

SUZANNE FONTENEAU

Comment faire

# Les fromages

frais, fermentés, affinés...



Matériel et recettes  
traditionnelles



0 2463 00327009 5

**Rustica**  
EDITIONS

# SOMMAIRE



AVANT-PROPOS .....	7
LE FROMAGE .....	9
LA FROMAGERIE « MAISON » ....	14
LES FROMAGES FRAIS .....	18
Les fromages maigres .....	20
Les fromages à pâte grasse .....	23
Les double-crème .....	29
Les triple-crème .....	31
LES LAITS FERMENTÉS .....	34
Le yaourt .....	36
Les caillebottes .....	39
Le kéfir .....	42
LES FROMAGES AFFINÉS .....	44
LES FROMAGES DE CHÈVRE ET DE BREBIS ....	54
LES FROMAGES PRÉPARÉS .....	68
LA CUISINE AU FROMAGE .....	83
INDEX .....	109



# AVANT-PROPOS

**L**e fromage naquit le jour où l'homme, ayant domestiqué des mammifères, essaya de conserver ce précieux aliment initial qu'est le lait. Il s'aperçut bientôt que le lait qu'il entreposait se coagulait rapidement, que ce caillé était un aliment agréable et digeste, et qu'une fois séparé de son sérum, il devenait une masse compacte qui pouvait sécher, donc se conserver et se transporter.

Qu'il soit fait de lait de chamelle, de bufflonne, de zébu, de bisonne, de mouflon ou de chèvre, le fromage existait déjà dans les temps les plus anciens, sous les climats les plus divers, et nulle civilisation, nul peuple, nul pays, ne peut en revendiquer l'invention et la paternité.

C'est peut-être en emmagasinant le lait dans les panses de jeunes ruminants venant d'être tués que les anciens découvrirent, avec le pouvoir des sucs gastriques, l'usage de la présure. Peu importe. En inventant le fromage, l'homme comprit qu'il avait désormais à sa disposition un aliment naturel, possédant toutes les vertus du lait, concentrées, transportables et, de plus, savoureuses.

En France, riche pays d'élevage et d'agriculture, le pain, le vin et le fromage firent très vite, dans toutes les contrées, la plus amicale association. Dès le haut Moyen Âge, la fabrication des fromages devint artisanale, voire quasi industrielle, grâce aux religieux. Les abbayes sont nombreuses qui ont donné leur nom à un fromage : Belval, Bricquebec, Cîteaux, Cluny, Pierre-qui-Vire, Munster, Livarot... Cette origine monastique, garantie de qualité, résiste bien de nos jours, puisque le visage fleuri d'un bon moine sert encore à la publicité de plus d'un fromage industriel. Mais l'histoire du fromage est complexe et fort longue, elle a d'ailleurs été étudiée de façon exhaustive par de fort sérieux historiens.

Il y a encore peu d'années, fromages et laitages constituaient la base de l'alimentation de bien des campagnes, alors que la viande paraissait rarement sur les tables paysannes. Ces « produits du lait » étaient de fabrication « maison », et c'est justement le but de ce petit ouvrage, de remettre à l'honneur ces préparations que chacun peut faire chez soi, sans matériel compliqué et sans connaissances techniques particulières.



# LE FROMAGE

Qu'est-ce que le fromage ? C'est un aliment, fermenté ou non, obtenu par la coagulation spontanée ou artificielle du lait. Cette définition est bien simple, bien vague et insuffisante pour décrire des produits aussi différents que le double-crème, le gruyère, le roquefort ou le chavignol. Pourtant, bien qu'ils soient sûrement plus d'un millier,

tous les fromages, quel que soit leur mode de fabrication, possèdent la même matière première : le lait caillé. Ensuite ? Ensuite c'est le savoir-faire, la tradition, le terroir, la flore, le climat qui permettent, de la Finlande au Sahara, la création de cette gamme extraordinaire d'innombrables fromages, parmi lesquels certains peuvent être préparés à la maison.

## LES COMPOSANTS DU FROMAGE

### Le lait

C'est le lait, bien sûr, qui est la base, la matière première du fromage, de tous les fromages. Suivant

les pays, il peut provenir de nombreux animaux domestiques : la vache, la chèvre, la brebis, mais aussi la bufflonne, la cha-

melle, la jument, la femelle du zébu, du renne ou du dromadaire. En France, seuls sont utilisés les laits de vache, de chèvre

et de brebis, dont la composition est différente suivant les espèces animales, ainsi que l'indique l'encadré ci-dessous.

### LA COMPOSITION DU LAIT (TENEUR EN GRAMMES PAR KILO)

Origine	Matières grasses	Matières azotées	Lactose	Matières minérales	Eau
Vache	40 g	32 g	50 g	7 g	871 g
Chèvre	37 g	32 g	49 g	7 g	875 g
Brebis	85 g	62 g	42 g	8,5 g	802,5 g



Tous les fromages « maison » peuvent être préparés soit avec du lait pasteurisé, soit avec du lait employé immédiatement après la traite. Mais il est essentiel que le lait soit toujours sain, parfaitement propre et frais.

### La présure

De nombreuses substances ont la propriété de cailler le lait. Elles peuvent être d'origine animale, végétale, voire minérale. Parmi les plantes, il faut noter le caille-lait (*Galium verum*), la chardonnette (*Cirana cardunculus*) et le figuier commun. Mais la présure utilisée pour la fabrication des fromages est un ferment sécrété par les glandes gastriques de jeunes mammifères non sevrés, particulièrement le veau. Il n'est pas question, ici, de donner le mode de fabrication de la présure que l'on trouve pour un prix très modique en pharmacie. Cette « présure concentrée au

1/10 000 » est présentée en petit flacons de 10 ml. Un centimètre cube assure la coagulation complète de 10 litres de lait à 35 °C en 40 minutes. Selon la quantité de présure et la température, la coagulation est plus ou moins lente.

Chaque fromage réclame en effet un dosage, une température et un temps de coagulation différents. La présure est un produit fragile qui doit toujours être conservé au frais et à l'abri de la lumière, en bas d'un réfrigérateur, par exemple.

### Le sel

Le salage des fromages est fort important. Non seulement il leur donne une saveur plus agréable, mais encore il assure une certaine durée de conservation. Le sel doit être fin et parfaitement sec. Le salage se pratique soit en mélangeant le sel au lait caillé, soit par saupoudrage sur les fromages frais, soit encore

sous forme de saumure dans laquelle les fro-

mages sont plongés pendant quelque temps.

## LES STADES DE FABRICATION

Quels que soient les fromages, leur fabrication comprend trois stades principaux : le caillage, l'égouttage, l'affinage.

### Le caillage



Le caillage (ou coagulation du lait) peut s'obtenir naturellement grâce à certains ferments qui se mêlent au lait par simple contact avec l'air ambiant. Ce caillage peut être lent ou rapide et donne un caillé aigrelet qui ne se conserve guère car il est sujet à la fermentation. La présure permet de maîtriser le caillage lorsqu'elle est

correctement dosée par rapport aux quantités de lait et à leur température. Un caillé réussi doit former une masse homogène qui dégage une agréable et fraîche odeur et se divise nettement, en coupe franche.

### L'égouttage

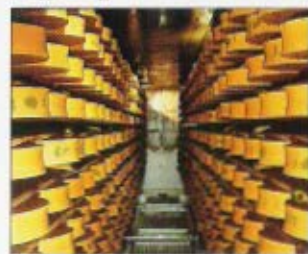


Cette opération importante et délicate a pour but l'élimination du sérum (ou petit-lait). L'égouttage réclame du savoir-faire et de la pratique, afin de déterminer la proportion idéale d'eau qui doit rester dans le fromage. Il doit être le

## LE FROMAGE

plus prompt possible ; pour ce faire, il faut maintenir la température à un degré assez élevé et diviser le caillé pour permettre un bon écoulement du sérum.

### *L'affinage*



C'est l'affinage qui donne leur personnalité aux fro-

mages. Il consiste en un ensemencement de ferments qui viendront modifier l'aspect, la consistance et la saveur de la pâte, suivant un processus biochimique organique fort complexe. L'affinage recouvre aussi des soins techniques très variés et souvent très savants, différents suivant les fromages et les régions. Il peut ne durer que 24 heures pour les fromages blancs, ou se prolonger plusieurs mois pour certaines pâtes cuites.

### *Les fromages à pâte molle*

Ce sont tous les fromages fermentés qui ne sont ni pressés, ni cuits. Ils restent généralement souples et leur taux d'humidité est d'environ 50 %.

Dans ce grand groupe, on trouve les « pâtes molles » comme le camembert, le munster, le brie, les « pâtes persillées » comme les bleus, le roquefort, et aussi les fromages de chèvre.

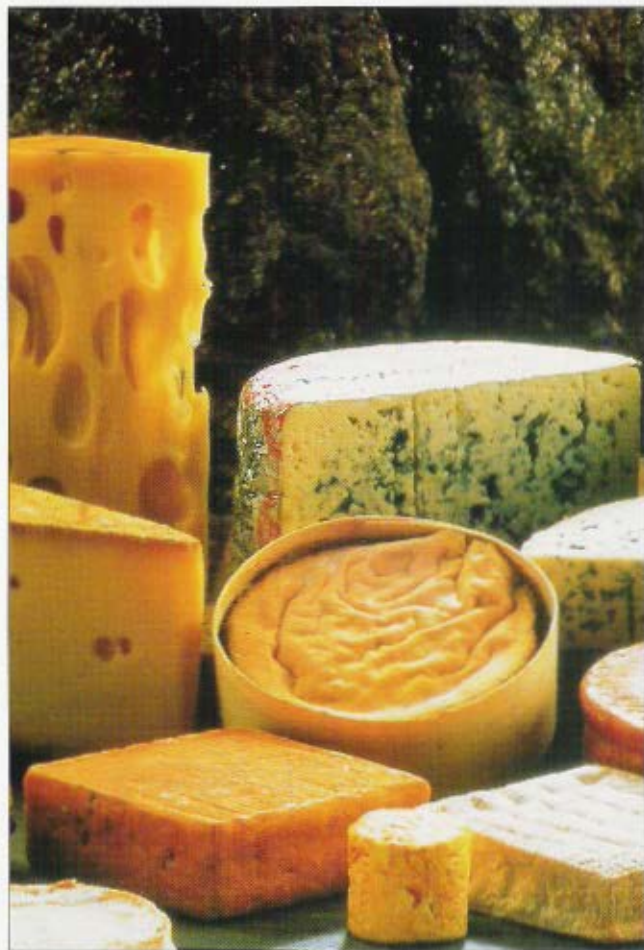
## LA CLASSIFICATION DES FROMAGES

Il n'est pas facile de grouper par grandes familles des produits aussi divers que les fromages. On peut néanmoins isoler cinq grandes catégories.

### *Les fromages à pâte fraîche*

Ils ne sont pas affinés et doivent être consommés

peu de temps après leur fabrication. Les fromages à pâte fraîche peuvent contenir jusqu'à 70 % d'humidité. On trouve dans cette première grande catégorie : les fromages blancs, petits-suisse, double-crème, carré frais, crémet, fromage à la pie, demi-sel, etc.





### *Les fromages à pâte pressée non cuite*

Ils présentent une consistance ferme, ne contiennent que 45 % d'humidité et se conservent plus longtemps que les fromages à pâte molle. Ce sont les cantal, tomme, saint-paulin, hollandaise, cheshire, etc.

### *Les fromages à pâte cuite et pressée*

Ils subissent un affinage prolongé, contiennent

environ 40 % d'humidité, restent fermes et sont souvent de très grande dimension : ce sont les gruyère, emmental, comté, beaufort, etc.

### *Les fromages fondus*

Ils sont obtenus à partir des fromages à pâte ferme et doivent renfermer au minimum 40 % de matières grasses. Ce sont les « crèmes », crème de gruyère, de chester, etc.



## LA FABRICATION DES FROMAGES

De nos jours, la fabrication des fromages est presque entièrement industrielle (fromages laitiers) alors qu'au début du siècle elle était encore artisanale (fromages fermiers) ou ménagère (fromages « maison »). La fabrication de tous les fromages à pâte dure, à pâte pressée et cuite, et plus généralement de tous les fromages qui réclament des affinages complexes et prolongés, ne peut être menée que par des industriels ou des artisans spécialisés disposant d'une installation semi-industrielle. Mais, en dehors

des multiples fromages qui réclament non seulement de grandes quantités de lait mais un matériel important et des connaissances techniques poussées, il existe toute une gamme de fromages frais que l'on peut confectionner chez soi, avec peu de matériel et en petites quantités. Cette production ménagère, les fromages « maison », est la seule que nous retiendrons dans les pages qui suivent car, rappelons-le, il est malheureusement impossible de réaliser « en amateur » camembert, roquefort ou cantal.



## LE FROMAGE

### LA VALEUR ALIMENTAIRE DU FROMAGE

Chacun sait que le fromage, frais ou fermenté, est un aliment très riche et très précieux, que 100 g de gruyère équivalent à 250 g de bœuf grillé, et que tous les fromages sont recommandés aux adolescents comme aux vieillards, car ils contiennent tous les éléments du lait sous une forme en quelque sorte concentrée. En dehors de l'eau qui constitue un élément important des fromages, ils renferment des matières grasses en

quantité plus ou moins importante, de la caséine (substance azotée donnant la valeur protéique du fromage) et des sels minéraux, particulièrement du calcium. Enfin, la valeur calorique des fromages blancs est basse (fromage blanc maigre : 100 calories pour 100 g, caillé : 190, petit-suisse : 355) et leur teneur en hydrates de carbone (glucides) est nulle, ce qui les fait rechercher dans bon nombre de régimes alimentaires.

#### *En résumé...*

Ces courtes notions de base sur le fromage peuvent paraître succinctes mais elles sont importantes pour servir d'entrée en matière aux chapitres suivants. Elles veulent mettre en évidence une grande vérité : le fromage est le produit le plus simple qui soit, puisqu'il s'agit de faire cailler du lait et de l'égoutter, et le plus compliqué puisqu'il en existe des milliers de variétés, dans le monde entier, qui nécessitent chaque fois un savoir-faire particulier, reposant souvent sur des connaissances variées.

Alors, avant d'entrer dans la partie pratique de ce petit livre, je vous invite à méditer cette phrase que Mme Babet-Chartron écrivait au début du siècle : « La fabrication des fromages est chose fort simple par elle-même et tout le monde peut et doit réussir. Mais pour cela, il faut avant tout beaucoup de pratique ; ce n'est pas en quinze jours, en un mois, que l'on peut avoir le doigté, l'habileté nécessaires : c'est après avoir fait des fromages, des fromages, et encore des fromages... ». Autant commencer sans tarder !





# LA FROMAGERIE

## « MAISON »

Ce court chapitre est plus particulièrement destiné à ceux qui auraient l'intention de faire régulièrement des fromages et en certaine quantité. Si vous voulez chaque jour transformer ainsi la production laitière de votre chèvre ou une partie de celle de votre vache, il vous faut disposer d'un local particulier, bien installé, bien entretenu et compre-

nant tout l'équipement, le matériel et les ustensiles nécessaires pour fabriquer des fromages.

Bien sûr, il ne s'agit pas d'entrer dans le détail d'une véritable fromagerie, mais seulement de décrire la pièce idéale qui permet de travailler dans les meilleures conditions pour réussir d'excellents petits fromages.

### LE CHOIX DU LOCAL

La pièce que vous désirez aménager en fromagerie « maison » n'a pas besoin d'être grande.

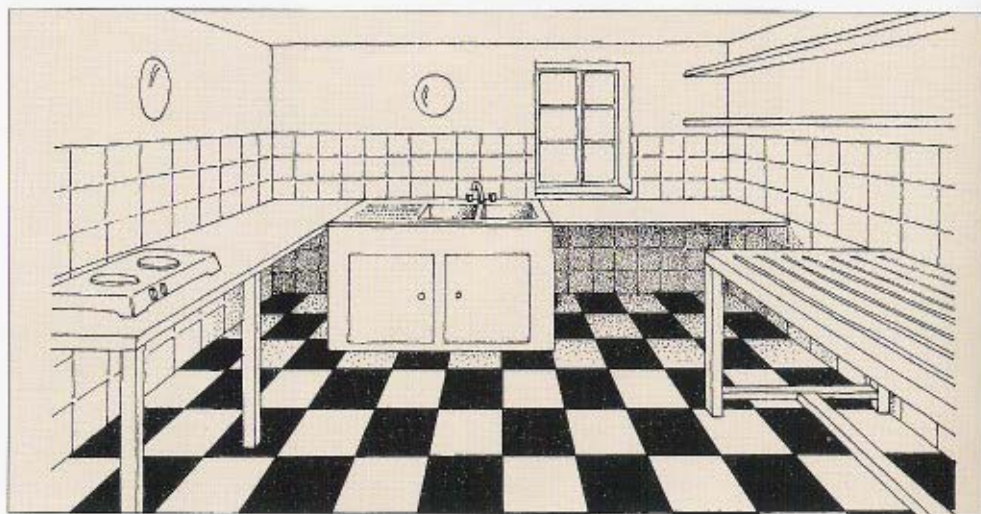
Elle doit avoir des murs épais, être exposée au nord ou à l'est, posséder une large fenêtre permettant une bonne aération, et enfin être équipée en eau courante chaude et froide et en électricité.

La fromagerie devra bénéficier d'une température ambiante d'environ 15 à 18 °C, aussi doit-

elle comporter un appareil de chauffage pour

l'hiver. Son exposition, ses murs épais, les volets de sa fenêtre éviteront les excès de chaleur en été.

*Installée dans un local doté d'une bonne isolation thermique, la fromagerie est notamment aménagée de manière à assurer une hygiène optimale.*



## LA FROMAGERIE MAISON

### L'AMÉNAGEMENT DE LA FROMAGERIE

Le sol de la fromagerie sera carrelé ou pavé, mais parfaitement jointoyé. Il aura une légère pente conduisant à un trou d'évacuation pour faciliter l'écoulement des eaux de lavages fréquents. La pièce sera plafonnée, les murs seront peints en blanc, simplement chauffés ou, ce qui est beaucoup mieux, recouverts de carreaux de céramique jusqu'à mi-hauteur. La fenêtre sera munie d'une fine toile métallique pour

éviter l'intrusion des insectes et de stores pour qu'il soit possible de créer une pénombre. À l'extérieur, elle doit être pourvue d'épais volets de bois plein pour permettre une bonne isolation thermique en été.

L'idéal est d'aménager, soit à côté, soit au-dessus de la fromagerie, un hâloir ou séchoir. Une pièce même très petite peut convenir, à condition qu'elle soit bien aérée. Elle sera dotée de

nombreuses étagères à claire-voie pour disposer les fromages. À défaut de

hâloir, vous procéderez au séchage dans un autre local, garage ou grange.

### LE MOBILIER



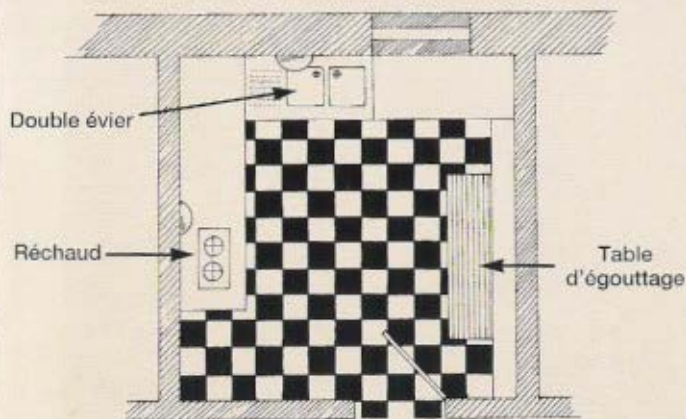
La fromagerie sera équipée d'un évier à double bac. Un robinet d'arrivée d'eau, muni d'un tuyau de caoutchouc, permettra de laver facilement le sol au jet.

Un vaste plan de travail, qui peut être une table carrelée, fixe, adossée contre un mur, supportera un réchaud électrique ou à gaz, à deux feux.

Le seul meuble indispen-

sable et particulier est une table d'égouttage dont la dimension sera proportionnée au local et à la production fromagère. Il s'agit d'une table dont le plateau à claire-voie est formé de petites lattes de bois. Ce meuble (voir dessin ci-dessus) est facile à réaliser soi-même. Enfin les murs seront garnis d'étagères pour ranger les ustensiles.

