

## *Les doigts de fées*



### **Ingrédients**

*150 gr de farine et 1 pincée de sel – 125 gr de beurre – 50 gr de poudre d'amande – 75 gr de sucre de canne blond – 1 blanc d'œuf – 1 petite cuillère de zeste d'orange (facultatif) – 2 cuillères à soupe d'eau de fleur d'oranger.*

Mettre la farine sur un plan de travail – Creusez un puits au centre et ajoutez le sel, la poudre d'amande et le zeste d'orange râpé.

Y mettre ensuite le beurre et le sucre. Travaillez-les du bout des doigts jusqu'à obtention d'une crème onctueuse.

Ramenez, peu à peu, la farine vers le centre et frottez ce mélange entre vos mains.

Ajoutez le blanc d'œuf et l'eau de fleur d'oranger. Pétrissez le mélange pour obtenir une pâte lisse.

Formez une boule, emballez-la dans du film fraîcheur et laissez reposer au frais pendant 30'.

Saupoudrez votre plan de travail d'un peu de farine. Roulez la pâte entre vos mains pour former des petits boudins de la taille d'un petit doigt et disposez-les sur la taque du four, préalablement couverte d'une feuille de papier sulfurisé.

Cuire +/- 15' à 160°.

## *Les nieulles*



### **Un peu d'histoire :**

*Biscuits traditionnels d'Armentières, jetés du haut du beffroi de l'hôtel de ville, lors de la fête locale. Apparues entre Flandre et Artois au Moyen Âge (vers le XII ou XIIIe siècles), les nieulles, selon la légende, seraient entrées dans l'histoire en 1510. Cette année-là, en mai, le seigneur d'Armentières, Jacques de Luxembourg, au cours d'un banquet offert aux échevins, se présenta au balcon à la foule, parmi laquelle de nombreux enfants. Le duc eut l'idée de leur jeter des restes de gâteaux.*

### **Ingrédients**

*250 gr de farine et une pincée de sel – 50 gr de sucre de canne blond – 100 gr de beurre ramolli – 1 jaune d'œuf – 3 cuillère à soupe de lait – 1 bonne cuillère à café de poudre d'anis (facultatif)*

Mélanger la farine avec le sel, le sucre et la poudre d'anis.

Faire un puits au centre, ajoutez le beurre ramolli et travaillez du bout des doigts.

Ajoutez le jaune d'œuf et le lait et pétrissez jusqu'à obtention d'une pâte lisse.

Formez une boule que vous emballez dans du film alimentaire. Laissez reposer une heure au frais.

Étalez la pâte ( ½ cm d'épaisseur). Formez des sablés à la forme souhaitée.

Cuire +/- 20 minutes dans un four à 180°. Laissez refroidir sur une claie.

## *Les trois incontournables de la cuisine médiévale*

*(D'après les recettes proposées par Michèle BARRIERE, Souper mortel aux étuves. Un roman noir et gastronomique à Paris au Moyen Age. Le livre de poche, Agnès Viénot Editions, 2006)*

### **Blanc-manger (d'après le Viandier de Taillevent)**

Pour 4 personnes

*500 gr de blancs de poulet – 250 gr d'amandes en poudre – 25 cl de bouillon de volaille – 50 gr de sucre de canne blond – quelques amandes entières et une grenade (facultatif)*

Mixer les blancs de poulet et y ajouter la poudre d'amande et le bouillon. Faire épaissir le mélange sur le feu, puis le verser dans un plat creux. Pour rendre le plat plus joli : décorer de quelques amandes entières préalablement dorées à la poêle dans un peu de beurre. Vous pouvez également y glisser quelques grains de grenade.

### **Sauce cameline (d'après le Ménagier de Paris)**

*Une tranche épaisse de pain blanc – 25 cl de vin blanc – 5 gr de gingembre frais – ½ cuillère à café de cannelle – ¼ de cuillère à café de muscade râpée – 2 filaments de safran – 1 cuillère à café de sucre de canne roux.*

Faire tremper le pain dans un bol d'eau. Mélanger les épices et le vin. Broyer le pain au mixeur, puis l'incorporer au mélange. Porter le tout à ébullition et y ajouter le sucre avant de terminer la cuisson.

### **Sauce verte (d'après le Ménagier de Paris)**

*4 cuillères à café de verjus (ou de citron) – 4 cuillères à soupe de persil haché menu – 4 feuilles de sauge – 5 gr de gingembre frais – 1 pincée de clou de girofle en poudre – ¼ de cuillère à café de cannelle – ½ cuillère à café de gros sel.*

Broyer persil, sauge et sel au mixeur. Ajouter les épices et délayer le tout avec le verjus (ou le citron).

# *Bon appétit !*