

L'ACTU #43

des Compagnons

octobre 2019 - janvier 2020



Avec nous, vous êtes dans le bon !

FÊTES 2019

*VOLAILLE, GIBIER... ENTRE LES DEUX,
NOTRE CŒUR BALANCE !*

RENCONTRE

Delphine Cazaux
Compagnon du Goût
à Palaiseau (91)

DU 23 NOVEMBRE AU 24 DÉCEMBRE

Tous aux côtés de l'Association Petits Princes !



De bouche à oreille



Direction la région Ile-de-France et la commune de Palaiseau pour faire la connaissance de Delphine Cazaux. Certes, son parcours est atypique, mais son engagement avec les Compagnons du Goût est tel, qu'elle nous fait le plaisir de revenir sur son amour du commerce et de l'artisanat... deux valeurs essentielles pour faire partie des meilleurs !

Des fleurs à la boucherie !

Fleuriste pendant 14 ans, Delphine Cazaux a changé de cap pour tenter une nouvelle aventure aux côtés de **ses parents, Dany et Christian Moncouyoux**, tous deux bouchers charcutiers traiteurs. *“Le projet était d'agrandir le magasin. En créant cette nouvelle boutique, j'ai rejoint naturellement l'équipe de la Boucherie du Marché à Palaiseau.”* Une belle façon de se remettre en cause, de rester dans le commerce qui lui est si cher et de faire perdurer l'affaire familiale !

Difficile de passer des fleurs à la viande ? *“J'ai toujours baigné dans le commerce, mais en plus, l'artisanat me plaît. J'aime bien manger et surtout ce qui me satisfait, c'est de faire plaisir aux gens. En France, nous avons la chance d'avoir un vrai terroir et la plus grande satisfaction arrive quand nos clients viennent nous dire que grâce à nous, ils ont passé un bon moment. On s'invite chez eux, sans être là !”*

Le temple de la charcuterie alsacienne

Aujourd'hui, la Boucherie du Marché est une référence *“nous sommes 5 dans l'équipe. Avec ma maman, je m'occupe du rayon charcuterie traiteur et des commandes ; homme de terrain, papa s'occupe de la boucherie. Nous avons*

aussi un fort potentiel sur l'épicerie fine, dont je suis en charge, de façon à proposer une offre complète à nos clients.”

Une clientèle composée de fidèles, *“des palaisiens, mais aussi des personnes qui font le déplacement pour les spécialités alsaciennes”* en hommage aux origines de Dany. **À la belle saison, la choucroute tout comme le Baeckeffe régulent, sans oublier les charcuteries** (dont les fameuses roulades). Il arrive aussi que l'équipe sorte le four à bois pour proposer des tartes flambées. Delphine et son équipe ne manquent pas une occasion pour animer la boutique et faire preuve de dynamisme.

Compagnon du Goût depuis 2011

La valeur essentielle pour être un bon Compagnon du Goût ? *“Sans hésiter, son état d'esprit ! Puis, la volonté de montrer une belle image de la profession. C'est une personne qui met tout en œuvre pour maintenir la notion de commerce de proximité et chez qui on peut retrouver une gamme de produits de référence.”*

Justement, côté produits, **le jambon fermier Sélection Compagnons du Goût remporte un**

L'adresse !

**Boucherie du Marché
Maison Moncouyoux**

1 place de la Victoire
91120 Palaiseau

Ouvert du mercredi au dimanche
de 8h00 à 12h45 et de 15h30 à 19h45
(fermeture à 13h le dimanche)

Grand choix de spécialités alsaciennes

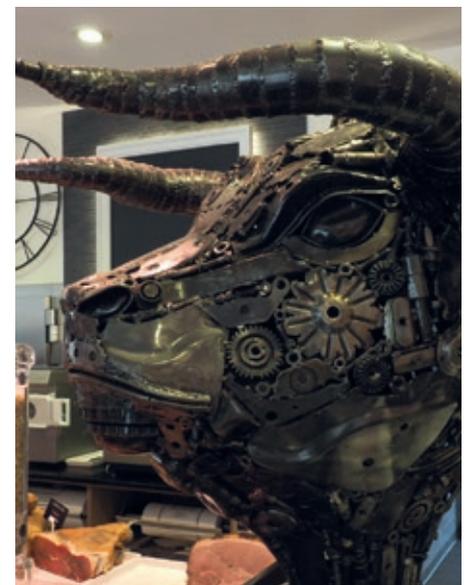
Web : <https://compagnonsdugout.fr/compagnons-du-gout/boucherie-du-marche-palaiseau/compagnons-du-gout/lartisanale/>

franc succès en boutique. La raison ? *“Son goût ! Quand on le tranche, l'odeur est telle qu'il y a une vraie promesse pour la dégustation.”*