La fromagerie





## LE MATÉRIEL ET LES USTENSILES

En dehors des moules ou formes à fromage, on peut fort bien n'employer que les ustensiles de cuisine ; mais voici la liste du matériel dont il sera question dans les pages suivantes.

**Balance** : vous devez disposer d'une balance précise, du type balance de cuisine.

**Bassines** : un jeu de trois ou quatre bassines en plastique, de différentes dimensions.

**Batteur ou fouet métallique** : ce fouet peut être remplacé par un petit robot ménager comme celui que l'on utilise pour monter les blancs d'œufs en neige.

**Cajets** : ce sont de petits paillasons de jonc tissés avec deux ou trois chaînes de ficelle fine. Ils servent de fond aux

moules ou formes sous lesquels on les dépose.

**Clayette ou clayon** : claie circulaire, en osier.

**Garde-manger** : il doit être assez vaste, garni d'étagères, bien aéré, et doit pouvoir être suspendu pour une bonne aération.

**Moules ou formes** : il en existe de très nombreux modèles. Chaque pays a les siens qui portent des noms différents. Ils sont en bois, en grès, en fer blanc, en jonc tressé... ou en plastique, aussi !

**Mousseline ou étamine** : fine étoffe de coton à mailles lâches, qui sert à garnir les moules pour l'égouttage du caillé.

**Passoires** : passoires fines et passoires à pieds.

**Pilon** : en bois, pour passer le caillé sur le tamis.

**Plancheaux** : ce sont de petites planches de bois de peuplier, lisses, épaisses de 2 cm, carrées, d'environ 20 cm de côté, qui servent à démouler les fromages.

**Seaux** : en métal ou en plastique.

**Spatules** : en bois, de plusieurs formes. Elles servent à de nombreuses manipulations.

**Tamis** : de crin, assez large, pour l'égouttage et le tamisage de certains caillés.

**Terrines** : en grès vernissé, très évasées. Il faut en posséder de plusieurs dimensions.

**Thermomètres** : un thermomètre fixé au mur pour contrôler la température du local, et un autre, mobile, pour prendre celle du lait.

En dehors de ces ustensiles, il existe dans le commerce des instruments spécialement

conçus pour la fromagerie, comme les moules à petits-suisse ou les broyeurs à caillé ; ces matériels seront cités au cours des recettes.

1. Spatules en bois.
2. Terrine en grès.
3. Moule en grès.
4. Pilon en bois.



## LA FROMAGERIE MAISON

### L'ENTRETIEN DE LA FROMAGERIE

Rien n'est plus fragile que le lait et plus sensible aux odeurs. Aussi, la fromagerie, ses murs, son sol, les meubles, les ustensiles, doivent-ils être tenus dans un état de propreté digne d'une salle d'opération chirurgicale...

Tout le matériel doit être soigneusement rincé à l'eau très chaude au fur et à mesure de son utilisation, le sol lavé à grande eau chaque jour, les étagères et les tables lessivées. Enfin, si vous voulez œuvrer comme

un véritable professionnel, vous porterez une blouse blanche et vos pieds seront chaussés de bottes en caoutchouc qui ne sortiront jamais de la fromagerie. On trouve dans le commerce des bottes blanches qui permettent de contrôler à tout instant, d'un simple coup d'œil, leur irréprochable propreté...

Un dernier conseil...

Si vous n'avez jamais fait de fromages, commencez par les plus simples, ceux que vous ne pouvez pas manquer. Travaillez de petites quantités (pas plus de 2 litres de lait à la fois) et ne vous découragez pas si vos premiers essais ne sont pas parfaits, n'oubliez pas que c'est en forgeant...





# LES FROMAGES FRAIS

Dès lors qu'on procède par petites quantités, la fabrication des fromages frais est facile et donne de très bons résultats. Au début, il vaut mieux faire des essais avec 2 litres de lait, c'est pourquoi la plupart des formules qui suivent sont données d'après cette mesure ; par la suite, vous pourrez préparer jusqu'à 5 litres de lait à la fois. Mais à partir de ce volume, il convient de posséder une installation, une petite « laiterie ». Certaines préparations, comme les crémets, délicieux, se font toujours en petite quantité. Il faut noter que le climat, la température, le temps, ont une très grande influence sur la fabrication des fromages « maison ». L'été, par temps chaud et orageux, la coagulation du lait et l'égouttage du caillé seront plus rapides que l'hiver, par temps froid et sec. La présure utilisée dans les recettes de ce chapitre est toujours la présure concentrée au 1/10 000 produite par la Coopérative pharmaceutique et présentée en flacons de 10 ml.

# LES FROMAGES MAIGRES

## Fromage maigre de ménage

### Ingrédients

2 litres de lait écrémé  
4 gouttes de présure  
 fines herbes  
épices, aromates  
crème fraîche  
sucre en poudre

**V**ersez 2 litres de lait écrémé dans une large terrine et faites-le réchauffer doucement au bain-marie jusqu'à 35 °C. Ajoutez 4 gouttes de présure pour obtenir une coagulation en

40 à 45 minutes. Une coagulation plus rapide donnerait un caillé dur et trop élastique.

■ Lorsque le caillé est à point, ferme, souple et lisse, déposez-le délicatement dans des formes en grès à l'aide d'une louche, et laissez-le égoutter pendant 5 heures, à température ambiante.

■ Ainsi, ces fromages seront faits le matin pour être servis au repas de midi, ou au début de l'après-midi, pour le dîner. Au moment de les servir, vous retournerez les formes sur un plat.

■ Ce fromage, très simple, est généralement servi relevé d'herbes, d'épices, d'aromates, ou bien accompagné de crème fraîche et de sucre en poudre.





## LES FROMAGES FRAIS

### Fromage lait-pendu

#### Ingrédients

2 litres de lait écrémé  
100 g de crème fraîche

**V**ersez 2 litres de lait écrémé dans une terrine maintenue à la température de 20 °C pendant 30 heures au moins pour que le lait subisse une coagulation naturelle. Lorsqu'il est caillé, placez une mousseline sur un tamis et versez-y le caillé pour le faire égoutter pendant 5 heures.

■ Mettez le caillé dans une terrine, ajoutez 100 g de crème fraîche un peu liquide et battez au fouet pour rendre l'ensemble bien mousseux.

■ Ce fromage ne se moule pas, il faut le servir dans un saladier et chacun l'assaisonne à son goût.



### Fromage à la pie

#### Ingrédients

2 litres de lait écrémé  
sel fin  
crème fraîche  
fines herbes

**C**omme pour le lait-pendu, laissez le lait se cailler naturellement pendant 30 heures au moins, à une température de 20 °C. Laissez égoutter le caillé sur un tamis garni d'une mousseline pendant 7 à 8 heures, afin qu'il soit bien ferme. Écartez la mousseline, salez le fromage au sel fin bien sec.

■ Laissez ensuite reposer une nuit.

■ Le lendemain, retournez le fromage sur une planchette ou sur un plat, salez l'autre côté. Maintenez-le au frais.

■ Servez avec de la crème et des fines herbes suivant votre goût.

# Jonchée

## Ingrédients

2 litres de lait écrémé  
8 gouttes de présure  
1 cuillerée à soupe de kirsch  
crème fraîche  
sucre en poudre

**L**a jonchée est un fromage blanc peu égoutté, présenté dans une petite corbeille de jonc tressé, noué aux extrémités, formant une sorte de barquette.

■ Versez 2 litres de lait écrémé dans une terrine et faites-le réchauffer doucement au bain-marie jusqu'à 32 °C. Ajoutez, en remuant à la spatule, 8 gouttes de présure, afin d'obtenir une coagulation complète en 30 minutes.

■ Versez alors ce caillé dans la barquette de jonc, posée à l'aide d'un petit chevalet de bois sur un plat creux, afin que le sérum s'écoule librement. L'égouttage doit durer le temps du repas pour déguster la jonchée au dessert, accompagnée d'une jatte de crème fraîche et de sucre en poudre.

■ Dans certaines régions, on ajoute au lait, en même temps que la présure, 1 cuillerée à soupe de kirsch qui relève son goût. En Bretagne, on ornait autrefois le petit panier de fleurs et de rubans.



*Corbeille de jonc dans laquelle s'égoutte la jonchée.*



LES FROMAGES FRAIS

# LES FROMAGES À PÂTE GRASSE

## Fromage blanc « maison »

### Ingrédients

2 litres de lait écrémé  
6 gouttes de présure  
sel fin  
poivre  
ail

Pour réussir cet excellent fromage, onctueux et de goût très agréable, il convient de bien respecter l'ordre des opérations. Versez 2 litres de lait entier dans une terrine. Couvrez avec un

linge et laissez reposer : n'empresurez pas le lait le jour même, mais attendez au moins 20 heures, afin qu'il « mûrisse » à une température moyenne de 15 à 18 °C.

■ Le lendemain, faites réchauffer le lait à 22 °C au bain-marie. Ajoutez 6 gouttes de présure, en remuant doucement. Couvrez avec un linge.

■ Laissez cailler dans une pièce dont la température est voisine de 20 °C. Le caillage demande environ 36 heures, parfois un peu moins.

■ Quand le caillé est formé et qu'un peu de sérum apparaît à sa surface, mettez-le délicatement dans les moules de votre choix et laissez égoutter.

■ Quand l'égouttage est terminé, après 6 à 8 heures, démoulez les fromages et salez-les légèrement avec du sel fin, sur les deux faces.

■ Disposez les fromages sur des cajets ou sur des claies ; le sérum qui s'écoulera à la suite du salage pourra ainsi s'égoutter librement.

■ Laissez reposer pendant 24 ou 48 heures. Consommez nature, poivré ou même aillé, suivant le goût de chacun.

*Ce fromage sert de base à plusieurs préparations, voir pages 62-81.*

# Cœurs à la crème

## Ingrédients

2 litres de lait entier  
200 g de crème fraîche  
6 gouttes de présure



**V**ersez 2 litres de lait entier dans une terrine placée dans une pièce à la température d'environ 18 °C. Posez un linge sur la terrine et laissez reposer jusqu'au lendemain.

- Réchauffez le lait, au bain-marie, à 30 °C. Ajoutez alors 100 g de crème un peu liquide et 6 gouttes de présure. Remuez doucement à la spatule.
- Couvrez la terrine avec un linge et laissez coaguler pendant environ 4 heures.
- Lorsque la coagulation est complète, prélevez le caillé délicatement à l'aide d'une cuillère et déposez-le doucement dans des formes en cœur que vous aurez garnies d'une mousseline ébouillantée. Laissez égoutter pendant 4 à 5 heures.
- Lorsque les fromages sont fermes et que le sérum ne s'égoutte plus, retournez les cœurs sur un plat, retirez la mousseline et servez-les, bien frais, recouverts de crème.



**1** Versez le lait dans une terrine. Couvrez d'un linge, et laissez reposer une journée dans une pièce à la température d'environ 18 °C.



## LES FROMAGES FRAIS



**2** Après avoir réchauffé le lait, au bain-marie, à 30 °C, ajoutez la crème et la présure en remuant doucement. Puis laissez coaguler pendant 4 heures.



**3** Lorsque la coagulation est complète, prélevez délicatement le caillé et déposez-le dans des formes en cœur garnies de mousseline ébouillantée.



**4** Laissez égoutter pendant 4 à 5 heures. Quand les fromages sont fermes, retournez les cœurs sur un plat. Servez-les bien frais, recouverts de crème.

# Fromage blanc à la chardonnette

## Ingédients

2 litres de lait entier  
100 g de crème épaisse  
2 gouttes de présure  
crème fraîche battue  
sucre en poudre

*Ornez le plat avec 2 ou 3 fleurs de chardon. Le fromage blanc à la chardonnette se déguste avec du sucre en poudre.*



Chardonnette

**A**utrefois, dans l'ouest de la France, on emprésurait le lait avec des fleurs de chardonnette (artichaut sauvage) dont on faisait bouillir une petite quantité dans un peu d'eau. On ajoutait cette eau au lait qui caillait ainsi lentement.

■ Pour préparer ce fromage sans chardonnette, laissez simplement cailler le lait de la veille, dans une pièce à 20 °C, avec seulement 2 gouttes de présure pour 2 litres de lait entier. La coagulation doit être lente, 12 heures environ.

■ Lorsque le lait est caillé, versez-le sur un tamis de crin garni d'une mousseline que vous replierez pour former une sorte de petit matelas (voir dessin page ci-contre). Laissez égoutter pendant 6 à 8 heures.

■ Dépliez la mousseline, renversez le caillé égoutté sur le tamis, au-dessus d'une terrine, et tamisez-le à l'aide d'un pilon.

■ Lorsque tout le fromage est passé, travaillez-le à la spatule en lui ajoutant 100 g de crème épaisse, jusqu'à ce que la pâte soit parfaitement lisse.

■ Versez cette pâte dans un moule garni d'une mousseline ébouillantée. Laissez reposer pendant 2 heures et démoulez au moment de servir, dans un comptoir, entouré de crème fraîche battue.



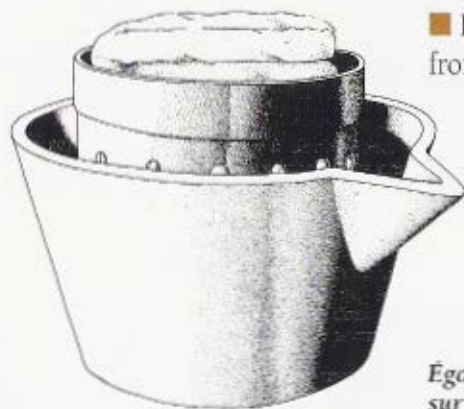
## LES FROMAGES FRAIS

# Gournay

### Ingrédients

2 litres de lait entier  
100 g de crème fraîche  
3 gouttes de présure  
sel fin

*Grâce au sel qu'il contient,  
le gournay peut être gardé au frais,  
pendant 8 jours, en conservant  
toutes ses qualités.*



Ce petit fromage originaire de Gournay-en-Bray, en Seine-Maritime, est connu sous sa forme affinée qui ressemble à un petit camembert, mais aussi sous forme de pâte fraîche, légèrement salée. Mélangez d'abord délicatement 100 g de crème à 2 litres de lait entier.

■ Faites chauffer au bain-marie jusqu'à 25 °C et ajoutez 3 gouttes de présure. Laissez reposer dans une pièce assez fraîche (15 °C) car la coagulation doit être lente et durer environ 30 heures.

■ Mettez le caillé sur un tamis garni d'une mousseline. Repliez la mousseline pour former un matelas et laissez égoutter pendant 6 heures.

■ Lorsque le caillé est bien égoutté, passez-le au tamis à l'aide d'un pilon de bois. Travaillez alors la pâte à la spatule en ajoutant un peu de sel fin, très sec. La proportion de sel est généralement de 2 g pour 100 g de pâte.

■ Moulez les fromages dans des formes rondes et plates dites « formes à gournay ».

■ Laissez reposer pendant 24 heures. Démoulez et enveloppez les fromages dans une feuille de papier d'aluminium. Placez au frais.

*Égouttage d'un matelas de caillé  
sur un tamis garni d'une mousseline.*

# Graval

## Ingrédients

2 litres de lait entier  
100 g de crème épaisse  
6 gouttes de présure  
sel, sucre

*Le graval ne se conserve pas longtemps ; il se déguste aussitôt, salé ou sucré.*

**O**riginaire, lui aussi, de Normandie et du pays de Bray, le graval est un fromage frais au lait de vache entier, non salé et de forme cylindrique. Chaque fromage doit peser environ 120 g. Laissez reposer 2 litres de lait entier dans une terrine, à 18 °C, pendant 24 heures.

■ Faites chauffer le lait au bain-marie, jusqu'à 30 °C. Ajoutez 6 gouttes de présure et laissez reposer dans une pièce à 18 °C pour obtenir une coagulation assez lente, en 10 ou 12 heures.

■ Garnissez la table d'égouttage d'un paillason recouvert d'une grande mousseline ébouillantée. Versez dessus le caillé et repliez la mousseline de façon à former un matelas assez mince. Posez sur le tout une planchette de bois et un poids d'environ 1 kg pour presser le caillé pendant 12 heures.

■ Mettez alors le caillé sur un tamis de crin et passez-le à l'aide d'un pilon, afin d'obtenir une pâte onctueuse. Ajoutez à cette pâte 100 g de crème épaisse, en travaillant lentement à la spatule.

■ Moulez les fromages dans des formes cylindriques munies de mousselines ébouillantées.

■ Laissez égoutter et reposer pendant 5 heures. Démoulez et gardez au frais jusqu'au dessert.





## LES FROMAGES FRAIS

# LES DOUBLE-CRÈME

## Double-crème

### Ingrédients

2 litres de lait entier  
200 g de crème épaisse  
3 gouttes de présure  
6 g de sel fin

Cette appellation générale n'impose pas à ce fromage une forme particulière. On le confectionne dans maintes régions, avec des tours de mains, des secrets qui font sa personnalité. Versez 2 litres de lait entier dans une terrine et laissez reposer pendant une nuit à la température moyenne de 18 °C.

■ Le lendemain, ajoutez 200 g de crème fraîche un peu liquide. Mélangez soigneusement. Ajoutez 3 gouttes de présure. Laissez cailler, toujours à la température de 18 °C. La coagulation doit s'effectuer lentement.

■ Posez une mousseline ébouillantée sur un tamis, déposez le caillé, repliez la mousseline et laissez égoutter pendant 18 heures.

■ Versez alors le caillé dans une terrine et malaxez-le longuement à la spatule, en lui incorporant 6 g de sel fin. Mettez cette pâte dans une forme ronde garnie d'une mousseline ébouillantée et laissez égoutter à nouveau pendant 6 heures.

■ Ce fromage peut être consommé aussitôt, mais il se gardera au frais 2 ou 3 jours.



### LE CARRÉ FRAIS

*Le carré frais est une variété de double-crème au lait de vache, enrichi de crème et salé à 2 %. On le fait dans diverses régions, en le moulant dans des formes carrées, assez plates, ce qui lui donne l'aspect d'un petit pavé.*

## Bondon frais

### Ingrédients

2 litres de lait entier  
100 g de crème fraîche  
3 gouttes de présure  
10 g de sel fin

**L**e bondon est un double-crème, originaire de Normandie, préparé avec du lait de vache entier enrichi de crème, salé à 2 %. Il se présente sous la forme d'un petit cylindre.

- Laissez le lait reposer une nuit avant de l'emprésurer. La température de la pièce et du lait doit être voisine de 18 °C.
- Le lendemain, ajoutez 3 gouttes de présure et laissez cailler à la température de 18 °C, pour obtenir une coagulation lente. Faites égoutter dans une mousseline sur un tamis.
- Lorsque le caillé est bien ferme et qu'il ne s'écoule plus de sérum, versez le caillé dans une terrine et malaxez-le en lui incorporant 100 g de crème et 10 g de sel fin.
- Moulez le fromage dans une forme cylindrique haute, puis laissez égoutter à nouveau et reposer pendant 24 heures.
- Le bondon peut se conserver quelques jours, au frais.

## Demi-sel

### Ingrédients

2 litres de lait entier  
200 g de crème fraîche  
3 gouttes de présure  
sel fin

**L**e demi-sel se prépare comme le double-crème (voir page 29) dont il est une variété. La pâte est longuement malaxée à la spatule et salée dans une plus grande proportion, à 3 %, ce qui lui assure une bonne conservation.

- La pâte du caillé doit être passée au tamis ou au broyeur à caillé afin d'être lisse et homogène.

### L'ANCÊTRE DU BONDON

Le mot « frometon » que l'on trouve dans les dictionnaires d'argot à côté de « fromji » et de « fromgon » est en réalité un mot noble qui n'a rien à voir avec le langage troupier ; c'est un fort ancien fromage du pays de Bray, connu dès le XI<sup>e</sup> siècle, et l'ancêtre du bondon. C'est un diminutif, car le frometon était de petite taille.



