extérieure caramélisée et une viande extrêmement juteuse à l'intérieur. Le bœuf gagne un goût subtilement fumé. Il est tout à fait possible de donner encore plus de caractère à votre rôti à travers une marinade maison et un assaisonnement à votre convenance (ail, sel, poivre, herbes de Provence...). Le tester c'est l'adopter !



CONSEIL CUISSON

Nous vous conseillons de ne surtout pas piquer la côte avant cuisson, cela fait fuir son jus. Afin d'optimiser toute sa saveur, pensez à sortir votre viande 30 minutes avant à température ambiante de manière à éviter un choc thermique une fois posée sur le barbecue. Le temps de cuisson s'adapte au poids de votre côte de bœuf. Comptez 15 minutes par 500 g, en la retournant à la pince, à la moitié.

LA RECETTE DE RAFA



Au BARBECUE
ou à la
PLANCHA



FILET DE BŒUF CHAROLAIS SAUCE CHIMICHURRI

Temps de préparation : 15 min

Temps de cuisson : 1 h

Ustensiles utiles

- Couteau
- Planche à découper
- Saladier
- Thermomètre de cuisson

Ingrédients pour 5 personnes

- Filet de bœuf charolais de 1,5 kg environ
- 1 tasse de persil frais haché finement
- 4 gousses d'ail émincées
- 2 c. à soupe d'origan frais haché (ou séché)
- 1 c. à café de piment rouge broyé (selon votre préférence)
- 1 c. à café de flocons de piment rouge (facultatif, pour plus de piquant)
- 5 cl de vinaigre rouge
- 10 cl d'huile d'olive extra vierge
- Sel et poivre noir fraîchement moulu, selon votre goût

Peut se faire aussi
avec un rosbif
ou d'autres morceaux
de bœuf charolais !

Réalisation

Sauce chimichurri

- Dans un bol, mélangez le persil, l'ail, l'origan, le piment rouge broyé et les flocons de piment rouge.
- Ajoutez lentement le vinaigre de vin rouge et l'huile d'olive extra vierge, en remuant constamment pour bien incorporer les ingrédients.
- Assaisonnez avec du sel et du poivre. Mélangez bien.
- Laissez reposer à température ambiante pendant au moins 30 min avant de l'utiliser, pour permettre aux saveurs de se développer. La sauce chimichurri est prête !
- Vous pouvez l'utiliser comme accompagnement pour la viande et les légumes grillés ou même comme marinade.

Filet de bœuf charolais

- Salez le filet de bœuf charolais, puis saisissez-le en cuisson directe sur toutes ses faces.
- Une fois bien marqué, finissez la cuisson en indirecte (en plaçant les braises à droite et à gauche et en laissant un espace au milieu) jusqu'à une température interne de 50°C pour une cuisson « saignante » et 55°C pour une cuisson « à point ».
- Coupez en tranches et servez avec la sauce chimichurri.

Bon appétit !



BON À SAVOIR : CUISSON DIRECTE VS CUISSON INDIRECTE

Deux styles de cuisson existent en matière de barbecue. La cuisson directe, c'est-à-dire au-dessus des braises, permet notamment de griller saucisses, merguez, brochettes ou encore côtes de porc et d'agneau. Pour la cuisson indirecte, les aliments sont placés sur la grille au-dessus d'une zone froide (endroit sans braise). Avec couvercle fermé, cela permet de créer une chaleur tournante, et les aliments sont « rôtis » comme dans un four. Parfait pour des grosses pièces de bœuf, du magret de canard ou des cuisses de poulet.

Pour en apprendre encore plus, retrouvez-moi sur mes réseaux !



@LeBarbecueDeRafa

LES VIANDES MATURÉES D'EXCEPTION !



» Une côte de bœuf, assurément,
mais maturée c'est encore mieux !

Connaissez-vous la viande maturée ?

Comme le bon vin ou le fromage, la viande a besoin de temps pour devenir irrésistible. Placée en chambre de maturation pendant au moins 21 jours, la viande perd en eau et une croûte protectrice se forme. Tout au long de ce phénomène naturel, qui permet de sublimer le travail des éleveurs, l'affineur, grâce à sa parfaite maîtrise, surveille la viande et son environnement (taux d'humidité appelé hygrométrie, température et autres critères plus pointus), pour une juste maturation, ni trop, ni pas assez : c'est un véritable art culinaire ! Ainsi, les fibres de la viande, qui sont entremêlées de points et de petits filaments de graisse, se bonifient. C'est ensuite ce bon gras (aussi appelé persillé ou persillage), qui en fondant lors de la cuisson, va donner une saveur particulière au morceau, en exacerbant ses arômes et ses parfums.

Ne vous fiez pas aux apparences !

