



## La cuisine savoyarde

*Catherine Lansard*

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

**La cuisine savoyarde** Catherine Lansard

 [Telecharger La cuisine savoyarde ...pdf](#)

 [Lire en Ligne La cuisine savoyarde ...pdf](#)

# **La cuisine savoyarde**

*Catherine Lansard*

**La cuisine savoyarde** Catherine Lansard

## Téléchargez et lisez en ligne La cuisine savoyarde Catherine Lansard

---

191 pages

Extrait

Extrait de l'avant-propos :

Une cuisine à l'image de son peuple et de sa terre

Sur une grande table en bois, les assiettes aux motifs savoyards (d'adorables oiseaux sur une branche) entourent le réchaud sur lequel un caquelon fumant dégage un délicieux parfum de fondue. Fromage, vin blanc et croûtons de pain... des mets simples et succulents qui ont le pouvoir de régaler les palais et créer un moment de partage et de plaisir.

C'est en grande partie à la tradition culinaire du pays que nous devons ces instants de bonheur. Les recettes perdurent depuis des siècles, se transmettent de générations en générations pour notre plus grand plaisir.

Souvent, elles sont nées d'une nécessité, à une époque où se nourrir était une des préoccupations principales. Dans un pays pauvre, froid et montagneux comme l'étaient la Savoie et la Haute Savoie la cuisine se devait d'être rustique, pratique et surtout de «tenir au ventre». Des générations de femmes ont fait preuve d'imagination et d'invention pour tirer partie des produits de leur terroir et réaliser des recettes savoureuses autant que nourrissantes. C'est ainsi qu'est née la cuisine traditionnelle savoyarde.

Suivant le lieu et le mode de vie des habitants, les habitudes culinaires varient, les fromages, les vins, la charcuterie, les plats traditionnels diffèrent d'une vallée à l'autre, d'une région à l'autre et même d'une famille à l'autre. C'est ce qui fait la grande variété des plats traditionnels.

Autrefois, les paysans consommaient ce qu'ils produisaient. Ils élevaient des cochons, des volailles, cultivaient quelques légumes, du blé, de l'orge, du maïs et des pommes de terre. La viande était conservée en saumure. L'hiver, au moment des grands froids, ils mettaient quelques morceaux à geler qu'ils consommaient quelques jours plus tard. L'alimentation de base était essentiellement constituée de pommes de terre, viande de porc salée ou fumée, de fromages et laitages. Le pain était cuit une fois par mois pour tout le village dans les fours banaux (on en trouve encore quelques-uns dans certains villages qui renouent avec la tradition en remettant en service leur four à l'occasion d'une fête de village). Après la cuisson des pains, on enfournait tartes, épognes, et gratins de pommes de terre avant que le four ne refroidisse.

Certaines spécialités savoyardes sont réservées à des fêtes ou à des moments bien spécifiques du calendrier. Les bugnes (sorte de beignets) ne se font que pour carnaval, la berzolle (châtaignes grillées et cidre) accompagnait les veillées, le farcement était un plat de fête, d'autres recettes ne se faisaient que les «jours du pain» comme par exemple les épognes.

Les origines de la cuisine savoyarde

Dans les régions de montagne, les fonds de vallées bloquées par la neige une bonne partie de l'année étaient d'accès difficile. Il fallait faire preuve de talent pour réaliser une cuisine nourrissante et variée avec les moyens du bord. Dans ces régions au climat rude, le travail était très physique incitant les Savoyards à consommer des plats consistants pour se maintenir en forme. Heureusement, la terre était généreuse : pommes de terre, blé, lait, fromage, volaille, porc et parfois poissons pour ceux qui avaient la chance d'habiter près d'un lac ou d'une rivière. L'été, les vergers offraient une multitude de fruits qu'ils faisaient sécher pour l'hiver. C'est ainsi que l'on retrouve souvent dans les recettes le mélange sucré-salé (rabolets,

farcement, farçon).

Download and Read Online La cuisine savoyarde Catherine Lansard #PID9XT24S1K

Lire La cuisine savoyarde par Catherine Lansard pour ebook en ligneLa cuisine savoyarde par Catherine Lansard Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres La cuisine savoyarde par Catherine Lansard à lire en ligne.Online La cuisine savoyarde par Catherine Lansard ebook Téléchargement PDFLa cuisine savoyarde par Catherine Lansard DocLa cuisine savoyarde par Catherine Lansard MobipocketLa cuisine savoyarde par Catherine Lansard EPub

**PID9XT24S1KPID9XT24S1KPID9XT24S1K**