## LES FROMAGES FRAIS

# LES TRIPLE-CRÈME

## Petits-suisse

### Ingredients

3 litres de lait entier  
1 litre de crème épaisse  
3 gouttes de présure  
crème fraîche

*Les petits-suisse furent « inventés » vers 1850, en Normandie, mais par un vacher suisse, d'où leur nom. Depuis l'origine, ce sont de petits fromages à pâte molle, non salée, emmaillotés dans une chemise en papier. Riches en crème, souples, moelleux, les petits-suisse connaissent, depuis leur création, un très grand succès. Ne soyez pas déçu si vous ne parvenez pas à obtenir ce que les fromageries industrielles fabriquent à la perfection ; vos petits-suisse, même s'ils ne sont pas dignes du vacher de 1850, seront excellents.*

V ersez dans une large terrine 3 litres de lait entier. La température du lait doit être de 16 à 18 °C. Ajoutez aussitôt 3 gouttes de présure, afin que la coagulation soit lente et dure environ 24 heures. Une coagulation trop rapide ne permettrait pas d'obtenir une pâte onctueuse.

■ Lorsque le caillé est bien pris, déposez-le sur une mousseline posée sur un tamis. Repliez la mousseline pour former un matelas et laissez égoutter pendant 18 heures. Légouttage peut être activé en dernier lieu, en plaçant une planchette sur le matelas de caillé et en posant sur la planchette un poids d'environ 1 kg.

■ Retirez le caillé de la mousseline et passez-le au tamis, au-dessus d'une terrine, à l'aide d'un pilon. Pétrissez longuement la pâte du caillé à la spatule, en lui incorporant peu à peu 1 litre de crème épaisse. La pâte doit alors être onctueuse et lisse, son parfum frais et sa saveur douce.

■ Laissez la pâte reposer pendant 30 minutes avant de procéder au moulage.

■ Il vous faut des bandes de papier spécial, du type papier buvard. Placez au centre de la bande la valeur d'un œuf de pâte et enroulez le tout pour former un petit cylindre. Tassez légèrement et rangez debout sur un plat. Une main exercée exécute parfaitement ce petit travail, mais il existe dans le commerce spécialisé des moules à petits-suisse en fer blanc, d'un emploi très facile.

■ Avec ces proportions, on obtient une douzaine de petits-suisse, que l'on sert bien frais avec de la crème.

# Crémets

## Ingrédients

1/2 verre de lait  
500 g de crème fraîche épaisse  
25 gouttes de présure  
crème fraîche un peu liquide  
framboises, fraises  
sucre en poudre

*On peut napper les crémets de crème un peu liquide et les déguster avec des framboises, des fraises des bois et du sucre en poudre, ce qui constitue un dessert délicat.*



# Fontainebleau

## Ingrédients

500 g de crème  
125 g de caillé  
18 gouttes de présure

Ce sont de délicieux fromages, très faciles à réussir et qu'il faut faire par petites quantités car ils ne se conservent pas. Préparés le matin, ils seront prêts pour le dessert du déjeuner.

■ Pour 4 crémets, prévoyez 500 g de crème fraîche épaisse, maintenue à une température de 18 °C environ. Versez la crème dans une terrine avec 1/2 verre de lait.

■ Mélangez à la spatule, puis fouettez avec un batteur électrique ou un fouet mécanique, en incorporant petit à petit 25 gouttes de présure. Cette quantité semble très importante, mais elle est indispensable pour que la crème coagule en une douzaine de minutes. Peu à peu, au cours du fouettage, la crème s'affermie et prend du volume. Cependant, il faut prendre garde à ne pas fouetter au-delà de la consistance idéale, sinon la crème deviendrait du beurre.

■ Prenez alors des formes cylindriques, en porcelaine ou en grès, garnissez-les de carrés de mousseline ébouillantés et versez délicatement la crème battue, à l'aide d'une cuillère. Laissez égoutter pendant 4 à 5 heures et ne démoulez qu'au moment de servir, sur un compotier.

Le fontainebleau est une variété industrielle du crémets qu'il est possible de réaliser à la maison. Il se prépare exactement comme les crémets, mais il faut ajouter à la crème épaisse un peu de caillé finement tamisé (fromage blanc « maison »). Fouettez l'ensemble avec un peu moins de présure.

■ Les proportions à respecter sont : 500 g de crème, 125 g de caillé, 18 gouttes de présure.

■ Moulez en mousseline comme les crémets.



## LES FROMAGES FRAIS

### Crémets d'Angers

#### Ingrédients

150 g de crème fraîche  
1 blanc d'œuf  
crème fraîche un peu liquide  
sucre vanillé



### Maingaux rennais

#### Ingrédients

500 g de crème fraîche épaisse  
250 g de crème fraîche liquide  
échaudés  
fraises  
sucre en poudre

**E**st-ce vraiment un fromage ? Peut-être pas, mais c'est une délicate friandise à base de crème. Fouettez 150 g de crème fraîche, comme pour faire une chantilly. D'autre part, battez en neige

1 blanc d'œuf. Incorporez ensuite délicatement la crème fouettée et le blanc d'œuf battu.

■ Lorsque le mélange est bien homogène, remplissez de petits moules en grès, garnis de mousseline ébouillantée. Laissez égoutter au frais et démoulez au moment de servir, c'est-à-dire environ 3 heures plus tard.

■ On déguste ces crémets d'Angers avec de la crème fraîche un peu liquide, sucrée au sucre vanillé.

**S**pécialité des crémiers bretonnes de la région de Rennes, les maingaux se préparent juste avant d'être consommés. Prévoyez deux terrines, un fouet métallique – autrefois, les crémiers

battaient les maingaux avec un fouet de genêt ressemblant à un petit fagot –, une cuillère, 500 g de crème de la veille, donc un peu épaisse, et 250 g de crème du jour, c'est-à-dire liquide.

■ Battez les crèmes au fouet dans une terrine et, au fur et à mesure que le mélange mousse, retirez cette mousse à la cuillère et mettez-la dans l'autre terrine. Continuez à fouetter ainsi et à recueillir la mousse, jusqu'à épuisement de la crème. Dans cette opération délicate, la consistance de la crème a beaucoup d'importance, mais le résultat dépend surtout du tour de main.

■ On sert les maingaux avec des échaudés, des fraises et du sucre en poudre.

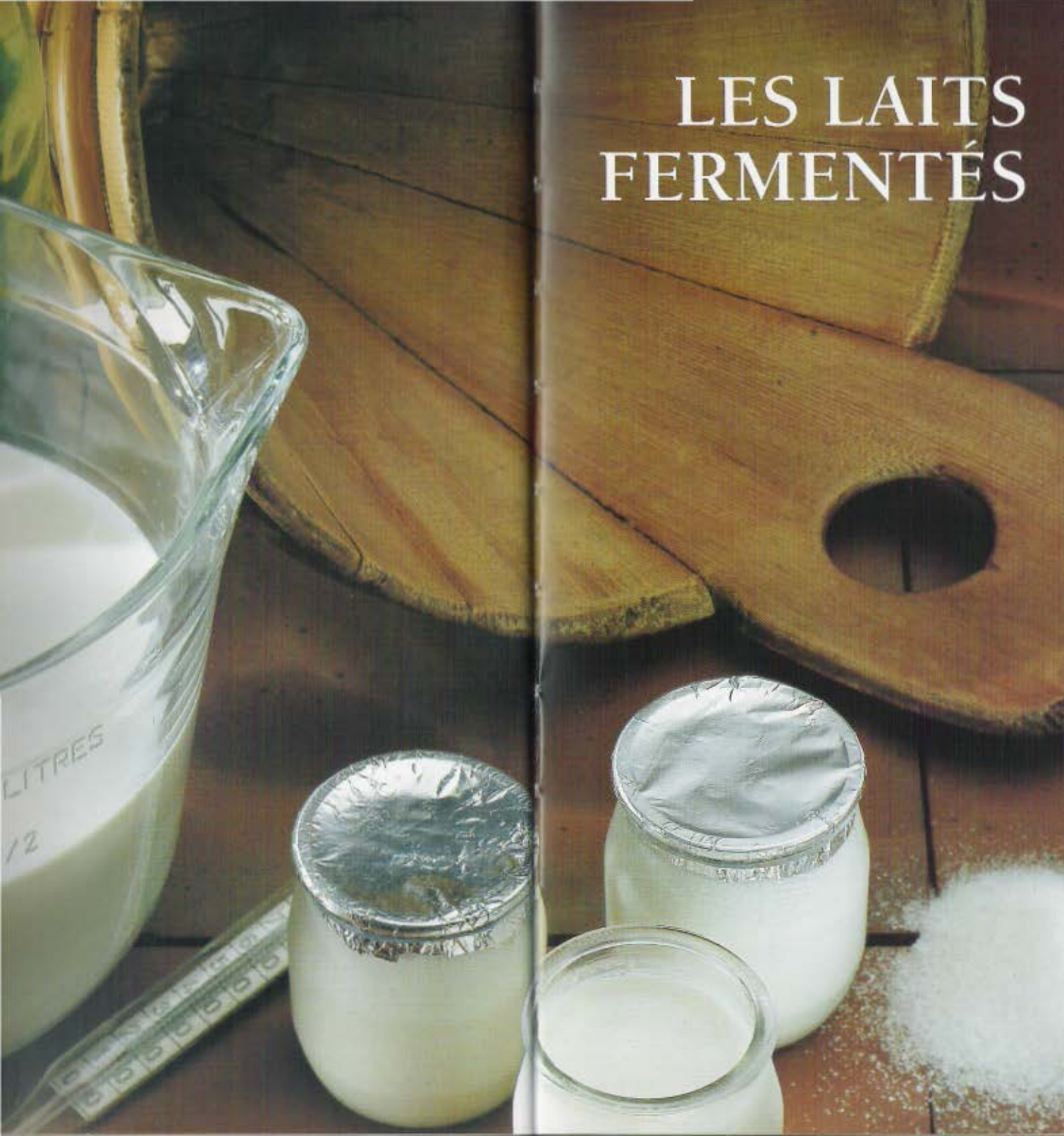
# LES LAITS FERMENTÉS

**P**lus tout à fait du lait, pas vraiment des fromages, ce sont les « laits fermentés »,

comme le yaourt des Bulgares et des Turcs, le kéfir du Caucase, le leben d'Algérie, le koumys du Turkestan, le mazun d'Arménie, le dadhi de l'Inde, le gioddu de Sardaigne...

Tous tirent leur origine de la fermentation des sucres que contient le lait. Dans ce chapitre, il faut aussi placer les caillebottes qui sont obtenues à partir de lait caillé non égoutté.

Tous ces laits fermentés sont, à l'origine, des nourritures de base des peuples pastoraux. Aliments riches et sains, agréables l'été grâce à leur fraîcheur acidulée et désaltérante, très digestes et reconstituants de la flore intestinale, ils sont recommandés aux enfants comme aux vieillards, aux sportifs comme aux convalescents.





## LE YAOURT

### Yaourts à l'ancienne

#### Ingrédients

2 litres de lait écrémé  
ou demi-écrémé  
2 cuillerées à soupe de yaourt

*Les yaourts contiennent tous les éléments nutritifs du lait et offrent un apport substantiel de protéines et de calcium.*

*On trouve en pharmacie le ferment nécessaire à leur fabrication, mais il est plus simple de se servir d'un yaourt du commerce pour ensemer le lait. Avec 1 litre de lait et 1 yaourt, on obtient 7 yaourts.*

*On peut les parfumer en mélangeant au lait des sirops de fruits, de l'extrait de vanille ou de l'eau de fleur d'oranger, mais les véritables amateurs les consomment nature, ou légèrement sucrés.*

P révoyez 1 yaourt et 2 litres de lait de vache écrémé ou demi-écrémé. Versez le lait dans une casserole et faites-le bouillir tout doucement pour le faire réduire d'un cinquième, en remuant sans cesse pour l'empêcher de brûler ou de déborder, et pour éviter la formation d'une peau à sa surface.

■ Retirez la casserole du feu, couvrez-la d'une mousseline et laissez le lait tiédir jusqu'à 45 °C.

■ Enlevez la peau qui s'est formée, puis incorporez au lait 2 cuillerées à soupe de yaourt. Battez pendant quelques instants pour bien mélanger et versez aussitôt dans de petits pots ou tout simplement dans des verres.

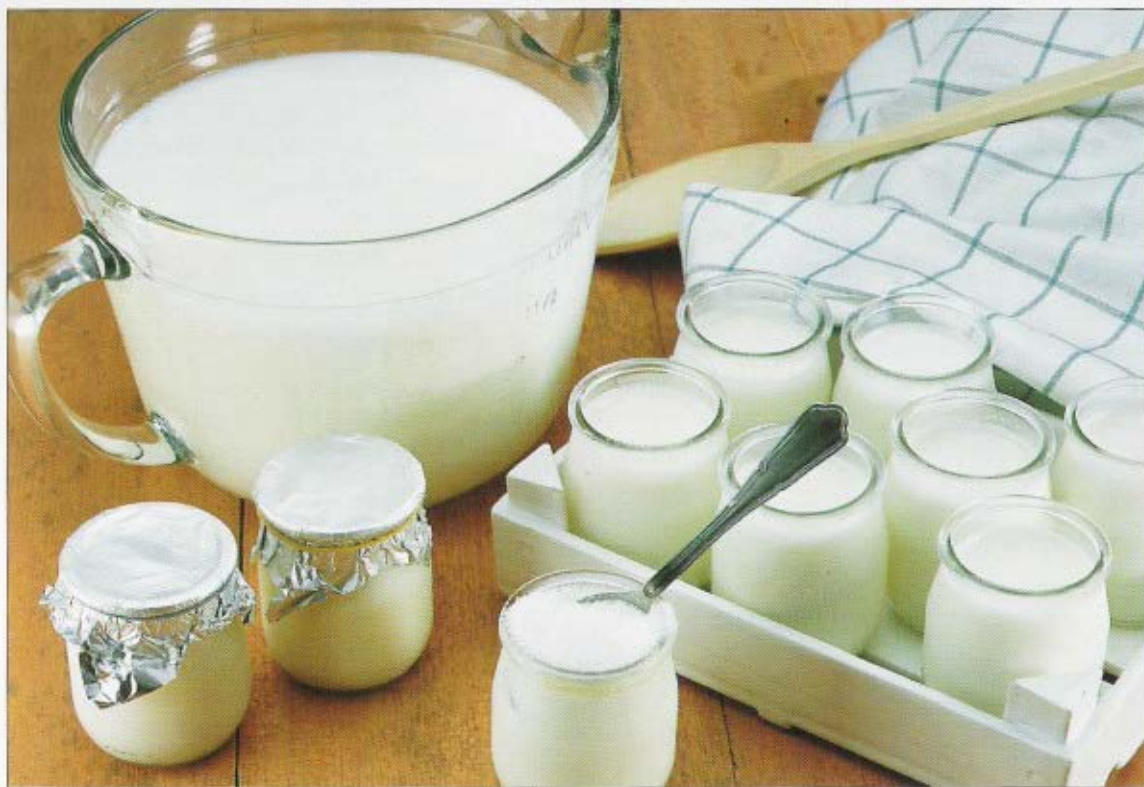
■ Couvrez les pots avec du papier sulfurisé ou d'aluminium, ou de la Cellophane, maintenu avec un élastique, comme on le fait pour les pots de confitures.

■ Placez les pots dans un grand plat creux contenant de l'eau chaude que vous maintiendrez à 40 °C pendant 4 heures. Vous pouvez aussi placer le plat dans le four, à condition que la température ne dépasse pas 40 °C.

■ Lorsque le lait est pris, refroidissez aussitôt les yaourts en les plaçant au bas d'un réfrigérateur. Vous pourrez les consommer 2 heures plus tard, mais ils se conserveront au froid pendant au moins 15 jours.

■ N'oubliez pas de garder un yaourt pour la « génération » suivante. Renouvelez votre source de ferment après une douzaine de fabrications en employant un yaourt du commerce.

## LES LAITS FERMENTÉS



**1** Faites bouillir le lait tout doucement pour le faire réduire, en remuant constamment. Puis retirez la casserole du feu et laissez tiédir jusqu'à 45 °C.



**2** Enlevez la peau qui s'est formée puis incorporez 2 cuillerées à soupe de yaourt. Battez pendant quelques instants pour bien mélanger.



**3** Versez dans de petits pots. Couvrez-les et placez-les dans un grand plat creux contenant de l'eau chaude que vous maintiendrez à 40 °C pendant 4 heures.



# Yaourts en yaourtière

## Ingédients

1 litre de lait  
1 yaourt

*Le principe de base de la fabrication du yaourt est la fermentation du lait, obtenue par l'action de deux ferments spécifiques, Thermobacterium bulgaricum et Streptococcus thermophilus, qui transforment le lactose en acide lactique et provoquent la précipitation de la caséine.*



Si vous disposez d'une yaourtière électrique automatique, la fabrication des yaourts est fort simple. Prenez 1 litre de lait pasteurisé entier ou demi-écrémé. Vous pouvez le faire bouillir, les yaourts seront plus crémeux. Si vous préférez employer du lait cru, faites-le bouillir et laissez-le refroidir.

■ Dans une terrine, délayez au fouet, petit à petit, le lait froid avec 1 yaourt. Lorsque le mélange est bien battu, versez dans les pots. Disposez-les, sans couvercle, dans la yaourtière. Fermez l'appareil, branchez-le et mettez-le en marche.

■ Après 8 à 10 heures, vérifiez que les yaourts sont bien pris. S'ils ne l'étaient pas, remettez la yaourtière en marche et attendez.

■ Dès que les yaourts sont faits, couvrez-les et mettez-les au réfrigérateur. Deux heures plus tard, ils seront prêts à être consommés.

## LE YAOURT

C'est en 1542 que le yaourt fit sa première apparition en France. Le roi François I<sup>er</sup> était malade et aucune médecine ne parvenait à le guérir. Il apprit par son ambassadeur auprès de la Sublime Porte qu'un médecin juif de Constantinople faisait des miracles grâce à des cures de lait préparé de certaine façon secrète. Le médecin vint à Paris avec son troupeau de brebis, le roi fit la cure et il guérit...

## LES LAITS FERMENTÉS

# LES CAILLEBOTTES

**L**es caillebottes, ou cailles, sont simplement une masse de lait caillé. On en consommait autrefois dans toutes les campagnes. En Bretagne, on les accompagnait de crêpes ou de galettes de sarrasin, en Limousin, on les mangeait avec des châtaignes, en Poitou, on les salait et on les

dégustait avec des radis roses ou du raifort. Les caillebottes peuvent être crues ou cuites ; le lait peut être sucré, parfumé ou légèrement salé avant d'être mis à cailler.

Elles se servent le plus souvent froides, mais peuvent aussi être consommées tièdes.

## Caillebottes

### Ingrédients

1 litre de lait  
4 gouttes de présure  
eau de fleur d'oranger  
sucre en poudre

**L**aissez reposer 1 litre de lait, dans une terrine, pendant une nuit. Le lendemain, faites tiédir ce lait jusqu'à 40 °C. Parfumez-le éventuellement avec quelques gouttes de fleur d'oranger.

■ Versez-le dans une jatte, ajoutez 4 gouttes de présure, remuez lentement à la spatule et couvrez avec un linge.

■ Laissez coaguler dans une pièce à 20 °C jusqu'à ce que la coagulation soit complète.

■ Les caillebottes sont à point lorsqu'un peu de sérum passe au-dessus de la masse coagulée qui se détache parfaitement des bords de la jatte. Alors les caillebottes, très homogènes, doivent se découper comme une gelée. Penchez légèrement la jatte pour laisser s'écouler le sérum.

■ Servez frais, avec du sucre en poudre.



## Caillebottes bretonnes

### Ingrédients

1 litre de lait  
4 gouttes de présure  
crème fraîche  
sucre en poudre

**P**réparez des caillebottes comme page 39, mais en utilisant un plat creux plutôt qu'une jatte. Lorsqu'elles sont parfaitement formées, divisez la masse en carrés. Basculez doucement le plat

pour laisser s'écouler le sérum.

■ Dans un bol, fouettez légèrement de la crème fraîche avec du sucre en poudre.

■ Versez sur les caillebottes et servez.

## Lait cuit breton

### Ingrédients

1 litre de lait  
4 gouttes de présure  
sucre en poudre  
crêpes de sarrasin et sel

**F**aitez des caillebottes à la bretonne (voir ci-dessus) et lorsqu'elles sont bien formées, placez le plat sur feu doux pendant 3 ou 4 minutes, jusqu'à ce qu'elles commencent à grumeler.

Retirez alors le plat du feu. Laissez s'écouler le sérum.

■ Servez tiède avec du sucre en poudre, ou bien légèrement salé sur des crêpes de sarrasin.