La couche protectrice est un écrin, qui lors de la découpe par votre artisan boucher, révèle un véritable joyau : une superbe viande maturée, à l'extrême tendreté, aux saveurs intenses, et à la couleur rouge éclatante.



POUR EN METTRE PLEIN LES PAPILLES !

Partez à la découverte de nos viandes maturées, issues du monde entier : **la Charolaise** française bien sûr, mais aussi **la Wagyu** (Japon ou Australie), **la Galice** (Espagne), **la Simmental** (Autriche), **la Salers** (France) ou encore **la Black Angus** (États-Unis). Chacune possède des saveurs qui lui sont propres, de quoi surprendre vos convives en leur faisant découvrir l'excellence !

Ces viandes affinées aux textures atypiques et aux persillages généreux, sont aussi exceptionnelles que rares ! Il faut donc bien les commander à l'avance auprès de votre artisan boucher qui pourra ensuite vous les dénicher.

FOCUS
SUR

LA BLACK ANGUS

Notre coup de cœur de l'année est la viande maturée Black Angus, tout droit venue des États-Unis ! D'origine écossaise, elle a traversé le temps et les frontières avec une importation aux USA au 19^e siècle, puis un essor progressif des élevages. Avec son pelage noir caractéristique et naturellement sans corne, cette race est particulièrement calme et docile !

Aujourd'hui, cette viande d'exception, est très prisée des amateurs de bonne viande, qui l'apprécient particulièrement pour ses saveurs intenses et profondes, son importante tendreté favorisée par le processus de maturation, ainsi que ses **notes de beurre** et de **noisettes**, qui offrent une expérience gustative incomparable. On la reconnaît visuellement grâce à son beau **marbrage** qui est vecteur d'une agréable jutosité.



CONSEIL
CUISSON

Maîtriser la cuisson d'une côte de viande d'exception est essentiel pour en profiter de manière optimale ! Avant cuisson, il est nécessaire de la placer 20 minutes au four à 50°C. Cela permettra de faire fondre le bon gras mais sans la cuire. Ensuite, passez à la cuisson en mesurant avec une sonde la température à cœur : pour une cuisson « bleue », il faudra atteindre 45°C, 50°C pour une cuisson « saignante », et 55°C pour une cuisson « à point ». Pour la Galice et la Wagyu, il est conseillé de ne pas les manger « bleues » mais plutôt « à point », afin de bonifier au mieux le persillage.

PASSION

MARINADES

» Mariné ou nature,
ne serait-ce pas LE débat à chaque fois ?

C'est souvent la question que l'on se pose à chaque barbecue. Prend-on de la viande nature ou de la viande marinée ? Et finalement la réponse est évidente. Les deux bien sûr.

Pour les fans de viande à l'état pur, c'est nature ! Et pour ceux qui aiment bien varier les plaisirs, la marinade est une excellente solution. Le conseil ultime est donc tout simplement de mettre dans votre sélection les deux, il n'y a pas meilleure idée pour plaire à tout le monde !

La marinade présente plusieurs intérêts majeurs. Au niveau du goût, elle permet d'aromatiser la viande avant la cuisson.

Elle a aussi pour avantage de rendre encore plus moelleux des morceaux à cuisson lente (comme le magret de canard par exemple) en protégeant les fibres des chaleurs intenses, ce qui a pour effet de conserver la jutosité de la viande.



Côtes de porc marinées

MARINER, TOUT UN ART
D'ARTISAN BOUCHER !

Chez nous, la marinade,
c'est une institution !

Nous proposons ainsi près d'une dizaine de marinades dont quatre sont de sortie uniquement pour l'été. Des classiques mais indémodables Provençale ou Indienne, aux plus audacieuses Western grill (fumée et légèrement poivrée) ou encore Ail des ours... le plus dur est de choisir ! Cet été, une petite nouvelle débarque et sera absolument à découvrir. Il s'agit de la Miel Moutarde, qui porte évidemment très bien son nom. Une fois votre marinade choisie, il reste l'incontournable savoir-faire de l'artisan boucher pour imprégner la viande et lui donner du caractère !



Ail des ours

Nature



Échalote



POUR TESTER LA MARINADE MIEL MOUTARDE !

Les pilons de poulet marinés : à dévorer sans en laisser une miette.

Les brochettes marinées : à panacher selon les goûts.

Les travers de porc marinés (ribs) : à grignoter à la main jusqu'à l'os !

UNE BELLE

BROCHETTE de brochettes !

» La maîtrise de la juste combinaison de saveurs.



