



*Le Verre  
Gourmand*

*La recette du mois*

## Terrine de Petit-Salé aux Lentilles

A la demande générale, voici la recette de la fameuse Terrine de Petit-Salé aux Lentilles tant appréciée au Verre Gourmand, et que j'ai mise au point après avoir laissé au réfrigérateur un reste de petit-salé qui avait gélifié dans son récipient !

Cette recette est assez facile à réaliser et ne souffre pas d'une précision absolue pour être réussie, chacun pourra lui apporter sa touche personnelle. Il est tout à fait possible de partir d'un petit-salé aux lentilles traditionnel mais pour une meilleure présentation, nous allons déstructurer la recette et la recomposer à l'aide des différents éléments traités individuellement

Pour réaliser la recette, il vous faut :

- 1 moule à terrine porcelaine ou plastique (plus facile à démouler)
- ½ litre de lentilles vertes sèches
- du bouillon de volaille à volonté (ou de l'eau) pour cuire les lentilles
- 1 kg de Côté avec os (Petit-salé, chez votre boucher)
- 5 belles carottes
- 1 Oignon
- thym, laurier, estragon, persil haché (facultatif)
- 2 cuillères à soupe de gelée ambrée en poudre

Cuire conjointement : après rinçage à l'eau claire

- le petit salé dans une large casserole à l'eau avec uniquement thym et laurier, cuire plutôt trop que pas assez, la viande doit se détacher facilement. Après cuisson, égouter, laisser refroidir, enlever l'excédent de gras et les os éventuels, et détailler en dés irréguliers de 2 à 3 cm. Réserver.

- Si vous trouvez du petit salé cuit, c'est encore plus facile, pas de cuisson !

- les carottes, épluchées, fendues en 4 dans le sens de la longueur, puis en tronçon de 1 cm, à l'eau salée ou à la vapeur. Réserver après cuisson.

Restaurant «Le Verre Gourmand» - 142 Bvd de Brou - 01000 BOURG en BRESSE

Tél.: 04-74-23-30-60 - E-mail: [contact@LeVerreGourmand.com](mailto:contact@LeVerreGourmand.com) - site web : [www.leverregourmand.fr](http://www.leverregourmand.fr)

- les lentilles, traditionnellement au bouillon de volaille ou à l'eau avec l'ognon émincé, thym et laurier à couvert sans sel, garder légèrement ferme (pas de purée de lentilles) et conduire la fin de la cuisson à découvert. Il faut que les lentilles finissent justes liées par le fond de cuisson, ni trop mouillées, ni trop sèches. Ajouter en fin de cuisson la gelée en poudre, goûter et ressaler si besoin (la gelée en poudre est déjà très salée, c'est pour cette raison entre autres que l'on ne sale les lentilles qu'en toute fin de cuisson) . Ajouter un bon tour de moulin à poivre.

Dans un large récipient, réunir les lentilles tièdes, les carottes, et les dés de Côté. Ajouter une cuillère à café d'estragon frais ou sec, une cuillère à soupe de persil haché. Mélanger intimement ! (c'est le mot que l'on emploie dans le jargon des cuisines !)

Mouler et réserver une nuit au réfrigérateur.

Avant le repas démouler, couper en tranche et présenter au plat ou à l'assiette.

Accompagner d'une sauce gribiche : vinaigrette additionnée d'un hachis d'œuf dur, persil, 1/2 oignon, échalotte, 1 gousse d'ail, et cornichons.

Régalez-vous !!

N'Hésitez pas à me faire part de votre expérience de la recette, et à m'interroger par mail si un point vous paraît obscur, ou si vous rencontrez une difficulté !