## LES LAITS FERMENTÉS

### Caillebottes poitevines

#### Ingrédients

1,5 litre de lait entier  
1 fleur de chardonnette  
(artichaut sauvage)  
crème fraîche  
sucre

Dans un petit carré de mousseline, nouez une fleur de chardonnette (artichaut sauvage). Plongez ce nouet dans 1 litre de lait entier versé dans une grande casserole.

- Faites chauffer doucement le lait en surveillant bien. Retirez la casserole du feu avant l'ébullition.
- Retirez le nouet et pressez-le pour égoutter dans le lait le suc de chardonnette.
- Laissez reposer pendant 1 heure. Le lait doit alors être caillé.
- Lorsque le sérum passe légèrement au-dessus de la masse, divisez-la en carré et placez à nouveau la casserole à feu doux, jusqu'à ébullition. La cuisson des caillebottes est à point lorsque les morceaux se séparent d'eux-mêmes et nagent dans le sérum.
- Retirez alors la casserole du feu. Laissez refroidir. Faites couler le sérum et versez la même quantité de lait froid.
- Servez bien frais, avec de la crème et du sucre.

### Lait battu

#### Ingrédients

1 litre de lait  
4 gouttes de présure  
1 verre de crème  
sucre en poudre

Préparez des caillebottes comme indiqué page 39. Lorsqu'elles sont bien prises, versez-les sur un linge placé sur un tamis. Laissez égoutter ainsi pendant 15 minutes. Versez le caillé dans une terrine, ajoutez 1 verre de crème et battez au fouet. Le mélange doit être très onctueux, mais non liquide.

- Servez frais, avec du sucre en poudre.



# LE KÉFIR

**L**e kéfir est un lait fermenté originaire du Caucase, où on le prépare avec du lait de chamelle, de brebis ou de vache. C'est une boisson légèrement aigrelette et mousseuse, agréable et saine, faiblement alcoolisée. La fermentation du lait est obtenue grâce à l'action de « grains de kéfir » que l'on trouve dans le commerce, en pharmacie ou dans les magasins de produits de régime, car le kéfir est considéré comme un aliment hautement

diététique, fortement recommandé aux convalescents. Les « grains de kéfir » ou « millet du Prophète » sont de petits grumeaux blanc jaunâtre, constitués surtout de levure. Avant de les employer, il faut les faire macérer pendant 3 heures dans l'eau tiède, afin qu'ils retrouvent leur élasticité. Ils peuvent servir indéfiniment : il suffit de les conserver au sec, ou encore dans un peu d'eau sucrée.

## Kéfir doux

### Ingrédients

2 litres de lait  
5 cuillerées à soupe de grains  
de kéfir

### *Variante :*

#### **Kéfir mousseux**

Pour obtenir un kéfir mousseux et très pétillant, il suffit d'ajouter au lait 50 g de sucre cristallisé avant de l'ensemencer avec les grains.

Après 3 jours de fermentation, ce kéfir justifiera son surnom de « champagne du Caucase ».

**F**aîtes bouillir 2 litres de lait et laissez tiédir jusqu'à 20 °C. Dans une cruche mettez 5 cuillerées à soupe de grains de kéfir. Versez le lait et laissez-le reposer, en maintenant sa température à 20 °C, pendant 6 heures. Remuez de temps en temps, pour éparpiller les grains qui remontent à la surface.

■ Lorsque le lait est caillé, versez-le doucement sur une passoire pour recueillir les grains.

■ Mettez alors le lait épaissi dans des bouteilles fermant hermétiquement et placez le tout dans un endroit frais et sec.

■ Deux jours plus tard, le kéfir peut être consommé. Il suffit de bien secouer la bouteille avant de servir.

## LES LAITS FERMENTÉS

# Kéfir fort

### Ingrédients

2,5 litres de lait  
1/2 verre de grains de kéfir

Dans une bouteille à large goulot, versez 1/2 verre de grains de kéfir et 3 verres de lait chauffé à 30 °C.

Bouchez la bouteille et maintenez-la à une température de 20 °C. Agitez souvent la bouteille car les grains remontent à la surface du lait.

■ Vingt-quatre heures plus tard, passez le lait fermenté. Laissez les grains dans la bouteille.

■ Mélangez le lait fermenté à 2 litres de lait tiédi et versez dans des bouteilles fermant hermétiquement. Agitez et maintenez à une température de 20 °C. Après 48 heures, le kéfir est dit « moyen » ; le troisième jour, il est dit « fort » car il est riche en acide carbonique et contient 2,50 % d'alcool. C'est alors qu'il doit être consommé car il n'est pas souhaitable de prolonger plus longtemps la fermentation.

■ Pour obtenir de nouveau du kéfir, il suffit de verser 3 verres de lait dans la première bouteille, celle qui contient les grains de kéfir, et de recommencer la même opération. Avant de servir le kéfir, laissez-le rafraîchir au bas du réfrigérateur.

### LA PASTEURISATION

La pasteurisation du lait consiste à le chauffer à une certaine température pendant le temps nécessaire à la destruction de la totalité des germes pathogènes et de la plupart des autres germes. Il existe deux sortes de pasteurisation : « basse » à 63 °C en 30 minutes, « haute » à 75 ou 95 °C, mais en quelques secondes. Aussitôt après la pasteurisation, le lait est immédiatement refroidi.



**V**ous le savez déjà, il n'est pas possible de donner la recette du camembert, du brie

ou du munster, comme on donne celles du baba, de la bavaroise ou du saint-honoré. Il ne suffit pas, en effet, de détailler chaque stade de la fabrication, il faut disposer d'installations et posséder une technique qui dépassent de très loin ce qui est nécessaire pour les fromages « maison ». L'affinage, c'est la grande affaire des fromages. De lui dépendent leur personnalité et leur qualité, grâce à des soins particuliers, des ferments spécifiques, des caves qui possèdent une sorte de microclimat où température, aération et humidité créent le milieu favorable à la maturation.

Voici quelques « recettes » qui donneront de bons résultats à condition d'être bien suivies et réalisées en très petite quantité.



AFFINÉS

# Fromage affiné « maison »

## Ingrédients

3 litres de lait entier ou écrémé  
12 gouttes de présure  
sel

Pour réaliser ce fromage, vous devez disposer d'un local et d'un matériel que nous avons déjà décrits dans l'introduction (voir pages 14-17). Vous devez aussi, pour mener à bien l'affinage, disposer d'une cave humide, sinon votre fromage séchera et durcira sans « mûrir ».

## Caillage

- Le fromage affiné « maison » peut être fabriqué avec du lait de vache entier ou écrémé.
- Versez 3 litres de lait dans une large terrine et laissez reposer pendant 24 heures à une température de 25 °C.
- Le lendemain, ajoutez 12 gouttes de présure en remuant doucement à la spatule.
- Couvrez la terrine avec un linge et laissez coaguler pendant environ 8 heures.
- Lorsque le caillé est bien ferme et bien régulier, le sérum recouvrant sa masse, vous pouvez procéder au moulage.



**1** Versez le lait dans une large terrine et laissez reposer pendant 24 heures à une température de 25 °C. Puis ajoutez la présure en remuant à la spatule.



**2** Laissez coaguler le lait dans la terrine couverte avec un linge pendant environ 8 heures jusqu'à ce que le caillé soit bien ferme, le sérum recouvrant sa masse.



**3** Prélevez le caillé et déposez-le dans des moules. Laissez égoutter 6 heures puis retournez les fromages pour les faire égoutter de l'autre côté.



## LES FROMAGES AFFINÉS

### Moulage

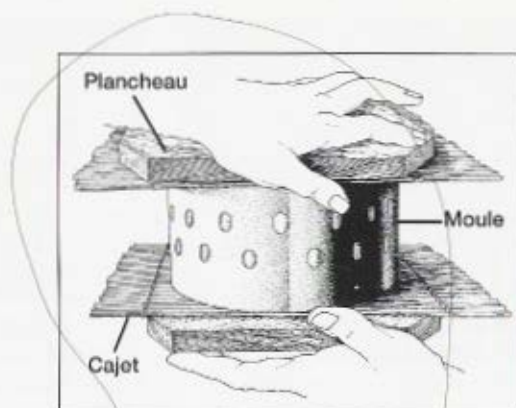
■ Sur la table d'égouttage, placez un plancheau, recouvrez-le d'un cajet, puis mettez un moule sur le cajet (voir dessin ci-dessous). Vous devez choisir des moules de 15 à 18 cm de diamètre au maximum. Plus large, le fromage serait plus difficile à soigner.

■ Prenez le caillé à l'aide d'une écumoire, et déposez-le en une couche assez épaisse pour garnir le moule. Un seul moule ne suffit pas pour faire un fromage d'une bonne épaisseur : quand le premier est rempli, superposez-lui un second moule que vous remplirez de caillé.

■ Après 6 heures d'égouttage, le caillé aura assez réduit d'épaisseur pour que vous puissiez enlever le second moule.

■ Il faut alors faire égoutter le fromage de l'autre côté. Pour le retourner, placez sur le dessus un cajet, puis un plancheau. Glissez une main sur le plancheau du dessous, placez l'autre main sur le plancheau du dessus, serrez fortement l'ensemble et retournez vivement. Replacez ainsi le fromage dans son moule sur la table d'égouttage et enlevez le plancheau et le cajet qui se trouvent sur le fromage. Laissez égoutter jusqu'à ce que le fromage soit bien ferme.

■ Le moulage peut aussi s'effectuer dans un moule à fond percé. On retourne alors le fromage en le transvasant dans un autre moule.



*Retournement d'un caillé.*

## Salage

■ Retirez le moule en plaçant le fromage sur un cajet posé sur une clayette. Salez cette face du fromage en la saupoudrant bien régulièrement de sel très fin et très sec.

■ Le lendemain, retournez le fromage et salez l'autre côté. Laissez le fromage sur un cajet reposant sur une clayette, tous deux propres et secs, pendant 24 heures, puis portez-le au hâloir.

## Séchage au hâloir

■ La température du hâloir doit être de 12 à 14 °C. Les seuls soins à donner au fromage consistent alors à le retourner chaque jour, en changeant cajets et clayettes pour qu'ils soient toujours secs.

■ Au bout de 10 jours, le fromage se couvre d'une moisissure très blanche, il faut alors le descendre à la cave.

## Affinage en cave

■ Le fromage va ensuite s'affiner et « mûrir » en cave. Il faudra chaque jour le retourner et changer cajets et clayettes, pendant 20 à 25 jours.

■ Quelques jours plus tard, c'est-à-dire 1 mois après sa fabrication, le fromage sera bon à consommer.



**4** Lorsque les fromages sont bien égouttés et bien fermes, salez-en une face en la saupoudrant régulièrement de sel très fin et très sec.



**5** Le lendemain, retournez les fromages et salez-les de l'autre côté. Laissez-les alors reposer pendant 24 heures. Puis mettez-les au hâloir.



**6** Après un affinage en cave durant une vingtaine de jours, les fromages retournés quotidiennement, sont « mûrs » et bons à consommer.



## LES FROMAGES AFFINÉS

# Boules fermières

### Ingrédients

3 litres de lait écrémé  
12 gouttes de présure  
sel fin



Ces fromages se fabriquent avec du lait de vache écrémé. Faites cailler 3 litres de lait comme il est indiqué pour le fromage affiné « maison » (voir pages 46-48).

■ Lorsque le caillé est bien pris, versez-le au centre d'un grand carré de mousseline ébouillantée. Nouez les quatre coins de façon à former un paquet et suspendez le tout à un gros clou, au-dessus d'un seau destiné à recueillir le sérum qui s'égouttera du caillé. Cet égouttage doit être mené dans une pièce assez chaude (20 °C) car il sera ainsi plus rapide.

■ Lorsque le caillé est bien égoutté, c'est-à-dire 6 heures plus tard, dénouez la mousseline, versez le caillé dans une terrine et pétrissez-le à l'aide d'une spatule pour obtenir une pâte bien homogène.

■ Roulez cette pâte en boules de la grosseur d'une pomme. Pressez bien ces boules afin qu'elles soient fermes. Mettez-les sur un cajet posé sur une clayette et laissez-les reposer pendant une journée au hâloir.

■ Le lendemain, salez les boules au sel fin, en les frottant bien sur toute la surface. Salez deux fois, à 12 heures d'intervalle. Laissez les fromages ainsi pendant 4 à 6 jours, avant de les descendre dans une cave humide. Retournez-les chaque jour afin que l'affinage soit bien régulier. Peu à peu, ils se couvriront de moisissures.

■ Au bout de 4 à 5 semaines, les boules fermières seront bonnes à consommer.

■ Si vous ne disposez pas d'un hâloir, vous pouvez placer vos fromages dans un garde-manger suspendu à l'ombre.

■ Enfin, si vous n'avez pas de cave humide, il existe d'autres façons de faire affiner les fromages : au marc de raisin, au foin mouillé, à la cendre de bois, etc. (voir ci-après pages 50-52).

## Fromage affiné au foin

### Ingrédients

3 litres de lait entier  
12 gouttes de présure, sel, foin

## Fromage affiné à la cendre

### Ingrédients

3 litres de lait entier  
12 gouttes de présure, sel  
cendre de bois tamisée

Suivez la recette du fromage affiné « maison », donnée pages 46-48. Au sortir du hâloir, placez les fromages dans un pot de grès garni de foin sec, de façon qu'ils soient isolés les uns des autres par une couche épaisse de foin.

■ Fermez le pot de grès et laissez-le ainsi pendant 1 mois dans une pièce à environ 20 °C.

Suivez la recette du fromage affiné « maison », jusqu'au moment de descendre le fromage à la cave (voir pages 46-48). Enfouissez-le alors dans un coffre de bois rempli de cendre de bois tamisée.

■ Fermez le coffre et laissez ainsi, au sec, pendant 2 mois.

■ Le fromage peut être gardé « en conserve » de cette manière pendant 3 mois. La pâte restera tendre et la croûte sera imprégnée de cendre.

■ Dans les pays de vignobles, on peut utiliser de la cendre de sarments de vigne.



**1** Préparez des fromages affinés « maison ». Faites-les sécher au hâloir pendant une dizaine de jours, en les retournant quotidiennement.



**2** Puis enfouissez les fromages dans un coffre de bois contenant de la cendre de bois tamisée et refermez bien celui-ci.



**3** Au bout de 2 mois, les fromages laissés ainsi au sec auront la croûte imprégnée de cendre et pourront être retirés du coffre.



## LES FROMAGES AFFINÉS

### Fromage affiné au marc

#### Ingrédients

3 litres de lait entier  
12 gouttes de présure, sel  
marc de raisin fermenté

### Fromage affiné aux feuilles de vigne

#### Ingrédients

3 litres de lait entier  
12 gouttes de présure, sel  
eau-de-vie  
feuilles de vignes fraîches

**C**onduisez un fromage affiné « maison » en suivant la recette donnée pages 46-48 jusqu'au moment de le descendre à la cave. Mettez-le alors dans un pot de grès contenant du marc de raisin fermenté.

■ Couvrez bien le fromage de marc et placez un linge sur le pot de grès pour éviter l'intrusion d'insectes.

■ Laissez affiner ainsi pendant 3 semaines.

■ Retirez alors le fromage, placez-le sur une étagère dans un endroit frais et aéré pendant 48 heures avant de le consommer.

**P**réparez un fromage affiné « maison » selon la recette donnée pages 46-48. Au sortir du hâloir, trempez chaque fromage pendant quelques secondes dans une bonne eau-de-vie. Aussitôt, enveloppez-le dans des feuilles de vigne fraîches, en l'entourant bien de tous côtés.

■ Ficelez les feuilles sur le fromage à l'aide d'un brin de raphia.

■ Disposez les fromages ainsi enveloppés dans un garde-manger suspendu à l'ombre, dans un endroit aéré, pendant 3 semaines. Ils seront alors bons à être consommés.

#### CONSEIL

À moins de vouloir commercialiser sa production fromagère, ce qui dépasse largement le cadre de cet ouvrage, il est conseillé de ne faire qu'un ou deux fromages par jour. Ainsi, il sera possible de consommer sa production au fur et à mesure de la venue à maturité des fromages.

# Fromage affiné aux feuilles de châtaignier

## Ingrédients

3 litres de lait entier  
12 gouttes de présure, sel  
feuilles de châtaignier fraîches



**C**onfectionnez des fromages affinés « maison » en suivant la recette donnée pages 46-48. Au sortir du haloir, enveloppez chaque fromage dans des feuilles de châtaignier fraîches, de façon régulière, afin qu'il soit complètement recouvert. Avec du raphia, ficelez les feuilles sur le fromage en formant un petit paquet. ■ Placez les fromages ainsi enveloppés dans un endroit frais et aéré pendant 3 semaines. Ils seront alors bons à être consommés.



**1** Préparez des fromages affinés « maison ». Faites-les sécher au haloir pendant une dizaine de jours en les retournant quotidiennement.



**2** Au sortir du haloir, posez les fromages sur des feuilles de châtaignier fraîches et enveloppez-les bien dans celles-ci.



**3** Au besoin, utilisez chaque fois deux feuilles de châtaignier pour que les fromages soient entièrement recouverts.



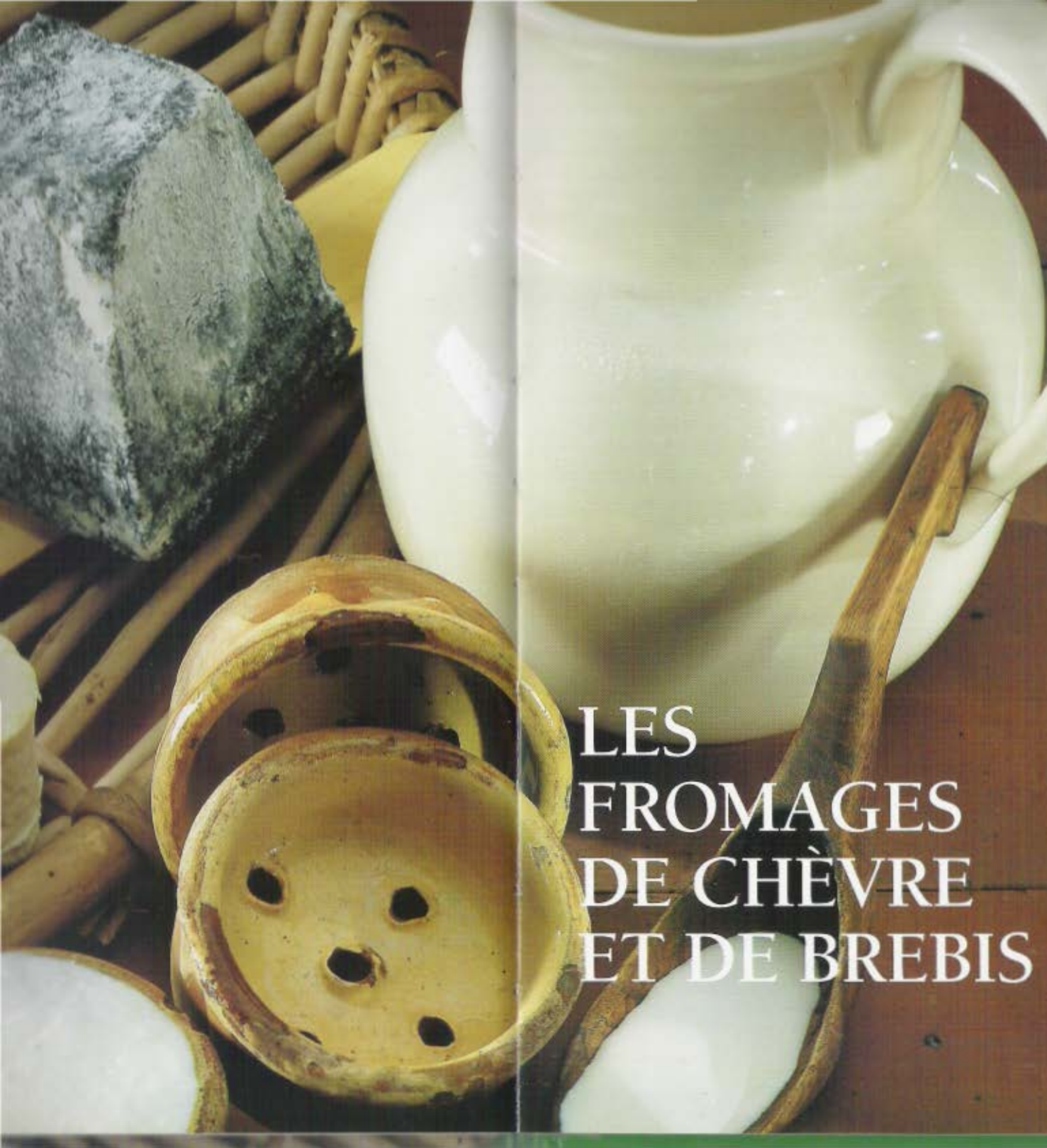
**4** Ficelez les feuilles sur les fromages avec du raphia. Puis placez les fromages dans un endroit frais pendant 3 semaines.