Canard nature



Agneau oriental



Viande bovine nature



Agneau kefta

Chaque été, la brochette est le grand classique des barbecues ! Chez nous, nos artisans bouchers préparent au quotidien une gamme de brochettes parmi

60 variétés. Le choix des viandes est central (bœuf, veau, agneau, porc, canard ou poulet), mais le mariage avec les légumes ou les fruits est également essentiel ! De la simplicité avec juste quelques poivrons, à un mélange de textures et d'arômes...

tout est une question de connexion et de juste équilibre entre les ingrédients pour créer la saveur idéale.



Poulet andalouse



Dinde diablo



Saucisses



Veau échalote



Des brochettes, façon artisanale !

Tout l'été, votre artisan boucher confectionne les brochettes. De la découpe et la préparation des pièces (viandes, fruits et légumes), à l'éventuelle application de la marinade, en passant par l'embrochage, c'est évidemment un travail entièrement manuel et effectué sur place !

Chez
despi
LE BOUCHER depuis 1931

ÇA RECRUTE !

Vous avez envie de vous prendre pour un (presque) boucher l'espace d'un été ? En période estivale, des recrutements de saisonniers sont courants pour aider nos équipes, notamment, à la préparation des brochettes, alors pourquoi pas vous ? Si cela vous intéresse ou intéresse votre petit neveu, parlez-en à votre artisan boucher, ou écrivez à candidatures@viverio.fr !

INSOLITE !

La plus longue brochette au monde

Le record du monde de la plus longue brochette de viande a été établi en 2018 en Grèce. La brochette mesurait incroyablement 3 100 m de longueur. Elle a été préparée à l'occasion du festival annuel de la saucisse à la broche (appelée Souvlaki) à Evosmos. Elle était composée de morceaux de viande de porc enfilés sur des broches et grillés sur un immense barbecue. Mais des français s'y sont aussi essayés. La même année, le CFA de Marzy (Nièvre) avait établi le record national du moment avec une brochette de 243,825 m, soit 350 kg de viande découpés en 6 400 cubes, embrochés un à un.

CHIPOLATAS & MERGUEZ

JAMAIS SANS ELLES !

» La meilleure partenaire de la brochette, c'est bien sûr la saucisse !



On continue de réviser nos classiques. Merguez, saucisses et chipolatas sont des incontournables à chaque barbecue. Comment les différencier ? La merguez est une saucisse à base de bœuf et d'épices tandis que la chipolata est confectionnée avec du porc.

Colorée, douce, épicée... chez nous, c'est toujours un éventail de couleurs et de saveurs ! Plusieurs chipolatas estivales, toutes élaborées dans nos ateliers de la Loire à partir de **viande française**, sont à découvrir : la **napoli**, aux délicates notes de tomate et d'origan, la **roquefort**, la subtile **piment d'Espelette** ... ou encore le **chorizo à griller**, idéal pour une petite signature espagnole. Chacune possède ses subtilités pour vous régaler et vous surprendre !

LE CHOIX DU CHEF

LA CHIPOLATA CURRY

Faites voyager vos papilles et découvrez notre superbe **chipolata curry**, parfaite pour les amateurs de cette fameuse épice qui rappelle la cuisine indienne !

simplement votre grill pour obtenir des braises vives. Faites-la griller au préalable entre 3 et 5 minutes en la retournant, puis placez-la en zone froide pour finir de la cuire pendant 10 minutes. Il faut qu'elle soit cuite à cœur.

La cuisson grillée lui confère un délicieux goût fumé, qui rehausse sa saveur naturelle. Cette combinaison d'arômes apporte une dimension supplémentaire à la saucisse, la rendant encore plus appétissante et savoureuse. Si vous avez l'habitude de la manger tendre et moelleuse façon cassoulet, ce sera l'occasion de la redécouvrir croustillante !

On passe au grill... la saucisse de Toulouse !

Pour ceux qui veulent changer des classiques chipolatas et merguez, on vous propose de tester sur votre barbecue la célèbre saucisse de Toulouse ! Cette spécialité toulousaine, a plus l'habitude de se retrouver dans le cassoulet que sur un barbecue. Et pourtant !

Pour ce faire, préparez



LE POULET **C**RAPAUDINE à s'en lécher les BABINES

» Un poulet entier cuit directement sur le barbecue ? Bien sûr que c'est possible !

Le poulet (en) crapaudine, également connu sous le nom de poulet aplati ou « à la portugaise », est la technique de préparation qui implique d'ouvrir la volaille en « mode papillon » en enlevant la colonne vertébrale et de l'aplatir pour faciliter la cuisson. Son origine serait portugaise, bien que son nom puisse s'inspirer du mot « crapaud » en référence à la posture similaire du poulet.

