



La recette des fouées de Pascal Coquelin

Ce pain historique, la Fouée, fait partie du patrimoine gastronomique Tourangeau. A Amboise, La Cave aux Fouées, restaurant troglodyte invite à un voyage gastronomique dans le temps. Les Fouées de Pascal Coquelin accompagnent le menu Ripaille du Roy, avec viandes confites, légumes cuits au chaudron et croustades de fromage.

Ingrédients pour 25 fouées environ

1kg de farine du Moulin type 80 brune (ou type 65 ou 55 plus facile à trouver)
15g de levure de boulanger
25g de sel de Guérande

3 cl d'huile d'olive

50cl d'eau à 38°C

tous les ingrédients doivent être à température ambiante



Préparation

Mettre dans un saladier ou de préférence un robot la farine, y ajouter le sel. Emmietter puis mélanger la levure, incorporer l'huile d'olive puis l'eau et mélanger pendant environ 6 à 8 min jusqu'à obtention d'une pâte compacte mais pas trop collante

Laisser la pâte reposer couverte d'un linge environ 3 heures à température ambiante

Préparer votre plan de travail en le farinant un peu, puis étaler la pâte à la main en conservant une épaisseur d'environ 3 cm

Détailler des bandes de 3 ou 4 cm, puis couper des pâtons d'environ 20/25 grammes (3cm sur 3 cm)

A l'aide d'un rouleau, aplatir les pâtons afin d'obtenir une galette de 7 à 10 cm
Laisser reposer sur une plaque préalablement farinée pendant 15 à 20 minutes à température ambiante

Cuisson au four chauffé à blanc pendant 2 min. L'idéal est de cuire ces fouées dans un four à bois.

La Cave aux Fouées

476 Quai des Violettes

37400 Amboise

02 47 30 56 80

www.lacaveauxfouees.com

Histoire des Fouées

Les Fouées sont issues d'une tradition ancestrale tourangelle qui voulait que chaque villageois ou habitant de hameau possède son four à bois et le mette en

chauffe pendant plusieurs heures afin d'assurer la cuisson des pains et des terrines de tous les foyers.

Ce jour-là, les villageois se retrouvaient devant le four chauffé « à blanc » en apportant les pâtes à pain pétries à la farine de meule en pierre, les morceaux de lard et les mogettes. La fouace ou fouée servait d'écuelle pour y déposer la nourriture.



3ème édition du Trophée du Petit Déjeuner Gourmand

Fort du succès de ses deux premières éditions, le « Trophée du Petit Déjeuner Gourmand » revient

en 2019 avec toujours plus de nouveautés. Ce concours est ouvert à tous : grand public, professionnels, étudiants et apprentis. Les candidatures sont ouvertes pour s'inscrire avant le 30 avril 2019.

La finale de la 3ème édition du Trophée du Petit Déjeuner Gourmand aura lieu en juin 2019, dans le cadre de la Journée Nationale du Petit Déjeuner, dans les locaux de l'École de Paris des Métiers de la Table (EPMT) sous l'œil avisé d'un jury prestigieux, constitué de professionnels connus et reconnus de la profession, Meilleurs Ouvriers de France, personnalités de l'hôtellerie restauration etc.



Dès à présent, professionnels (hôteliers, restaurateurs et artisans des métiers de bouche) et amateurs peuvent faire acte de candidature en téléchargeant le règlement du concours sur le site <https://petit-dejeuner-gourmand.com/dossier-de-candidature>

La remise des dossiers complets de candidature est fixée au 30 avril 2019 minuit.

Créé en 2017 par **Tables & Auberges de France** ce concours national permet à des professionnels de l'hôtellerie, de la restauration, des métiers de bouche, ainsi qu'à des amateurs de mesurer leurs talents autour de la confection des meilleurs petits déjeuners de France.

Les candidatures sont désormais ouvertes pour succéder à **Laurent Gonzales** et **Frédéric Pelletier**, Château de Pondres - Gard (lauréats professionnels 2018) et à **Sandrine Rossard** - Angers (Lauréate amateur 2018) élus par un jury d'exception présidé par **Christian Le Squer** (Chef du Georges V à Paris).

Le Trophée du Petit Déjeuner Gourmand se dote d'un site internet et d'une page Instagram :



Pour suivre l'actualité, les organisateurs ont créé un site web [<https://petit-dejeuner-gourmand.com>] avec toutes les informations en lien avec le Trophée (actualité, dossiers de candidatures, prix des écoles etc.).

Les adeptes du premier repas du matin peuvent également s'abonner à la nouvelle page Instagram @petitdejeuner-gourmand pour suivre l'actualité du Trophée et découvrir les plus belles photos de petits déjeuners de France et d'ailleurs.