**S**i le fromage de brebis le plus célèbre est le roquefort, il existe à travers la France des

dizaines de fromages de chèvre, qui portent des noms aussi savoureux que leur pâte : grateron, bosson, chevreton, cabécou, cabrion, cabichou, chabris, chevret, chevrine, claquebitou... Mais, en ce qui concerne les fromages « maison », que le lait soit de chèvre ou de brebis, la technique de fabrication sera la même et seul l'affinage permettra à ces deux laits de développer leurs bouquets particuliers pour donner des fromages différents.

La fabrication du fromage de chèvre n'est du reste guère différente de celle du fromage au lait de vache : dans toutes les régions, les principes sont les mêmes, et pourtant, de la Bretagne aux Alpes et de la Lorraine au Poitou, nos fromages sont tous différents...



## LES FROMAGES DE CHÈVRE ET DE BREBIS



# Chèvres fermiers

## Ingrédients

2 litres de lait de chèvre  
6 gouttes de présure  
sel

## Variante :

### *Chèvres fermiers charbonnés*

Après 10 jours de séchage dans un garde-manger aéré, vous pouvez « charbonner » vos fromages, c'est-à-dire les saupoudrer finement de charbon de bois pulvérisé et tamisé. Ce charbonnage accélère le séchage et la formation de moisissures bleues. N'employez pas de charbon de bois de sapin qui donnerait aux fromages un goût de résine.

Versez 2 litres de lait de chèvre dans une terrine et placez cette terrine dans un endroit frais (environ 12 °C), pendant une nuit. Le lendemain, faites réchauffer doucement le lait au bain-marie pour qu'il atteigne une température de 20-22 °C.

Versez alors 6 gouttes de présure et laissez coaguler à une température ambiante de 18 °C. Dès que le caillé est bien pris, ce qui peut demander de 10 à 24 heures, moulez-le dans des formes cylindriques. Attendez 1 heure que le caillé se soit tassé pour remettre une autre couche, afin que les fromages aient une bonne épaisseur. Laissez égoutter, sur des claies, pendant 24 heures.

■ Salez la face supérieure des fromages, puis retournez les formes pour démouler les fromages et salez les autres faces. Laissez égoutter à nouveau pendant 24 heures, en disposant une mousseline sur les fromages pour qu'ils soient à l'abri des insectes.

■ Placez alors les fromages sur des claies, dans un garde-manger que vous suspendrez dans un courant d'air frais. Retournez les fromages chaque jour pour qu'ils séchent régulièrement. Après 15 jours, vous pourrez les descendre à la cave pour les conserver, en les disposant sur un lit de paille que vous changerez tous les 2 jours, afin qu'ils restent au sec. Ces fromages fermiers peuvent être consommés frais, légèrement secs ou tout à fait secs. Ils sont excellents à tous les stades de leur maturation.

## LE LAIT DE CHÈVRE

Le lait de chèvre n'a en soi ni odeur, ni saveur qui le différencie du lait de vache. Il est un peu moins gras que ce dernier et moins riche en caséine, mais il contient autant de sels minéraux. D'ailleurs, la composition du lait de chèvre est très variable suivant la race de l'animal, son alimentation et le climat sous lequel il vit. Si la fabrication du fromage de chèvre offre peu de variantes d'un pays à l'autre, il existe de très nombreuses méthodes d'affinage et chaque région, chaque maison, possède ses secrets...



## LES FROMAGES DE CHÈVRE ET DE BREBIS

# Chèvre au lait pressé

### Ingédients

2 litres de lait de chèvre  
8 gouttes de présure  
sel

**E**mprésurez le lait de chèvre aussitôt après la traite, c'est-à-dire lorsqu'il est encore à environ 30 °C, ou faites-le tiédir au bain-marie, afin de retrouver cette température.

■ Versez 2 litres de lait tiède dans une terrine et ajoutez 8 gouttes de présure. Couvrez la terrine avec un linge et laissez coaguler dans une pièce à la température de 20 °C.

■ Lorsque la coagulation est à point, découpez le caillé en tous sens, avec une spatule plate, de manière à le diviser en petits morceaux. Placez alors la terrine dans un bain-marie d'eau chaude pour que le caillé atteigne la température de 40 °C. Laissez chauffer ainsi pendant 15 minutes, puis retirez la plus grande partie du sérum.

■ Versez le caillé dans des moules cylindriques, à l'aide d'une cuillère, et laissez égoutter en pressant légèrement. Lorsque le caillé s'est un peu tassé, placez dessus un petit disque de bois du même diamètre que l'intérieur du moule et posez sur ce disque un poids d'environ 500 g.

■ Le lendemain, démoulez les fromages sur un cajet posé sur une clayette. Salez-les bien soigneusement sur toutes les faces et rangez-les alors sur des claies dans un endroit frais et aéré pendant 8 jours, en les retournant tous les jours.

■ Passé ce temps, descendez les fromages à la cave, disposez-les sur un lit de paille bien sèche que vous renouvellez tous les 2 jours.

■ Les fromages se couvriront d'abord d'un fin duvet blanc qui bientôt bleuirait. Attendez 2 à 3 semaines avant de les consommer.



# Chèvre affiné au foin

## Ingrédients

2 litres de lait de chèvre  
6 gouttes de présure  
sel  
foin

### LE CONTRÔLE DE L'AFFINAGE

Si les fromages devenaient trop mous, il faudrait remplacer le foin mouillé par du foin sec, si au contraire les fromages étaient trop secs, il faudrait à nouveau mouiller le foin.

Si vous désirez garder longtemps ces fromages, il faudra de temps en temps les changer de place dans le pot, afin de mettre au-dessus ceux du fond.

**E**mprésurez le lait comme pour le chèvre fermier (voir page 56). Lorsque la coagulation est complète et que le sérum se sépare de la masse, retirez le caillé à la cuillère et mettez-le à égoutter dans des formes cylindriques en grès ou en plastique, que vous posez sur une clayette, au-dessus d'un plat creux, pour que le sérum s'écoule librement.

■ Cet égouttage doit se faire dans un local frais et sec. Laissez égoutter pendant 12 heures.

■ Le lendemain, salez la surface des fromages dans les moules, puis renversez-les sur un cajet posé sur une claie et salez soigneusement les autres faces.

■ Placez les fromages dans un garde-manger garni de claies, suspendu dans un endroit frais et aéré. Les fromages sécheront lentement en se couvrant de moisissure. Retournez-les alors chaque jour.

■ Lorsqu'ils seront assez secs, sans être durs, c'est-à-dire au bout de 15 jours, rangez-les dans un pot en grès, en enveloppant chaque fromage dans du foin mouillé d'eau salée. Couvrez le pot et placez-le dans une cave fraîche, pendant 1 mois, avant de consommer les fromages.



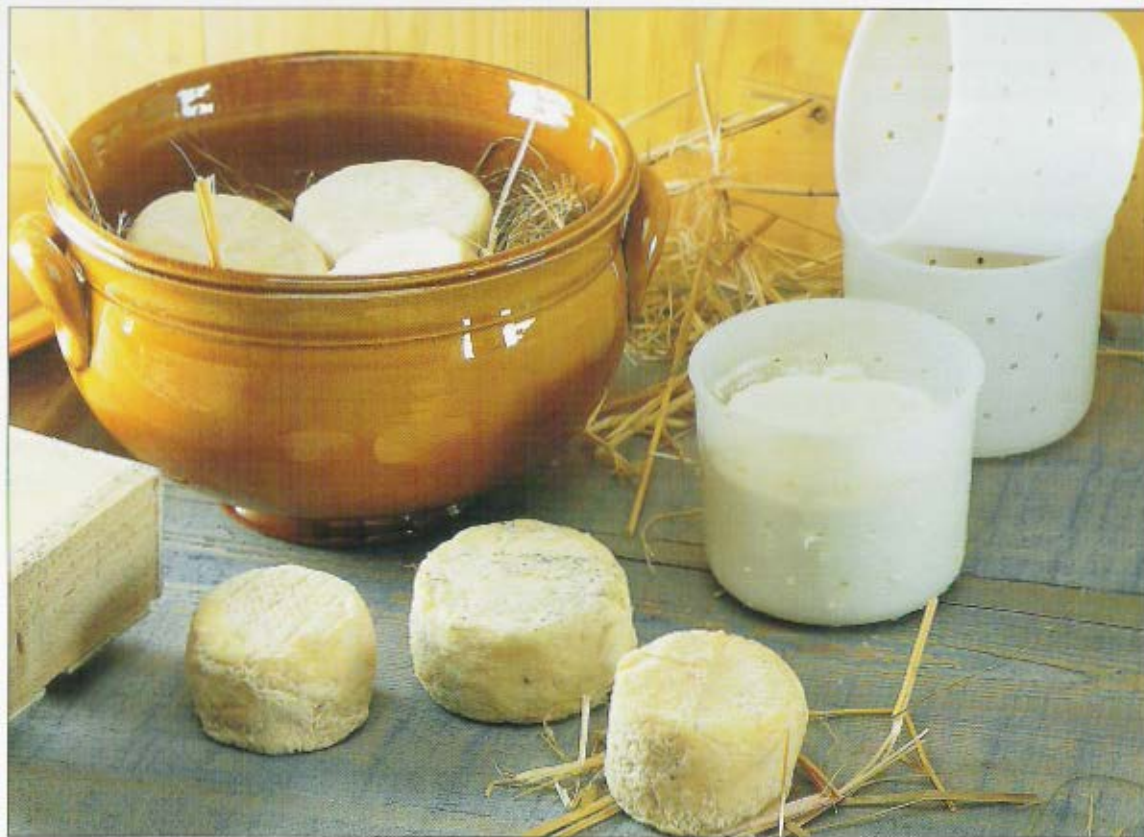
**1** Versez 2 litres de lait dans une terrine. Le lendemain, réchauffez le lait à 20-22°C, puis ajoutez 6 gouttes de présure. Laissez coaguler à 18 °C.



**2** Lorsque le sérum se sépare de la masse, prélevez le caillé à la cuillère ou à la louche pour le mettre à égoutter dans des formes cylindriques.



## LES FROMAGES DE CHÈVRE ET DE BREBIS



**3** Posez celles-ci sur un plat creux afin que le sérum puisse s'écouler librement. Laissez-les dans un local frais et sec pendant environ 12 heures.



**4** Le lendemain, salez soigneusement les fromages sur toutes leurs faces et mettez-les à sécher jusqu'à ce qu'ils soient secs sans être durs.



**5** Au bout de 15 jours, enveloppez chaque fromage dans du foin humidifié à l'eau salée. Mettez-les dans un pot en grès et gardez-les dans une cave fraîche.

# Chèvre frais

## Ingrédients

2 litres de lait de chèvre  
6 gouttes de présure  
sel



Versez 2 litres de lait de chèvre dans une terrine. Laissez reposer dans une pièce à la température de 20 °C pendant 2 heures. Ajoutez alors 6 gouttes de présure. Mélangez

à la spatule, couvrez la terrine avec un linge et laissez coaguler pendant 6 heures.

■ Versez le sérum dans une terrine. Réservez-le soigneusement, il servira à préparer un autre fromage (voir la recette du chèvre au petit-lait page 61).

■ Moulez le caillé dans des faisselles de jonc tressé, ou bien dans des formes en grès garnies de mousselines ébouillantées. Placez les faisselles ou les moules sur une clayette au-dessus d'une terrine pour recueillir le sérum. Laissez égoutter pendant 24 heures.

■ Démoulez alors les fromages en les retournant. Laissez à nouveau reposer pendant 24 heures.

■ Salez-les légèrement sur toutes les faces. Laissez encore reposer 24 heures dans un local frais et aéré.

■ À partir de ce moment, les fromages sont bons à être consommés, mais vous pouvez les laisser mûrir 3 ou 4 jours, ou les faire sécher dans un garde-manger, dans un courant d'air, pendant une dizaine de jours.

## DE LA FORME AU FROMAGE

C'est le mot « forme » (du latin forma) qui a donné le mot « fromage » devenu « fromage ».

Le mot « fourme » vient également de « forme ».

La diversité et le nombre des moules qui donnent leur forme au fromage ont inspiré l'écrivain Francis Amunategui, qui a essayé de démontrer qu'il existait un rapport entre le paysage et la forme du fromage où il est produit...



## LES FROMAGES DE CHÈVRE ET DE BREBIS

### Chèvre au petit-lait

#### Ingrédients

lait de chèvre  
sérum (recueilli lors de l'égouttage  
du chèvre frais)  
sel

**V**ersez dans une casserole tout le sérum recueilli au cours de l'égouttage du chèvre frais (voir recette page 60). Faites chauffer doucement. Ajoutez une pincée de sel.

Lorsque le sérum est chaud, mais non bouillant, versez la même quantité de lait de chèvre frais que le sérum. Mélangez à la spatule et laissez cuire sur feu doux, jusqu'à ce que le lait coagulé fasse des bulles qui viennent crever à la surface. Retirez alors la casserole du feu. Laissez tiédir.

■ À la cuillère, versez le caillé cuit dans des formes cylindriques. Placez les formes sur une clayette et laissez égoutter pendant 12 heures.

■ Démoulez les fromages. Salez-les légèrement. Placez-les dans un local aéré ou dans un garde-manger suspendu à l'ombre.

■ Laissez sécher quelques jours, en retournant les fromages chaque jour. Ces fromages se consomment frais.

### Ricotta

#### Ingrédients

2 ou 3 litres de lait de brebis  
10 gouttes de présure, galets de torrent,  
sucre en poudre

*Le lait de brebis est très riche en matières grasses – il en contient deux fois plus que le lait de vache ; épais, un peu visqueux, mais très blanc, il possède une agréable saveur de noisette. Comme le lait de chèvre, il prend facilement les odeurs et les goûts étrangers, de sorte qu'il faut le traiter rapidement.*

**D**ans les montagnes de l'île de Beauté, on confectionne avec le lait de brebis une sorte de « caillebotte » très particulière, dont voici la recette pittoresque.

■ Dans un chaudron, versez 2 ou 3 litres de lait de brebis. D'autre part, dans un foyer de braises ardentes, faites chauffer « à blanc » de ces galets ronds que l'on trouve dans le lit des torrents. Lorsque les galets sont brûlants, plongez-les dans le chaudron de lait qui se mettra à bouillir au contact des pierres et s'imprégnera d'un léger goût de fumée.

■ Après quelques minutes, retirez les pierres et, lorsque le lait est devenu tiède, mélangez-lui 10 gouttes de présure en remuant avec un bâton. Dès que le caillé est pris, on le déguste tiède, avec du sucre en poudre.



# LES FROMAGES PRÉPARÉS

Cette appellation  
générique désigne  
tous les fromages  
faits à la maison

qui doivent ou peuvent subir une  
préparation avant d'être consommés. Ces  
diverses préparations sont souvent des  
façons déguisées d'affiner les fromages,  
ou de rehausser en le transformant le  
goût des fromages frais.

Toutes ces recettes viennent en droite  
ligne du terroir, car chaque région,  
chaque pays, possède ses traditions pour  
déguster ou conserver les petits fromages  
faits chez soi.

La plupart de ces fromages ne sont pas  
commercialisés et sont de consommation  
familiale, mais certains, comme la  
cancoillotte, font l'objet d'importantes  
fabrifications artisanales et se trouvent  
dans le commerce.



## Arômes de Lyon

### Ingrédients

fromages de chèvre fermiers  
vin blanc sec  
feuilles de platane



**V**ous pouvez utiliser pour cette recette des fromages de chèvre fermiers (voir page 56), séchés pendant 3 semaines à 1 mois. Placez les fromages dans un pot de grès. Versez du vin blanc sec pour les baigner. Fermez le pot et laissez macérer ainsi pendant 1 mois dans une cave fraîche.

■ Sortez alors les fromages délicatement. Placez-les sur des claies et faites-les sécher en cave pendant 1 mois, en les retournant tous les jours.

■ Au bout de ce temps, enveloppez chaque fromage dans des feuilles de platane liées avec un brin de raphia. Conservez-les ainsi dans un endroit frais et sec.

## Bibbelskase alsacien

### Ingrédients

fromages double-crème  
50 g de raifort râpé  
1 cuillerée à soupe de persil haché  
6 g de sel fin  
3 g de poivre moulu

**L**e bibbelskase se prépare à partir de fromages double-crème (voir recette page 29). Lorsque vous malaxez le caillé dans une terrine, ajoutez à la pâte bien homogène 50 g de raifort râpé, 1 cuillerée à soupe de persil haché, 6 g de sel fin et 3 g de poivre moulu.

■ Mélangez soigneusement tous ces éléments au fromage et versez dans des formes cylindriques garnies d'une mousseline ébouillantée. Posez les formes sur une clayette, dans un local frais.

■ Laissez égoutter ainsi pendant 48 heures pour développer les arômes, avant de consommer.

## LES FROMAGES PRÉPARÉS

# Brindamour (Corse)

### Ingrédients

chèvre affiné « maison »  
sarriette  
romarin

Ce fromage se prépare comme le chèvre affiné au foin (voir page 58) mais avec des herbes fraîches. Hachez grossièrement une quantité suffisante de sarriette et de romarin pour pouvoir disposer un lit d'herbes entre les couches de fromages rangés dans un pot de grès.

- Recouvrez le dessus du pot d'herbes et fermez-le.
- Laissez reposer dans une cave fraîche pendant 3 mois. Les fromages prendront ainsi une saveur aromatique tout à fait particulière.



# Brocq lorrain

### Ingrédients

3,5 litres de lait entier  
6 gouttes de présure  
6 tranches de pain rassis  
sucre en poudre

Faites coaguler 2 litres de lait entier (voir page 23) et laissez égoutter le caillé sur un tamis couvert d'une mousseline pendant 12 heures. Lorsque le caillé est bien égoutté, versez-le dans une terrine et travaillez-le à la spatule en lui incorporant peu à peu 1,5 litre de lait frais. Battez au fouet pour que le mélange soit très homogène et un peu mousseux.

- Faites macérer dans ce mélange 5 à 6 tranches de pain rassis, pendant 2 heures, au froid.
- Servez avec du sucre en poudre. C'est une ancienne recette que l'on servait autrefois en collation, l'été, aux travailleurs des champs.



# Boulettes aux herbes (Flandre)

## Ingredients

2 litres de lait entier  
6 gouttes de présure  
persil, estragon, ciboulette, poivre,  
sel fin

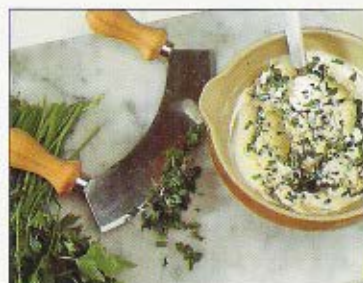
**P**réparez ce fromage en partant d'un lait caillé (voir page ) complètement égoutté. Pétrissez-le dans une terrine, à la spatule, en lui incorporant les herbes aromatiques suivantes : pour 500 g de caillé égoutté, ajoutez à la pâte 2 cuillerées à soupe de persil, 1 cuillerée d'estragon, 1 cuillerée de ciboulette, le tout finement haché. Ajoutez encore 1 cuillerée à café de poivre moulu et 1/2 cuillerée à café de sel fin.

■ Pétrissez bien l'ensemble et façonnez la pâte en forme de boulettes grosses comme de petites pommes.

■ Ces fromages se consomment frais.