Une recette préférée ? Une côte de bœuf angus

Persillé à souhait, l'angus est apprécié des amateurs de viandes de qualité.

1. Sortez la viande à l'avance pour qu'elle soit à température ambiante
2. Faites-la griller à la plancha 5 min de chaque côté (pour une viande saignante)
3. Accompagnez-la de légumes marinés cuits à la plancha et le tour est joué !



Nos coups de cœur



NOËL

Qu'est-ce qu'on mange ?

À l'approche de Noël, se pose l'éternelle question de savoir ce que l'on va bien pouvoir mijoter.

Mises en bouche, entrées chaudes ou froides, plats cuisinés, menus spécifiques, vos artisans Compagnons mettent tout œuvre pour vous accompagner dans la préparation des fêtes de fin d'année.



SOLIDARITÉ

Un bullet pour enfants vendu au profit de l'Association Petits Princes

Depuis 2014, les Compagnons du Goût soutiennent l'Association Petits Princes qui réalise les rêves d'enfants malades. Grâce à vous, 140 000 € ont déjà été versés à l'Association.

La mobilisation continue cette année, avec le bullet "Mon carnet, ma vie, mes rêves pour une année 2020 créative et gourmande".

Ludique et original, il sera vendu, du 23 novembre au 24 décembre 2019, au prix de 3€ intégralement reversés à l'Association Petits Princes.

Coller, écrire, colorier, cuisiner... autant d'activités qui permettront aux enfants de développer leur créativité sur fond de journal intime. Un cadeau original à mini prix pour un maximum d'effet !



TECHNIQUE

Briquer une volaille en 5 étapes



Qu'on soit en période de fêtes ou pas, brider une volaille n'est pas toujours chose facile. Fidèles à leur volonté de transmettre leur savoir-faire, les Compagnons vous dévoilent leur technique en 5 étapes :

1. Coupez un long morceau de ficelle alimentaire et enfillez-le dans une aiguille.
2. Commencez par les ailes : piquez le premier aileron, puis le 2nd aileron en passant sous la colonne (la ficelle doit passer de part et d'autre de la volaille)
3. Retournez la volaille sur le dos. Remontez les cuisses. Piquez à la jointure de cuisses, en traversant de part et d'autre la volaille. Serrez bien fort et faites un nœud
4. Rentrez le croupion à l'intérieur. Coupez un 2^e morceau de ficelle alimentaire que vous enfillez dans l'aiguille. Piquez et traversez une première patte. Continuez au niveau du croupion jusqu'à la 2^e. Revenez en passant la ficelle au-dessus de la patte. Serrez bien fort. Coupez la ficelle, faites un nœud pour fermer l'arrière de la volaille.
5. Il ne vous reste plus qu'à réaliser un manchon autour des pattes en pliant deux petites feuilles d'aluminium. Et votre volaille est prête à être enfournée !

En quête d'autres conseils ? Retrouvez-les sur www.compagnonsdugout.fr



À table !



À moment d'exception, met d'exception ! Que ce soit pour le réveillon, pour le repas de Noël ou même pour la Saint-Sylvestre, profitez de l'occasion pour vous faire plaisir. **Volaille ou gibier, entre les deux notre cœur balance... Civet de sanglier ou suprême de poularde, laissez-vous guider sans plus attendre !**

CIVET DE SANGLIER AUX POIRES

 (moyen) • €€€ (cher)

POUR 6 PERS. 1,5 kg de viande (épaule) coupée en cubes par votre Compagnon du Goût • 2 carottes • 2 oignons • 1 bouquet garni (persil, thym, laurier) • 1 clou de girofle • 2 gousses d'ail • 75 cl de vin rouge corsé (l'abus d'alcool est dangereux pour la santé) • 200g de poitrine fumé • 20g de beurre • 2 cuil. à soupe de farine • 2 carrés de chocolat (75%)