Cette méthode est parfaite pour une cuisson indirecte sur la grille ! Elle comporte de multiples avantages qui permettent d'apprécier le poulet différemment. La cuisson est plus rapide, plus uniforme et plus homogène qu'au four par exemple. Cela permet également d'imprégner la chair de goût grillé et d'obtenir une peau davantage craquante. Enfin, elle offre une vraie simplicité de découpe avec des morceaux plus faciles à séparer.



“ PETITE ASTUCE

Pensez à choisir votre poulet crapaudine mariné ! La marinade a pour effet de personnaliser, d'aromatiser et d'amplifier ses saveurs ainsi que d'accroître la tendreté et de développer la jutosité. Demandez conseil à votre artisan boucher qui pourra notamment vous le préparer au Thym Citron... un délice !

L'ASTUCE DE RAFA



L'avantage d'un poulet en crapaudine c'est que tout est au même niveau et à la même épaisseur donc cela cuit plus vite. Pour la cuisson, commencez côté peau jusqu'à avoir une belle coloration, retournez-le ensuite et faites cuire jusqu'à une température interne de 80°C dans la cuisse grâce à un thermomètre. Vous pouvez aussi mettre une brique (ou autre chose de lourd) entourée de papier aluminium pour bien l'écraser afin que toute la chair soit en contact avec la surface de cuisson.

L'INVITÉ SURPRISE

du GRIL

» Là on va encore vous surprendre.
Si on vous dit agneau... vous nous dites ?

Gigot d'agneau bien sûr !

Ce n'est plus Pâques mais saviez-vous que ce plat familial par excellence peut aussi se retrouver... sur le barbecue ?

C'est absolument succulent : saveur spécifique braisée, cuisson uniforme et facilité de préparation avec assaisonnements de votre choix, à vous de voir !



CONSEIL CUISSON

Côté méthode, l'important est de bien marquer votre viande à feu vif pour commencer la cuisson, afin qu'elle conserve son jus.

Faites griller votre gigot d'agneau sur chacune de ses faces puis baissez le couvercle si vous en avez un (à défaut, vous pouvez envelopper votre gigot dans une feuille d'aluminium) et poursuivez la cuisson environ 15 minutes par 500 g, à feu modéré en le retournant régulièrement, et en mesurant sa température avec un thermomètre. Comptez 55°C à cœur pour une cuisson saignante, 60°C pour une cuisson rosée, celle que nous vous recommandons, 65°C pour un gigot bien cuit.

Il est conseillé de réaliser une marinade maison au préalable, afin d'aromatiser en fonction de vos préférences. On vous conseille par exemple un mélange savoureux d'huile d'olive, de moutarde, de vinaigre, de persil, d'ail haché et de thym.

LA RECETTE DE RAFA



Au **BARBECUE**
ou à la
PLANCHA

GIGOT D'AGNEAU EN CROÛTE D'OLIVES

Ingédients pour 4 personnes

- 1 gigot d'agneau de 1,2 kg environ
- 2 gousses d'ail
- 1 c. à soupe de câpres
- 150 g d'olives noires
- 2 filets d'anchois
- Zestes de citron
- 90 g de chapelure
- Huile d'olive
- 2 cuillères à soupe de persil
- 10 g d'origan frais

Temps de préparation : 15 min

Temps de cuisson : 1 h 15

Ustensiles utiles

- Mixeur
- Râpe-zesteur
- Saladier
- Thermomètre de cuisson

Réalisation

Croûte d'olives

- Dans un mixeur, mettez les gousses d'ail hachées, les câpres, les anchois, les zestes de citron et les olives.
- Dans un saladier, ajoutez la chapelure, l'huile d'olive, le persil et l'origan. Mélangez bien le tout avec la pâte d'olives.

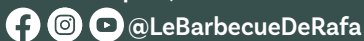
Gigot d'agneau

- Salez et poivrez le gigot d'agneau.
- Massez-le avec un filet d'huile olive, puis appliquez la pâte d'olives.
- Insérez un thermomètre dans la partie la plus charnue de la viande.
- Dans un barbecue en cuisson indirecte (en plaçant les braises à droite et à gauche et en laissant un espace au milieu), placez le gigot d'agneau au centre.
- Laissez cuire jusqu'à une température interne de 65° C (environ 1 h 15 de cuisson avec un barbecue à 200°C).

Bon appétit !



Pour en apprendre encore plus, retrouvez-moi sur mes réseaux !



QUI BRÔLE D'ENVIE DE REMPORTER UNE PLANCHA?

JEU - CONCOURS

16 PLANCHAS CAMPINGAZ® À GAGNER !

D'UNE
VALEUR DE
499€90



SORIO 3 LXD TWIN



despi
LE BOUCHER depuis 1933



CAMPINGAZ®

FLASHEZ CE QR CODE POUR PARTICIPER OU RENDEZ-VOUS SUR WWW.GRANDFRAIS.COM