**1** Faites cailler le lait comme pour préparer du fromage blanc « maison » et faites égoutter.



**2** Versez dans une terrine et incorporez persil, ciboulette et estragon haché. Salez et poivrez.



**3** Pétrissez bien et façonnez des boulettes de la grosseur de petites pommes.



**4** Puis roulez-les dans le mélange d'aromates. Ces fromages se consomment frais.







## Brousse de Provence

### Ingrédients

2 litres de lait entier de vache  
ou de brebis  
6 gouttes de présure  
1 pincée de sel  
3 cuillerées de sucre en poudre  
compote d'abricots ou de pruneaux

## Cervelle de canut (Lyon)

### Ingrédients

2 litres de lait entier  
6 gouttes de présure  
1 verre de vin blanc  
2 cuillerées d'huile  
2 cuillerées à soupe de vinaigre  
1/2 cuillerée à soupe d'échalotes  
1 cuillerée de persil  
12 cuillerée de ciboulette  
1 petite gousse d'ail  
1/2 cuillerée à café de sel fin  
1/2 cuillerée à café de poivre moulu

**L**a brousse de Provence est un fromage frais de lait de brebis ou de vache. Faites coaguler le lait comme pour le fromage blanc « maison » (voir page 23). Lorsque le caillé est bien pris, faites-le égoutter sur un tamis garni d'une mousseline, pendant environ 6 heures.

■ Versez-le dans une terrine et travaillez-le à la spatule très longuement, pour obtenir une pâte très homogène. Ajoutez une pincée de sel et 3 cuillerées de sucre en poudre.

■ Formez le caillé en dôme bien régulier dans une jatte et versez dessus une compote d'abricots ou de pruneaux. Servez très frais.

**F**aîtes coaguler 2 litres de lait entier (voir page 23) et laissez égoutter le caillé sur un tamis couvert d'une mousseline pendant 3 heures. Versez le caillé dans une terrine et travaillez-le à la spatule en le battant longuement.

■ Lorsque la pâte est parfaitement lisse, ajoutez 1/2 cuillerée à café de poivre moulu et 1/2 de sel fin, ainsi que la valeur de 1/2 cuillerée à soupe d'échalotes, 1 cuillerée de persil, 1/2 cuillerée de ciboulette et 1 petite gousse d'ail, le tout finement haché. Mélangez bien le tout.

■ Couvrez la terrine avec un linge et laissez reposer pendant 48 heures. Ajoutez alors 2 cuillerées à soupe de vinaigre, 1 verre de vin blanc, 2 cuillerées d'huile.

■ Battez le tout au fouet et servez bien frais.

## LES FROMAGES PRÉPARÉS

# Cancoillotte

### Ingredients

- 5 litres de lait écrémé
- 5 gouttes de présure
- 90 g de beurre
- 50 g de lait ou de vin blanc
- ail
- 3 g de sel
- poivre



**O**riginaire de Franche-Comté, la cancoillotte est un fromage très particulier dont la consistance est celle d'un miel épais et la saveur... très fruitée ! Il en existe de nombreuses formules, certaines fort savantes ; en voici une, facile à réaliser à la maison.

■ Dans une grande terrine, versez 5 litres de lait écrémé et réchauffez-le au bain-marie jusqu'à 25 °C. Maintenez cette température jusqu'à ce que le lait coagule de lui-même.

■ En hiver, il est possible d'activer un peu le processus en ajoutant au lait 5 gouttes de présure.

■ Lorsque la coagulation est complète, placez la terrine dans un bain-marie à 45-50 °C pendant 15 minutes pour durcir le caillé.

■ Versez le caillé sur un tamis muni d'une étamine et laissez égoutter pendant 3 heures. Le caillé est alors dur et friable.

■ Émiettez-le avec les doigts et mettez-le dans un pot de grès.

Fermez le pot et laissez fermenter ainsi à la température de 25 °C, en remuant tous les jours avec une spatule de bois. Le caillé sera à point lorsqu'il aura pris la consistance d'une pâte élastique, jaune foncé : c'est alors le « metton », qu'il faut travailler pour obtenir la cancoillotte.

■ Versez le metton dans une casserole placée dans un bain-marie bouillant. Remuez sans cesse à la spatule, en incorporant petit à petit 90 g de beurre frais et 50 g de lait bouillant salé avec 3 g de sel. Remuez constamment jusqu'à ce que le mélange parfaitement homogène et lisse ait l'apparence d'un beau miel doré. Ajoutez alors une forte pincée de poivre.

■ Versez la cancoillotte dans de petits pots en terre et laissez refroidir. Elle va figer légèrement et peut être consommée aussitôt, mais vous pouvez aussi couvrir les pots et les conserver au froid.

■ Il est préférable de sortir le pot que l'on désire consommer quelques heures auparavant, car la cancoillotte est meilleure à la température ambiante.

■ Certains remplacent le lait par du vin blanc et ajoutent de l'ail.



# Boulettes à l'huile (Liban)

## Ingrédients

2 litres de lait entier  
6 gouttes de présure  
huile d'olive  
1 cuillerée à café de sel fin

Faites cailler 2 litres de lait de vache entier (voir page 23). Égouttez le caillé sur une mousseline posée sur un tamis, pendant 6 heures. Versez le caillé dans une terrine, travaillez-le à la spatule

pour le rendre bien lisse. Ajoutez 1 cuillerée à café de sel fin.

■ Faites à nouveau égoutter le caillé, mais cette fois en le nouant dans un carré de mousseline suspendu à un clou, pendant 6 heures.

■ Au bout de ce temps, travaillez le caillé à la spatule dans une terrine et laissez-le au froid pendant 3 heures pour qu'il soit bien ferme.

■ Façonnez alors des boulettes de fromage de la grosseur d'une balle de ping-pong, et placez-les dans un bocal de verre fermant hermétiquement. Versez de l'huile d'olive de façon que les boulettes soient recouvertes d'environ 1 cm d'huile. Laissez le pot dans une cave fraîche et oubliez-le pendant 6 mois.

■ Dans ce bain d'huile, les boulettes libanaises se conservent plus d'un an. Elles prennent une saveur piquante très agréable.



**1** Faites cailler le lait comme pour préparer du fromage blanc « maison » et faites-le égoutter sur une mousseline.



**2** Au bout de 6 heures, versez-le dans une terrine puis travaillez-le à la spatule pour le rendre lisse et salez-le.



**3** Faites à nouveau égoutter le caillé 6 heures, en le nouant dans une mousseline suspendue à un crochet.

## LES FROMAGES PRÉPARÉS



**4** Laissez égoutter dans un local à l'abri de la poussière et des grosses chaleurs durant l'été afin d'éviter le dessèchement trop rapide du caillé.



**5** Dans une terrine, travaillez le caillé à la spatule, mettez-le au froid, puis façonnez des boulettes de la grosseur d'une balle de ping-pong.



**6** Placez celles-ci dans un bocal de verre fermant hermétiquement et recouvrez d'huile d'olive. Laissez reposer 6 mois dans une cave fraîche.



## Chèvre macéré (Languedoc)

### Ingredients

fromages de chèvre fermiers  
1 verre de vin blanc  
1 verre d'eau-de-vie de marc  
4 verres d'huile d'olive  
2 gousses d'ail  
1 brindille de thym

Faites sécher pendant 1 mois des fromages de chèvre fermiers (voir page 56) dans une cave fraîche et aérée. Dans une terrine, préparez un mélange d'huile d'olive, de vin blanc et d'eau-de-vie de marc, dans les proportions de 4 verres d'huile pour 1 verre de marc et 1 verre de vin blanc. Battez au fouet comme pour faire une sauce vinaigrette.

- Ajoutez 2 gousses d'ail écrasées et 1 brindille de thym.
- Placez les fromages de chèvre dans un pot de grès, en laissant le moins d'espace possible entre eux. Couvrez du mélange d'huile et d'aromates.
- Fermez le pot et placez-le dans une cave fraîche. Oubliez-le pendant 3 mois avant de commencer à consommer les fromages.

## Claquebitou (Bourgogne)

### Ingredients

fromages de chèvre frais  
fines herbes  
échalote, ail  
sel, poivre

Le claquebitou se prépare à partir de fromage de chèvre frais (voir page 60) égoutté et pétri avec des fines herbes, de l'échalote et de l'ail finement hachés, du sel et du poivre, en proportions variables suivant le goût de chacun.

- Laissez au frais pendant 2 heures avant de servir, dans une jatte.



## LES FROMAGES PRÉPARÉS

### Fremgeye (Lorraine)

#### Ingrédients

2 litres de lait entier  
6 gouttes de présure  
1 cuillerée à café de sel  
1 cuillerée à café de poivre  
oignons hachés

### Fromage aux herbes (Vendée)

#### Ingrédients

500 g de fromage blanc frais égoutté  
1 verre de lait  
100 g de crème fraîche épaisse  
1 jaune d'œuf  
2 échalotes, 1 gousse d'ail  
1 cuillerée à soupe de persil,  
de ciboulette et d'estragon hachés  
sel, poivre

Faites coaguler 2 litres de lait de vache entier (voir page 23) et laissez-le égoutter sur un tamis garni d'une mousseline pendant 6 heures. Versez-le alors dans une terrine et travaillez-le à

la spatule en lui ajoutant 1/2 cuillerée à café de sel et 1 cuillerée à café de poivre moulu. Mélangez bien.

■ Versez cette pâte dans un pot en grès. Fermez le pot et laissez-le reposer pendant 1 mois dans une cave fraîche.

■ On consomme la fremgeye avec des oignons hachés.

Mettez dans une terrine 500 g de fromage blanc frais (voir page 23), égoutté. Battez-le au fouet en ajoutant 1 verre de lait, 100 g de crème épaisse et 1 jaune d'œuf. Le

mélange doit être bien mousseux. Faites un hachis très fin avec 2 échalotes, 1 gousse d'ail et la valeur de 1 cuillerée à soupe de persil, de ciboulette et d'estragon hachés. Mélangez les herbes et ajoutez-les au fromage battu. Salez et poivrez à volonté.

■ En Vendée, on sert ce fromage aux herbes avec des pommes de terre cuites sous la cendre.





## Feta (Grèce)

### Ingrédients

2 litres de lait de chèvre  
6 gouttes de présure  
sel fin

**L**a feta est un fromage blanc de brebis ou de chèvre. Faites cailler le lait à chaud, au bain-marie à 35 °C. Lorsque la masse est bien ferme, égouttez le caillé sur un tamis garni d'une mousseline, pendant 6 heures.

■ Pétrissez le caillé dans une terrine avec 1 cuillerée à café de sel fin par kilo de caillé.

■ Moulez le caillé dans une forme cylindrique et laissez à nouveau égoutter, mais cette fois pendant 24 heures.

■ Découpez alors le fromage en tranches de 1 cm d'épaisseur. Poudrez-les copieusement de sel fin et mettez ces tranches dans un pot de grès que vous fermerez avec un bouchon de liège garni d'un linge. Laissez reposer 1 semaine avant de consommer. Certains laissent mûrir la feta beaucoup plus longtemps.

## Foudjou (Languedoc)

### Ingrédients

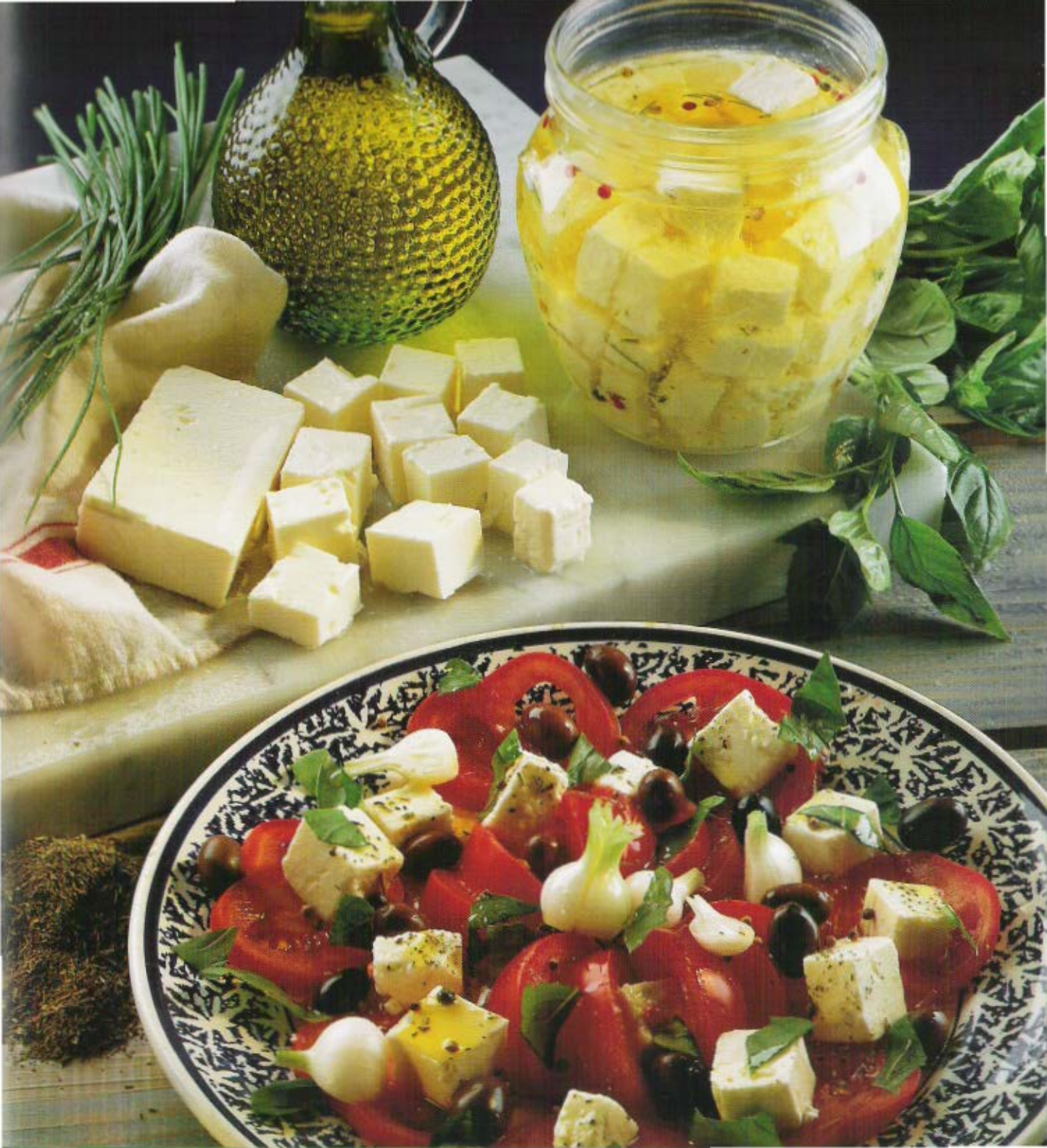
6 fromages de chèvre secs  
6 fromages de chèvre frais  
1 verre d'eau-de-vie de marc  
1 verre d'huile d'olive  
1 cuillerée à café d'ail haché  
1 cuillerée à café de poivre moulu

**L**e foudjou est un fromage fort comme il en existe dans de nombreuses régions. Prévoyez 6 fromages de chèvre secs et 6 fromages de chèvre frais.

■ Râpez les fromages secs. Écrasez dans une terrine les fromages frais. Dans un pot de grès de 2 litres, alternez une couche de fromages secs râpés, une couche de fromages frais. Tassez bien. Saupoudrez le dessus avec 1 cuillerée à café de poivre moulu et 1 cuillerée à café d'ail haché. Arrosez le tout avec 1 verre d'eau-de-vie de marc et 1 verre d'huile d'olive.

■ Couvrez le pot et laissez reposer 3 mois dans une cave fraîche. Le foudjou est à point lorsque le dessus du pot se couvre d'une sorte de peau rougeâtre.

■ En principe, on ne doit jamais vider complètement le pot, mais toujours remettre d'autres fromages, afin que le foudjou qui reste serve de souche à la fermentation des nouveaux.





## Fromage cuit (Lorraine)

### Ingrédients

2 litres de lait entier + 1 verre  
6 gouttes de présure  
50 g de beurre  
2 jaune d'œufs  
1 cuillerée à café de sel fin  
poivre

## Fromage fort façon beaujolaise

### Ingrédients

10 fromages de chèvre secs  
et piquants  
200 g de gruyère  
1 verre d'eau-de-vie de marc  
3 cuillerées à soupe d'huile  
300 g de beurre

Faites coaguler 2 litres de lait de vache entier. Lorsque le caillé est bien pris, mettez la terrine dans un bain-marie d'eau bouillante et laissez cuire le caillé pendant 15 minutes.

■ Versez le caillé cuit au milieu d'un carré de mousseline. Nouez les quatre coins pour former un paquet que vous suspendrez à un clou dans un endroit sec. Laissez égoutter et sécher ainsi pendant 5 jours.

■ Dénouez la mousseline et émiettez le caillé dans une terrine en lui mélangeant 1 cuillerée à café de sel. Versez le caillé émietté dans un pot de grès. Pressez à l'aide d'un pilon de bois. Couvrez le pot et laissez ainsi pendant 15 jours dans un local frais.

■ Versez alors le caillé qui a fermenté dans une casserole, avec 50 g de beurre et 1 verre de lait, sur feu doux. Travaillez à la spatule pour bien délayer l'ensemble. Ajoutez 2 jaunes d'œufs, poivrez. Mélangez jusqu'à ce que l'ensemble soit bien fondu et forme une pâte lisse.

■ Versez cette pâte dans un pot et laissez refroidir. Conservez au froid.

Beaucoup de régions possèdent leurs recettes de fromage fort, chacune faisant l'objet de nombreuses variantes. Râpez finement 10 fromages de chèvres secs et piquants et

200 g de gruyère. Mettez l'ensemble dans une terrine.

■ Ajoutez 3 cuillerées à soupe d'huile, 300 g de beurre et 1 grand verre d'eau-de-vie de marc.

■ Malaxez longuement l'ensemble pour obtenir une pâte unie. Vous pouvez faire ce malaxage au bain-marie pour faciliter le mélange.

■ Versez dans un pot en grès.

■ Fermez le pot et oubliez-le à la cave pendant 1 mois avant de commencer à déguster le fromage.

## LES FROMAGES PRÉPARÉS

### Fromage fort façon lyonnaise

#### Ingédients

12 fromages de chèvre secs et forts  
bouillon de poireau  
1 grand verre d'eau-de-vie de marc  
3 brins d'estragon  
1 branche de thym,  
1 feuille de laurier  
1 clou de girofle  
1 cuillerée à café de poivre moulu

### Fromage fort façon venaissine

#### Ingédients

8 fromages de chèvre frais salés  
1 cuillerée à café de poivre moulu  
1 petit verre d'eau-de-vie  
oignon haché

**R**âpez finement 12 fromages de chèvre bien secs et forts dans un pot de grès. Préparez d'autre part un bouillon de poireau très concentré. Versez 2 verres de ce bouillon dans le pot.

Parsemez de 3 brins d'estragon, 1 branche de thym, 1 feuille de laurier, 1 clou de girofle et 1 cuillerée à café de poivre moulu. Arrosez le tout avec 1 grand verre d'eau-de-vie de marc.

■ Fermez le pot et laissez reposer la préparation pendant 1 mois dans une cave fraîche.

■ Retirez les herbes qui se trouvent à la surface du pot. Malaxez la pâte à la spatule. Laissez à nouveau reposer pendant 1 mois avant de commencer à consommer le fromage ; malaxez de temps en temps car la pâte doit rester lisse et crémeuse.

■ En vieillissant, ce fromage devient très puissant et de haut goût.

**P**renez 8 fromages de chèvre frais, simplement égouttés et salés. Pétrissez-les dans une terrine avec 1 cuillerée à café de poivre moulu. Versez cette pâte dans un pot de grès. Couvrez. Laissez reposer pendant 3 jours dans une cave fraîche.

■ Ouvrez alors le pot et malaxez la pâte. Couvrez et recommencez ainsi tous les 3 jours, pendant 1 mois. La pâte devient de plus en plus lisse et son parfum de plus en plus fort.

■ Pour la consommer, on la pétrit avec 1 petit verre d'eau-de-vie et un peu d'oignon haché.



# Fromage lorrain en pot

## Ingredients

fromages frais de lait de vache entier  
graines d'anis ou de cumin  
poivre moulu, sel

Cette préparation utilise des fromages frais de lait de vache entier (voir page 23) que l'on fait égoutter pendant 5 jours. Garnissez un pot en grès en disposant les fromages en couches alternées avec des aromates : poivre moulu, sel, graines d'anis ou de cumin.

■ Lorsque le pot est rempli, pressez les fromages avec un pilon, bouchez le pot avec un rond de liège garni d'un torchon et placez-le dans une cave fraîche et sèche pendant 5 semaines.