Une nouvelle catégorie « Petit Déjeuner Spécial Hôtellerie »

Afin de mieux distinguer les compétences des professionnels de l'hôtellerie restauration, il est apparu naturel que les hôteliers purs fassent l'objet d'une catégorie dédiée, à savoir la catégorie « petit déjeuner spécial hôtellerie ».

Chaque candidat hôtelier devra proposer la prestation petit déjeuner servie quotidiennement à la clientèle dans son établissement. L'occasion pour les hôteliers de métier de faire connaître leur hôtel en montrant leur savoir-faire.

Bien évidemment, le rapport qualité/prix de la prestation sera prépondérant dans le choix des finalistes.



Le Prix des Ecoles Hôtelières et des CFA :

Les jeunes à nouveau à l'honneur en 2019

Cette célébration du petit déjeuner ne saurait être complète sans la participation des futurs professionnels de l'hôtellerie restauration et des métiers de bouche.

Le Prix des Ecoles Hôtelières et des CFA revient donc en 2019. Pour les enseignants comme pour les élèves, le Trophée du Petit Déjeuner Gourmand est l'occasion de valoriser la prestation petit déjeuner/brunch présente dans les formations diplômantes comme le CAP « Commercialisation et Services en Hôtel-Café-Restaurant ».

L'opportunité de mettre en avant le savoir-faire des élèves, les produits frais locaux de saison, les techniques culinaires, les arts de la table etc. Pour succéder au Lycée Hôtelier le Corbusier de Soissons (Lauréat 2018), les élèves sont invités à candidater via petit-dejeuner-gourmand.com/prix-des-ecoles-meilleur-petit-dejeuner-de-france



Un concours ouvert à tous : grand public, professionnels, étudiants et apprentis

Dès à présent, professionnels (hôteliers, restaurateurs et artisans des métiers de bouche) et amateurs peuvent faire acte de candidature en téléchargeant le règlement du concours sur le site <https://petit-dejeuner-gourmand.com/dossier-de-candidature/>. La remise des dossiers complets de candidature est fixée au 30 avril 2019 minuit.

La finale de la 3ème édition du Trophée du Petit Déjeuner Gourmand aura lieu en juin 2019, dans le cadre de la Journée Nationale du Petit Déjeuner, dans les locaux de l'Ecole de Paris des Métiers de la Table (EPMT) sous l'œil avisé d'un jury prestigieux, constitué de professionnels connus et reconnus de la profession, Meilleurs Ouvriers de France, personnalités de l'hôtellerie restauration etc.

<https://www.tables-auberges.com>

Dépôt candidature sur petit-dejeuner-gourmand.com/dossier-de-candidature

Date limite dépôt: 30 Avril 2019 minuit



Terminologie: « Gourmet et gourmand » par Hervé This

Gourmet ? Gourmand ? Certains ne voient pas de différence. D'autres voient dans le gourmet un raffinement supplémentaire : le gourmand serait presque le goinfre, et le gourmet serait... gourmand. D'autres encore voient dans le gourmet une sorte de gourmand maniéré.



Jean-Anthelme Brillat-Savarin

Bref, quand l'ignorance règne, la langue perd en précision... et le restaurateur s'expose à la critique de clients plus « assurés » que les maîtres d'hôtels. Récemment, j'ai été exposé à des maîtres d'hôtel qui m'annonçaient des émulsions et qui m'ont servi des mousses : il y avait là une tromperie que j'ai fait remarquer. On m'a parlé de saveurs alors qu'il s'agissait de goût : j'ai conclu que mes interlocuteurs n'étaient pas de bons professionnels. On m'a même proposé une « terrine en croûte », comme si le mot « pâté » ne désignait pas exactement cela : fallait-il être ignorant ?

Mais revenons à nos gourmets et à nos gourmands : les gens du vignoble connaissent bien les gourmets, puisque ce sont eux qui étaient -et sont encore- chargés de mesurer les volumes de vin, pour les transactions.

Chaque village ou ville d'Alsace avait son ou ses gourmets.

Gourmand : là, il n'y a pas d'hésitation, car, depuis le quatorzième siècle, le mot désigne celui ou celle qui aime la bonne chère... ou bien qui mange avec avidité. Mais pour désigner le mangeur qui déraisonne, il y a goinfre depuis 1622.

Finalement, puisque la cacophonie règne, je propose que nous nous en tenions à une position historiquement juste et, surtout, modernement cohérente : le

gourmet aime le vin ; le gourmand aime manger, et le goinfre mange trop, trop vite.

Ce qui nous conduit à conclure avec Jean-Anthelme Brillat-Savarin : celui ou celle qui s'indigère ou qui s'enivre ne sait ni manger ni boire.

Par Hervé This