PRÉPARATION : 30 MIN • REPOS : 24 H • CUISSON : 2H30

- Dans un grand saladier, disposez la viande, les carottes et les oignons émincés. Ajoutez le bouquet garni, le clou de girofle, l'ail. Couvrez de vin rouge et laissez reposer au frais 24h.
- Le lendemain, sortez la viande et égouttez-la. Dans une casserole, faites réduire d'un tiers la marinade puis filtrez-la au chinois.
- Coupez la poitrine en dés. Faites-les dorer dans une cocotte avec le beurre puis réservez.
- Gardez les sucs, faites-revenir la viande de part et d'autre. Saupoudrez de farine, remuez pour les faire roussir puis mouillez avec la marinade (la viande doit être complètement recouverte, si besoin, ajoutez un peu d'eau). Ajoutez les lardons. Salez et poivrez et laissez cuire à feu doux 2h30.
- 10 minutes avant de servir, donnez de l'onctuosité à votre sauce en ajoutant 2 carrés de chocolat. Mélangez bien et laissez mijoter de nouveau.



CONSEILS DE COMPAGNONS

Le saviez-vous ? La viande de sanglier est riche en vitamines et en protéines. Servez le civet avec une purée de céleri et une poire pochée. Les amateurs de champignons pourront aussi proposer une poêlée de cèpes en accompagnement. Ce plat est encore meilleur réchauffé, alors n'hésitez pas à le servir une nouvelle fois !



SUPRÊME DE POULARDE,

DUO DE CHOU ROUGE ET CÉLERI

 (moyen) • €€€ (cher)

POUR 4 PERS. > Fondue de chou : 1 petit chou rouge • 1 gros oignon violet • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • 1 verre d'eau • 1 à 2 cuil. à soupe de sucre • 2 cuil. à soupe de vinaigre • sel, poivre • 4 tranches fines de jambon cru Sélection Compagnons du Goût

> Purée de céleri : 1 céleri rave • 3 pommes de terre • 1 feuille de sauge • 2 à 3 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre • ciboulette • muscade

> 4 suprêmes de poularde préparés par votre Compagnon du Goût • 20 g de beurre • 3 échalotes • 3 cuil. à soupe de vin blanc • sel, poivre

PRÉPARATION : 30 MIN • CUISSON : 1 H

- Lavez le chou, coupez-le à la mandoline. Dans une cocotte, faites suer l'oignon émincé. Ajoutez le chou, l'eau, le sucre, le vinaigre et laissez confire 15 min à feu doux. Salez, poivrez. Couvrez et réservez.
- Épluchez le céleri, les pommes de terre, coupez-les en morceaux réguliers. Dans une casserole d'eau, laissez-les cuire 20 min avec la sauge. Passez le tout au presse-purée, salez et poivrez. Ajoutez l'huile d'olive, la ciboulette ciselée et la muscade. Réservez et couvrez.
- Salez et poivrez les suprêmes de chaque côté. Dans une grande sauteuse, faites fondre le beurre, ajoutez les suprêmes côté peau et laissez dorer 5 min. Versez les échalotes taillées, le vin blanc et laissez dorer à couvert 10 min, en veillant à les retourner et à les arroser du jus régulièrement.
- Dans une poêle anti adhésive bien chaude, placez les tranches de jambon cru. Un aller-retour suffit pour qu'elles restent moelleuses.
- Au moment de servir, relancez la cuisson du chou rouge et de la purée à feu doux. Démarrez le dressage, en posant le suprême au centre de l'assiette. Avec un emporte-pièce, tassez le chou rouge, ajoutez le céleri. Entourez de la tranche de jambon cru.



CONSEILS DE COMPAGNONS

Cette recette peut être réalisée avec des suprêmes de pintade. Décorez de quelques tomates cerise passées au four et le tour est joué !



Les Compagnons du Goût sont un concept de Loste Tradi-France (marque déposée et protégée)

Rédacteur en chef : Virginie Zambardi • Edition :  • Crédits photos : Loste Tradi-France - Visuels non contractuels

Reproduction interdite - Ne pas jeter sur la voie publique