■ Retirez alors avec une cuillère la couche de moisissure qui s'est formée, puis travaillez bien à la spatule la pâte, qui doit être bien lisse. Le fromage est alors bon à être consommé. Conservez-le au froid.

# Jibné (Liban)

## Ingredients

2 litres de lait entier  
6 gouttes de présure  
huile d'olive  
sel fin

Le jibné se prépare avec du lait de vache entier, caillé, salé et égoutté, comme les boulettes à l'huile (voir pages 70-71), mais façonné en petites galettes rondes de 2 cm d'épaisseur, que l'on presse bien à la main. Lorsque toutes les galettes sont formées, saupoudrez-les de sel fin puis placez-les dans un bocal de verre fermant hermétiquement.

■ Versez alors dans le bocal de l'eau bouillie froide et salée à raison de 1 cuillerée à soupe de sel par litre d'eau. L'eau doit recouvrir complètement les fromages. Versez à la surface 1 cm d'huile. Fermez le bocal hermétiquement et conservez-le dans un endroit frais.

■ Le jibné peut être consommé au bout de 3 mois, mais il se conserve davantage à condition que la surface de l'eau soit toujours recouverte d'une couche d'huile.

## LES FROMAGES PRÉPARÉS

### Malboudé (Liban)

#### Ingrédients

2 litres de lait entier  
6 gouttes de présure  
sel fin

**F**aîtes coaguler 2 litres de lait de vache entier (voir page 23). Lorsque le caillé est bien ferme, laissez-le égoutter sur un tamis recouvert d'une mousseline pendant 12 heures. Versez le caillé

dans une terrine et travaillez-le à la spatule pour le rendre bien lisse et homogène, en lui incorporant 1 cuillerée à café de sel.

■ Mettez à nouveau le caillé dans une mousseline ; nouez les quatre coins en paquet et suspendez le tout pour qu'il s'égoutte encore pendant 6 heures.

■ Malaxez alors le caillé à la spatule et mettez-le dans un pot fermant hermétiquement. Tassez bien, saupoudrez la surface de sel, fermez le pot et placez-le dans une cave fraîche.

■ Laissez reposer ainsi pendant 3 mois. Il se formera une moisissure bleue naturelle, mais si des taches jaunâtres apparaissent, il faudrait les retirer et conserver le malboudé dans un endroit plus frais.

■ On peut le consommer au bout de 3 mois, mais il se conserve beaucoup plus longtemps.

### Picadou (Quercy)

#### Ingrédients

fromages de chèvre frais  
feuilles de vigne  
vin blanc

**P**renez des petits fromages de chèvre frais (voir page 60) et faites-les sécher pendant 15 jours dans un garde-manger suspendu dans un endroit aéré. Par ailleurs, faites macérer pendant

8 jours dans du vin blanc des feuilles de vignes lavées et séchées.

■ Puis enveloppez complètement chaque fromage avec les feuilles bien imbibées de vin en formant un petit paquet que vous ficellerez avec un brin de raphia.

■ Déposez les fromages ainsi enveloppés dans un pot en grès. Couvrez et laissez fermenter dans une cave fraîche pendant 15 jours, 3 semaines ou 1 mois, suivant que vous désirez une fermentation plus ou moins avancée.



## Plisson du Poitou

### Ingrédients

2 litres de lait entier  
1 litre de crème fraîche  
sucre en poudre

Mélangez au fouet, dans une terrine, 2 litres de lait de vache entier et 1 litre de crème fraîche. Laissez reposer dans un endroit frais pendant une nuit. Placez alors délicatement la terrine dans un bain-marie bouillant, sans remuer la crème. Laissez ainsi pendant 30 minutes.

■ Retirez doucement la terrine et placez-la à nouveau au frais pendant 6 heures.

■ Remplacez la terrine au bain-marie bouillant pendant 30 minutes et laissez refroidir.

■ Il se forme alors sur le lait un « plisson », sorte de peau très épaisse, que vous retirerez très délicatement, sans la rompre, avec une écumoire, et que vous placerez sur une large assiette.

■ Le plisson se déguste froid, saupoudré de sucre en poudre. C'est une friandise très délicate.

## Poivre d'âne (Provence)

### Ingrédients

2 litres de lait  
6 gouttes de présure  
romarin, sarriette  
sel

Le poivre d'âne se prépare avec du lait de chèvre ou de vache. Le caillé est moulé dans des formes cylindriques et égoutté pendant 12 heures.

■ Lorsque le caillé est démoulé, salez les fromages sur toutes leurs faces et laissez-les reposer dans un garde-manger aéré pendant 24 heures. Reprenez alors les fromages et roulez-les dans un mélange de romarin et de sarriette séchés et réduits en brindilles, de façon à les recouvrir complètement.

■ Laissez sécher pendant 8 jours dans le garde-manger, puis descendez-les à la cave pour les faire affiner pendant 3 semaines, sur des claies, en les retournant tous les jours.

## LES FROMAGES PRÉPARÉS

### Quacheq (Yougoslavie)

#### *Ingredients*

sérum de lait de brebis  
ou de chèvre  
lait de brebis ou de chèvre

**L**e quacheq se fabrique à partir du sérum résultant du caillé de lait de brebis ou de chèvre. Il suffit de mélanger à ce sérum du lait frais, à raison de 50 cl de lait pour 1 litre de sérum. Mélangez sérum et lait dans une casserole, faites chauffer doucement jusqu'à coagulation.

■ Versez alors le caillé sur une mousseline posée sur un tamis et laissez égoutter pendant 24 heures.

■ Le quacheq se consomme frais, ou se conserve dans un pot de grès comme le malboudé (voir page 79).

### Trang'nat (Lorraine)

#### *Ingredients*

2 litres de lait  
6 gouttes de présure  
sel  
paille d'avoine

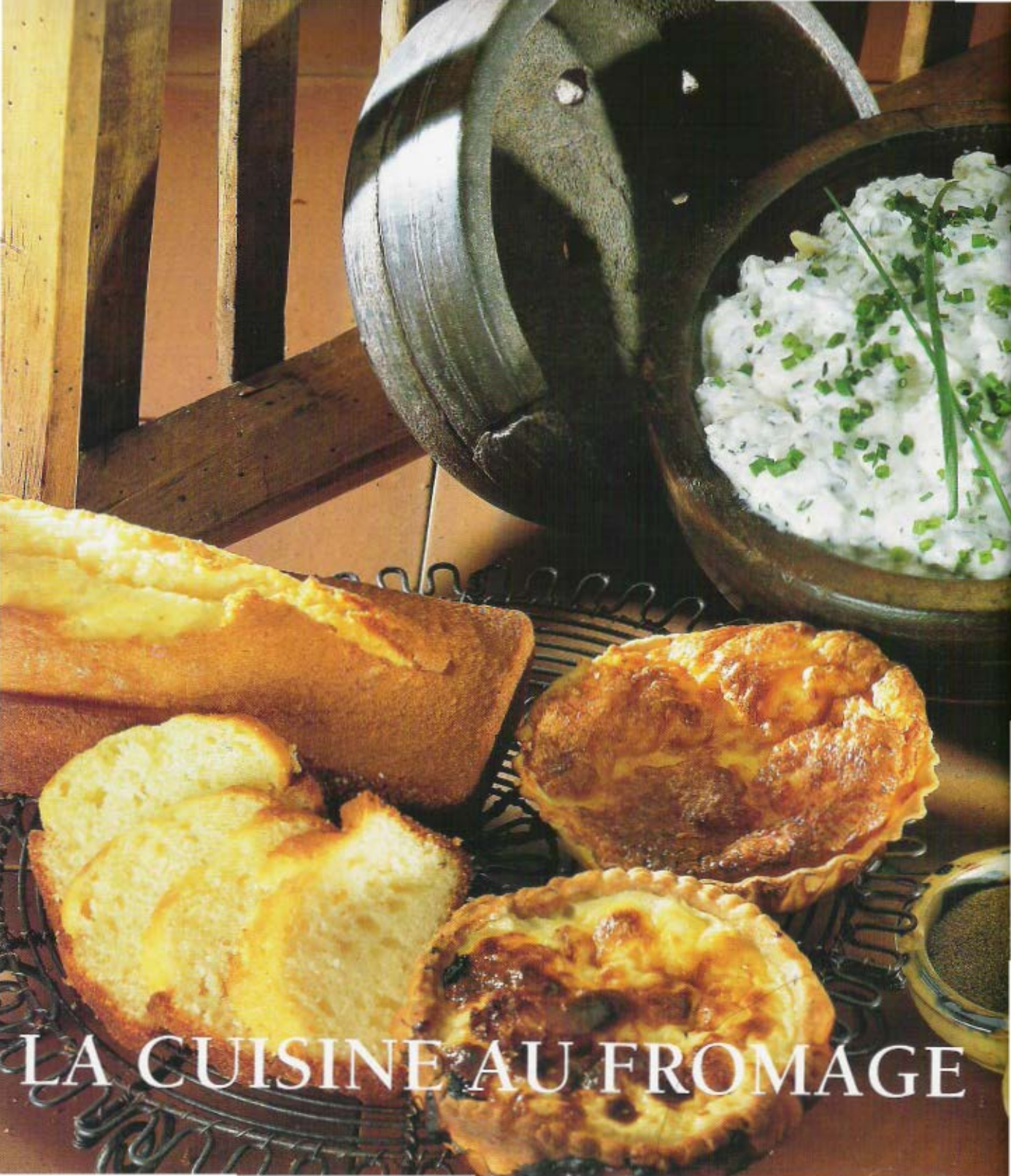
**P**renez des fromages de lait de vache (voir page 23) que vous aurez fait sécher 10 jours dans un garde-manger aéré, puis 15 jours dans une cave humide, en les retournant tous les jours.

■ Garnissez avec ces fromages un pot en grès, en les séparant avec de la paille d'avoine.

■ Couvrez le pot et rangez-le dans une pièce chaude pendant 1 mois.

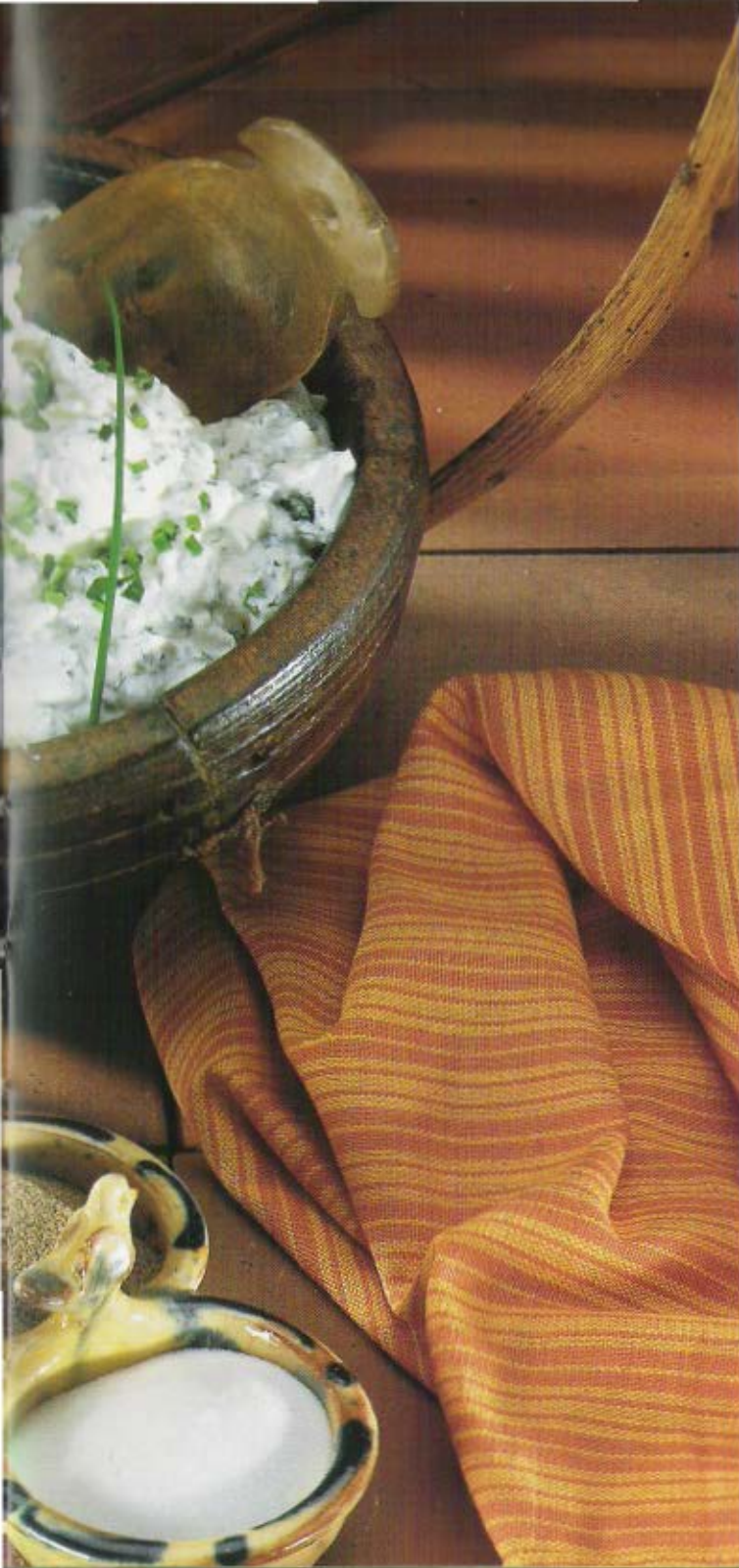
■ Ainsi fermentés, les fromages servent à fabriquer un fromage fort, le gueyin, fermenté en pot et malaxé régulièrement.





LA CUISINE AU FROMAGE





**A**près avoir confectionné vos propres fromages, vous pourrez souhaiter les déguster tels quels ou bien les utiliser dans des recettes de cuisine. Les recettes à base de fromage abondent et nous avons choisi des préparations plus particulièrement adaptées aux fromages frais, au lait de vache ou de chèvre. Que ce soit en entrée, en plat principal ou en dessert, le fromage peut être cuisiné « à toutes les sauces ». Il permet de confectionner des recettes originales et savoureuses, sucrées ou salées.



# Soupe au fromage frais

*Cuisson : 45 minutes*

## *Ingédients*

250 g de fromage de chèvre frais  
300 g de feuilles d'épinards  
1 gros oignon  
1 œuf  
4 cuillerées à soupe d'huile d'olive  
laurier, thym, sel et poivre

Coupez finement les épinards et hachez l'oignon. Dans une casserole, faites revenir à l'huile l'oignon et les épinards. Ajoutez le thym et le laurier. Tournez à la spatule pendant 5 minutes, sur feu moyen. Versez 1 litre d'eau bouillante, salez et laissez cuire doucement, à couvert, pendant 30 minutes.

- Passez le fromage de chèvre au mixeur et mettez-le dans le bouillon. Laissez cuire encore 10 minutes. Au moment de servir, retirez le thym et le laurier. Mettez dans la soupière l'œuf battu.
- Versez la soupe, mélangez, rectifiez l'assaisonnement avec du sel et du poivre.
- Servez avec des croûtons de pain grillé.







# Omelette au fromage frais

*Cuisson : 5 minutes environ*

## *Ingédients*

200 g de fromage de chèvre frais

8 œufs

feuilles de menthe fraîche

3 cuillerées à soupe d'huile

sel et poivre

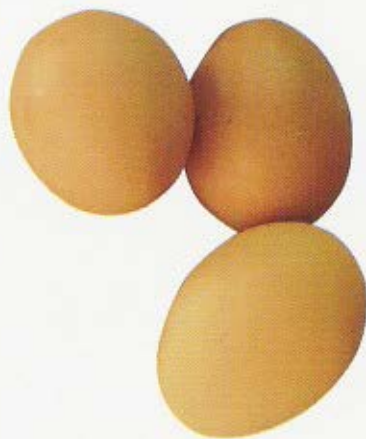
Cassez les œufs dans une terrine et battez-les en omelette. Passez le fromage de chèvre au mixeur pour le réduire en purée et mélangez-le aux œufs. Salez légèrement et poivrez.

Ajoutez quelques feuilles de menthe hachées.

■ Faites chauffer l'huile dans une poêle et lorsqu'elle est bien chaude, versez les œufs battus. Baissez le feu et faites cuire doucement.

■ Lorsque l'omelette est cuite, mais un peu baveuse, faites-la glisser sur un plat en la pliant en deux.

■ Servez avec une salade verte.







# Soufflé au fromage de chèvre

*Cuisson : 30 minutes*

## *Ingédients*

150 g de fromage de chèvre frais  
4 œufs  
50 g de beurre  
50 g de farine  
25 cl de lait  
sel et poivre

Faites fondre le beurre dans une casserole. Ajoutez la farine d'un seul coup. Tournez avec une spatule et mélangez bien en laissant cuire pendant 1 minute. Hors du feu, versez le lait chaud d'un seul coup. Remettez à feu moyen et tournez bien régulièrement pour éviter la formation de grumeaux. Laissez épaissir la sauce doucement. Lorsqu'elle a une bonne consistance, retirez la casserole du feu. Salez et poivrez.

■ Prenez les fromages de chèvre frais, mais légèrement « mûris » pendant 3 ou 4 jours. Passez-les au mixeur ou écrasez-les à la fourchette et mélangez-les à la sauce, bien soigneusement.

■ Laissez tiédir. Ajoutez alors les jaunes d'œufs un à un. Mélangez bien la préparation.

■ Battez les blancs en neige ferme et mélangez-les délicatement à la préparation au fromage, sans trop la travailler.

■ Beurrez un moule à soufflé. Remplissez-le aux trois quarts et mettez à four chaud (th. 7, 240 °C) pendant 20 minutes. Montez la chaleur du four (th. 9) et poursuivez la cuisson pendant 10 minutes. Servez aussitôt.



## LA CUISINE DU FROMAGE

# Croquettes libanaises

*Cuisson : 10 minutes environ*

### Ingrédients

500 g de fromage blanc bien ferme  
150 g de farine  
4 œufs  
100 g de beurre  
2 cuillerées à soupe de crème fraîche  
muscade, poivre et sel

Passez le fromage blanc au moulin à légumes équipé d'une grille fine, ou au mixeur. Ajoutez les œufs, la farine, la crème, du sel, du poivre et de la muscade râpée.

■ Mélangez bien le tout en pétrissant longuement. Sur une planche légèrement farinée, formez de petites croquettes ovales de l'épaisseur d'un doigt.

■ Faites dorer les croquettes au beurre (ou dans une friture) et servez-les soit en entrée, soit à l'apéritif, soit encore en garniture d'un rôti de bœuf.





# Chaussons au fromage

Cuisson : 15 minutes

Ingédients

500 g de fromage de chèvre frais  
mais ferme  
500 g de farine  
1 cuillerée à café de levure en poudre  
2 cuillerées à soupe d'huile d'olive  
1 oignon  
sel et poivre

Faites une pâte en mélangeant la farine, la levure, un peu de sel et un peu d'eau. Malaxez jusqu'à ce que vous obteniez une pâte de bonne consistance mais souple. Laissez-la

reposer pendant 1 heure.

■ Dans une terrine, écrasez ensemble jusqu'à former une pâte, fromage, huile, oignon finement haché, poivre et sel.

■ Étalez la pâte sur une planche à pâtisserie farinée et coupez dans la pâte des ronds à l'aide d'un petit bol. Posez sur chaque rond une bonne cuillerée de farce au fromage. Humidifiez les bords, repliez le chausson et ourlez légèrement le tour pour bien maintenir la farce.

■ Placez les chaussons sur la plaque du four beurrée et mettez à four moyen (th. 4 ou 5, 180 °C) pendant environ 15 minutes.

■ Servez chaud, en entrée, avec une salade verte.







# Tarte aux petits oignons

*Cuisson : 25 minutes*

## *Ingédients*

200 g de fromage blanc  
20 petits oignons nouveaux  
4 œufs  
50 g de beurre  
1 verre de lait  
sel et poivre  
*Pour la pâte brisée :*  
200 g de farine  
150 g de beurre

**P**réparez une pâte brisée en pétrissant la farine, le beurre, une pincée de sel et un peu d'eau, jusqu'à ce qu'elle ne colle plus aux doigts. Laissez-la au frais pendant quelques heures.

- Étalez la pâte en une abaisse fine et foncez-en un moule à tarte de 25 cm environ.
- Épluchez et émincez les petits oignons. Mettez-les dans une poêle avec le beurre et faites-les revenir doucement jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés.
- Versez le fromage blanc dans une terrine, ajoutez les jaunes d'œufs, du sel et du poivre. Travaillez bien l'ensemble, pour former une crème épaisse. Si la préparation vous semble trop ferme, ajoutez un peu de lait. Battez les blancs en neige ferme et incorporez-les au mélange.
- Garnissez le fond de la tarte avec les petits oignons en les égalisant bien. Versez dessus la préparation au fromage.
- Mettez à four assez chaud (th. 6, 220 °C), pendant 25 minutes environ.
- Servez chaud, en entrée.







# Raviolis russes

*Cuisson : 10 minutes*

## *Ingédients*

500 g de fromage blanc  
450 g de farine  
2 jaunes d'œufs  
100 g de beurre  
5 cl de crème fraîche  
cerfeuil, ou basilic ou persil  
poivre et sel



Faites une pâte à raviolis en mélangeant la farine, de l'eau et 1 cuillerée à café de sel. Pétrissez-la bien, réunissez-la en boule et abaissez-la finement pour découper des ronds à l'aide d'un verre à eau. D'autre part, mettez le fromage blanc gras, bien égoutté et épais dans une terrine.

■ Ajoutez les jaunes d'œufs, du sel, du poivre et une grosse poignée de cerfeuil haché. Malaxez le tout à l'aide d'une fourchette.

■ Mettez une boule de fromage pétri, grosse comme un œuf de pigeon, sur chaque rond de pâte. Humidifiez les bords, rabattez la pâte pour former un petit chausson et pincez bien le tour.

■ Faites bouillir un faitout d'eau salée. Plongez délicatement les raviolis un par un dans l'eau bouillante. Laissez cuire 10 minutes environ.

■ Égouttez-les, mettez-les dans un plat creux bien chaud, versez dessus le beurre et la crème chauffés.

■ Saupoudrez de cerfeuil et servez.

■ À défaut de cerfeuil, vous pouvez utiliser du basilic ou simplement du persil.

*Ces raviolis se nomment en russe « varieniki ». Il en existe de nombreuses recettes.*





# Croquettes aux champignons

*Cuisson : 10 minutes environ*

## Ingédients

450 g de fromage blanc bien ferme  
400 g de champignons de Paris  
200 g de jambon  
100 g de crème épaisse  
4 œufs  
150 g de farine  
un bol de chapelure  
citron, sel et poivre

**N**ettoyez les champignons et faites-les blanchir dans de l'eau citronnée. Égouttez-les et coupez-les finement. Hachez le jambon. Préparez une farce en mélangeant dans une

terrine le fromage blanc, les œufs, la farine, les champignons, le jambon haché, la crème, du sel et du poivre.

- Pétrissez bien l'ensemble pour obtenir une pâte homogène. Façonnez à la main des croquettes en forme de petits boudins.
- Roulez-les dans la chapelure et faites-les dorer à grande friture.
- Vous pouvez servir ces croquettes avec une sauce tomate ou simplement avec une salade verte, en entrée.







# Pâté Rossini

Cuisson : 45 minutes

Ingrédients

3 fromages de chèvre très frais  
150 g de jambon blanc  
210 g de farine  
200 g de beurre  
50 cl de lait  
4 jaunes d'œufs  
cassonade, sel et poivre

Faites une pâte brisée avec 190 g de farine, 140 g de beurre, une pincée de sel et un peu d'eau. Pétrissez jusqu'à ce qu'elle ne colle plus aux doigts et laissez reposer quelques heures.

■ Dans une casserole, faites fondre 60 g de beurre et lorsqu'il est bien moussieux, ajoutez-lui 20 g de farine. Mélangez à la spatule pendant 1 minute.

■ Versez le lait chaud en tournant et faites bouillir pendant 10 minutes, sans cesser de tourner, pour obtenir une sauce épaisse. Retirez alors la casserole du feu.

■ Écrasez les fromages à la fourchette, ou passez-les au mixeur. Hachez le jambon finement. Ajoutez à la sauce tiédie le fromage, le jambon et les jaunes d'œufs, un à un. Salez légèrement et poivrez.

■ Étalez la pâte sur une planche à pâtisserie et foncez une tourtière ou un moule à manqué. Garnissez le moule avec la préparation, égalisez bien le dessus et saupoudrez-le de cassonade. Mettez à cuire à four moyen (th. 5, 200 °C) pendant environ 45 minutes.

*Cette recette d'origine napolitaine était, dit-on, le régal de Rossini...*







# Tourteau poitevin

*Cuisson : 45 minutes*

## *Ingédients*

250 g de fromage frais, de chèvre de préférence  
250 g de farine  
150 g de beurre  
150 g de sucre en poudre  
5 œufs  
50 g de fécule  
3 cuillerées à café de kirsch  
sel

**P**réparez une pâte brisée en pétrissant ensemble 200 g de farine, 150 g de beurre, une pincée de sel et un peu d'eau. Lorsque la pâte ne colle plus aux doigts, ramassez-la en boule et laissez-la reposer au frais pendant quelques heures.

■ Dans une terrine, versez le fromage bien égoutté, le sucre, 2 œufs entiers, 3 jaunes d'œufs dont vous réserverez les blancs, une pincée de sel. Écrasez et mélangez bien l'ensemble à la fourchette. Ajoutez 50 g de farine, la fécule et le kirsch. Mélangez.

■ Battez les 3 blancs d'œufs en neige ferme et incorporez-les délicatement à la préparation, sans trop travailler le mélange.

■ Étalez la pâte en une abaisse fine et garnissez-en un moule à manqué ou bien une tourtière à haut bord. Versez la préparation dans le moule en égalisant soigneusement avec une spatule. Mettez à four chaud (th. 8, 260 °C) pendant 45 minutes.

■ La tradition veut que le dessus du gâteau soit brûlé, mais il faut veiller à ce que le four ne chauffe pas trop fortement en dessous. Avant de consommer le tourteau, on retire la peau noire, carbonisée.







# Cake au fromage blanc

*Cuisson : 25 minutes*

## *Ingédients*

350 g de fromage blanc  
50 g de farine  
60 g de sucre  
200 g de raisins secs  
150 g de fruits confits  
4 œufs  
1 citron non traité  
3 cuillerées de rhum  
sel

Faites tremper les raisins secs dans un peu d'eau tiède, égouttez-les ; coupez les fruits confits en dés, râpez le zeste du citron. Versez le fromage blanc dans une terrine, ajoutez-lui les jaunes d'œufs, le sucre, la farine, un peu de sel, les fruits confits, les raisins et le zeste râpé. Mélangez le tout jusqu'à ce que la préparation soit bien homogène.

■ Battez les blancs d'œufs en neige ferme et incorporez-les délicatement, sans trop travailler la préparation. Ajoutez le rhum. Mélangez.

■ Beurrez et farinez un moule à cake et remplissez-le aux trois quarts avec la préparation. Mettez à four chaud (th. 6 ou 7, 220 °C) pendant 25 minutes. Vérifiez sa cuisson à l'aide d'une lame de couteau ; piquée dans le gâteau, elle doit ressortir nette.

■ Laissez tiédir le cake avant de le démouler sur un plat long.







## Quiche au « meugin »

*Cuisson : 25 à 30 minutes*

### *Ingredients*

200 g de fromage blanc  
50 g de fécule  
2 œufs  
80 g de sucre  
50 cl de lait  
125 g de raisins de Smyrne  
3 cuillerées à café de kirsch  
ou de mirabelle  
*Pour la pâte brisée :*  
200 g de farine  
150 g de beurre  
sel

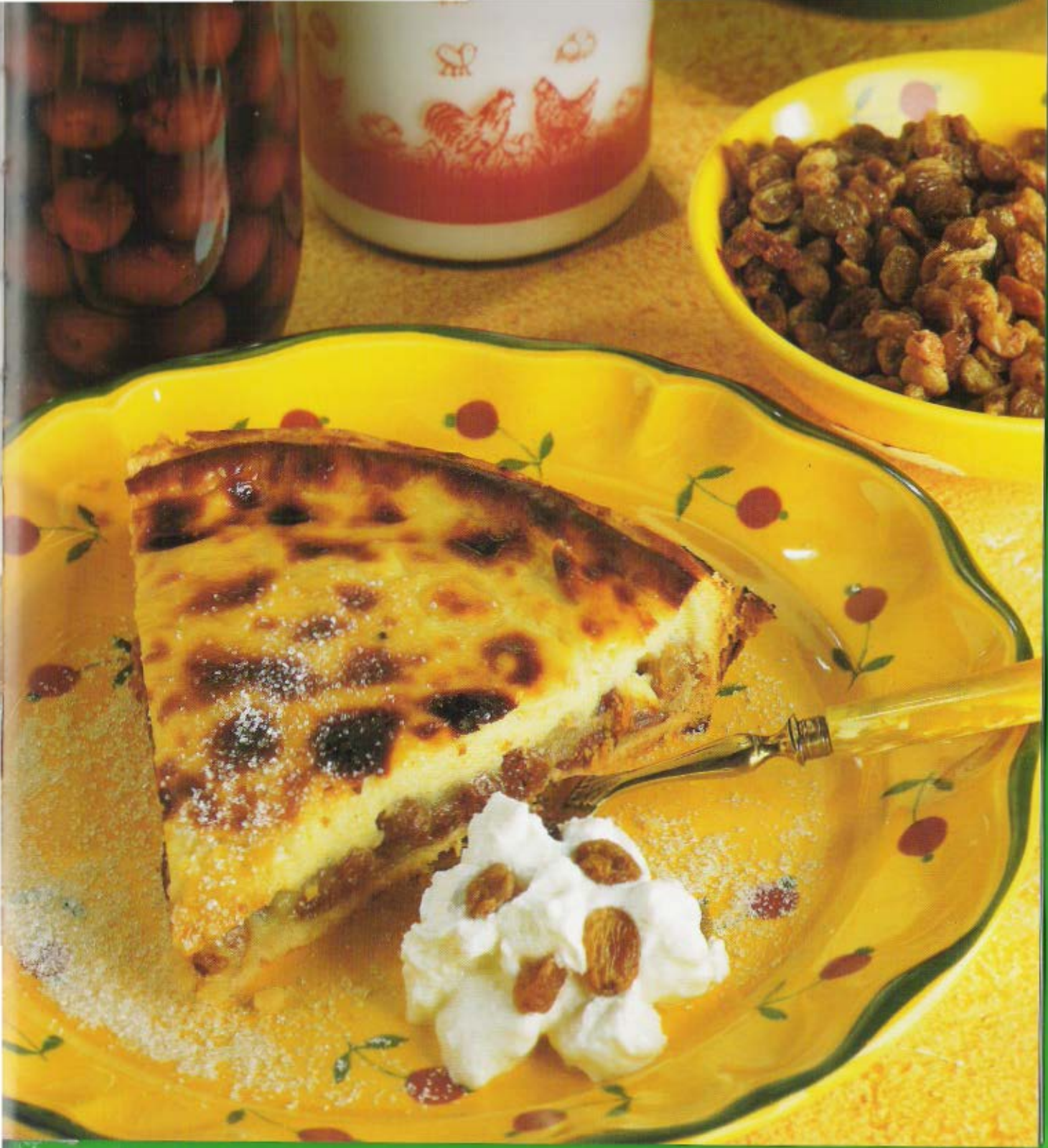
**P**réparez une pâte brisée en pétrissant la farine, le beurre, une pincée de sel et un peu d'eau, jusqu'à ce qu'elle ne colle plus aux doigts. Laissez-la reposer au frais pendant quelques heures. D'autre part faites tremper les raisins quelques instants dans de l'eau tiède. Égouttez-les.

■ Dans une terrine, battez au fouet les œufs et le sucre. Ajoutez la fécule et le fromage blanc. Versez alors le lait bouillant, peu à peu, sans cesser de fouetter. Parfumez avec le kirsch ou la mirabelle. Ajoutez les raisins. Mélangez bien le tout.

■ Étalez la pâte en une abaisse assez fine et garnissez-en un moule à tarte. Versez la préparation en répartissant bien les raisins. Mettez à four chaud (th. 7, 240 °C), pendant 25 à 30 minutes.

■ Servez légèrement tiède.







# Cherchiole

Cuisson : 25 minutes

Ingrédients

400 g de fromage blanc  
3 œufs + 1 jaune  
3 cuillerées à soupe de farine  
300 g de sucre  
1 citron non traité

Dans une terrine, travaillez ensemble le fromage blanc bien égoutté, le sucre, les 3 œufs, la farine et le zeste du citron râpé. Mélangez soigneusement pour obtenir une pâte homogène. Posez ensuite sur la plaque du four du papier sulfurisé légèrement huilé et, avec une cuillère, déposez la pâte en formant des petits tas arrondis et réguliers.

■ À l'aide d'un pinceau, dorez chaque cherchiole avec le jaune d'œuf délayé avec un peu d'eau.

■ Mettez la plaque garnie à four chaud (th. 7, 240 °C), pendant 25 minutes environ.

*Cette recette vient de Corse où l'on fait ces petits gâteaux avec du fromage frais de brebis ; à Calenzana, on les cuit même sur des feuilles de châtaignier...*







# Flan au rhum

*Cuisson : 45 minutes*

## *Ingredients*

500 g de fromage blanc assez ferme  
6 œufs  
300 g de sucre  
1/2 verre de rhum brun

Passez le fromage blanc bien égoutté au moulin à légumes équipé d'une grille fine, ou au mixeur, et travaillez-le avec les œufs battus, le sucre et le rhum. Mélangez longuement le tout pour obtenir une pâte lisse. D'autre part beurrez ou huilez un moule à manqué ou un plat à tarte à haut bord.

■ Préchauffez le four (th. 8, 260 °C), enfournez le flan et baissez la température afin que la cuisson se fasse à four doux (th. 3, 160 °C), pendant 45 minutes environ.



# INDEX

## DES RECETTES

Arômes de Lyon 64

Bibbelskase alsacien 64

Bondon frais 30

Boules fermières 49

Boulettes aux herbes 66

Boulettes à l'huile 70

Brindamour 65

Brocq lorrain 65

Brousse de Provence 68

Caillebottes 39

Caillebottes bretonnes 4

Caillebottes poitevines 41

Cake au fromage blanc 102

Cancoillotte 69

Carré frais 29

Cervelle de canut 68

Chaussons au fromage 90

Cherchiole 106

Chèvre affiné au foin 58

Chèvre au lait pressé 57

Chèvre au petit lait 61

Chèvres fermiers 56

Chèvre frais 60

Chèvre macéré 72

Claquebitou 72

Cœurs à la crème 24

Crémets 32

Crémets d'Angers 33

Croquettes

aux champignons 96

Croquettes libanaises 89

Demi-sel 30

Double-crème 29

Feta 74

Flan au rhum 108

Fontainebleau 32

Foudjou 74

Fremgeye 73

Fromage affiné

à la cendre 50

Fromage affiné aux feuilles

de châtaignier 52

Fromage affiné aux feuilles

de vigne 51

Fromage affiné au foin 50

Fromage affiné

« maison » 46

Fromage affiné au marc 51

Fromage blanc

à la chardonnette 26

Fromage blanc

« maison » 23

Fromage cuit 76

Fromage fort

façon beaujolaise 76

Fromage fort

façon lyonnaise 77

Fromage fort

façon venaisine 77

Fromage lait-pendu 21

Fromage lorrain

en pot 78

Fromage maigre

de ménage 20

Fromage à la pie 21

Gournay 27

Graval 28

Jibné 78

Jonchée 22

Kéfir doux 42

Kéfir fort 43

Kéfir mousseux 42

Lait cuit breton 40

Maingaux rennais 33

Malboudé 79

Omelette

au fromage frais 86

Pâtés Rossini 98

Petits-suisses 31

Picadou 79

Plisson du Poitou 80

Poivre d'âne 80

Quacheq 81

Quiche au « meugin » 104

Raviolis russes 94

Ricotta 61

Soufflé au fromage

de chèvre 88

Soupe au fromage frais 84

Tarte aux petits oignons 92

Tourteau poitevin 100

Trang'nat 81

Yaourts à l'ancienne 36

Yaourts en yaourtière 38



# INDEX GÉNÉRAL

- Arômes de lyon 64
- Balance 16
- Bassine 16
- Batteur 16
- Bibbelskase alsacien 64
- Bondon frais 30
- Boules fermières 49
- Boulettes aux herbes 66
- Boulettes à l'huile 70
- Brindamour 65
- Brocq lorrain 65
- Brousse de Provence 68
- Caillage 10
- Caillebottes 39-41
  - bretonnes 40
  - poitevines 41
- Cajets 16
- Cake au fromage blanc 102
- Cancoillotte 69
- Carré frais 29
- Cervelle de canut 68
- Chaussons au fromage 90
- Cherchiole 106
- Chèvre
  - (fromages de) 54-61
  - affiné au foin 58
  - fermier 56
  - frais 60
  - au lait pressé 57
  - macéré 72
  - au petit lait 61
- Claquebitou 72
- Clayette 16
- Clayon 16
- Cœurs à la crème 24
- Crémets 32
  - d'Angers 33
- Croquettes 89, 96
  - aux champignons 96
  - libanaises 89
- Cuisine au fromage 82-108
- Demi-sel 30
- Double-crème 29-30
- Égouttage 10
- Étamine 16
- Feta 74
- Flan au rhum 108
- Fontainebleau 32
- Forme 16
- Foudjou 74
- Fouet métallique 16
- Fremgeye 73
- Fromages affinés 44-53
  - à la cendre 50
  - aux feuilles de châtaignier 52
  - aux feuilles de vigne 51
  - au foin 50
  - « maison » 46
  - au marc 51
- Fromage blanc 23, 56
  - à la chardonnnette 26
  - « maison » 23
- Fromages de chèvre
  - et de brebis 54-61
- Fromage cuit 76
- Fromage fort 76, 77
  - façon beaujolaise 76
  - façon lyonnaise 77
  - façon venaissine 77
- Fromages frais 18-33
- Fromage aux herbes 73
- Fromage lait-pendu 21
- Fromage lorrain en pot 78
- Fromages maigres 20-22
  - de ménage 20
- Fromagerie
  - « maison » 14-17
- Fromages à pâte fraîche 11
- Fromages à pâte
  - grasse 23-28
- Fromages à pâte molle 11
- Fromages à pâte
  - pressée et cuite 12
- Fromages à pâte
  - pressée non cuite 12
- Fromage à la pie 21
- Fromages préparés 62-81
- Fromagerie
  - « maison » 14-17
- Garde-manger 16
- Gournay 27
- Graval 28
- Jibné 78
- Jonchée 22
- Kéfir 41-43
  - doux 42
  - fort 43
  - mousseux 42
- Lait 9
- Lait battu 41
- Lait cuit breton 40
- Laits fermentés 34-43
- Maingaux rennais 33
- Malboudé 79
- Moule 16
- Mousseline 16
- Omelette
  - au fromage frais 86
- Passoire 16
- Pâté Rossini 98
- Petits-suisse 31
- Picadou 79
- Pilon 16
- Plancheaux 16
- Plisson du Poitou 80
- Poivre d'âne 80
- Présure 10
- Quacheq 81
- Quiche au « meugin » 104
- Raviolis russes 94
- Ricotta 61
- Seau 16
- Sel 10
- Soufflé
  - au fromage de chèvre 88
- Soupe au fromage frais 84
- Spatule 16
- Tamis 16
- Tarte aux petits oignons 92
- Terrines 16
- Thermomètre 16
- Tourteau poitevin 100
- Trang'nat 81
- Triple-crème 31-33
- Yaourt 36-38
  - à l'ancienne 36
  - en yaourtière 38

# Comment faire Les fromages

**F**romages frais ou affinés, laits fermentés, fromages préparés : grâce à cet ouvrage, vous apprendrez qu'il n'est nul besoin de matériel sophistiqué ou de techniques complexes pour réaliser soi-même de succulentes préparations fromagères à base de lait de vache, de chèvre ou de brebis.

Fromage blanc, yaourt, gournay, fromages affinés à la cendre, au foin, fromage aux herbes, chèvre frais..., près de 70 recettes, expliquées geste par geste et illustrées de photos en couleurs, vous permettront de composer un plateau de fromages renouant avec la vraie saveur des produits naturels. Enfin, si vous ne dégustez pas toutes vos préparations telles quelles, vous trouverez une sélection de recettes originales à base de fromage pour varier les repas.

*Dans la même collection :*

