



AL MERCATO CON

PAUL
BOCUSE



Guido Tommasi Editore

AL MERCATO CON
PAUL
BOCUSE

Fotografie Jean-Charles Vaillant



Guido Tommasi Editore

Sommario

ANTIPASTI FREDDI		Bisque di gamberi	55	Costata di manzo al midollo e vino di Brouilly	106	Fricassee di pollo vallée d'Auge	173
Insalata di fagiolini	8	Potage Dubarry o crema di cavolfiore	56	Stufato di manzo	107	Zuppa di pollo in sfoglia	174
Insalata nizzarda	8	Crema di crescione e acetosella	57	Manzo alla borgognona	109	Risotto ai fegatini di pollo	174
Insalata di cavolo rosso	11			Carbonade fiamminga	110	Tacchinella ripiena di marroni	175
Triglie di scoglio all'orientale	12	SALSE		Boeuf miroton	113	Piccioni ai piselli	178
Sgombri marinati	12	Salsa di pomodoro	61	Costata di vitello ai funghi	114	Anatra all'arancia o "à la bigarade"	181
Funghi champignon alla greca	14	Salsa bordolese	61	Scaloppe panate al burro nocciola	116	Confit d'oca	183
Carciofi alla greca	14	Salsa al maderia e champignon	62	Medaglioni di vitello con composta di cipolle	117	Terrina di fegato grasso d'anatra al naturale	184
Insalata di funghi champignon	15	Salsa alla cacciatore	62	Involtoni di vitello	118	Cassoulet della Linguadoca	186
Uova farcite alla paprica	17	Salsa bernese	65	Petto di vitello farcito e brasato	120	Quenelle di pollame mousseline	189
Formaggio ungherese	17	Salsa gribiche	65	Tenerone di vitello brasato	122	Flan di fegatini di pollo	
		Salsa chaud-froid bianca	66	Stinco di vitello alla casalinga	125	alla moda di Bresse	189
ANTIPASTI CALDI		Salsa ravigote	66	Fricassee di vitello all'antica	127		
Quiche lorraine	21	Salsa al rafano	68	Quenelle di vitello al burro	129	SELVAGGINA	
Soufflé al parmigiano	22	Marinata cruda	69	Vitello alla Marengo	131	Costolette di capriolo alla panna	192
Soufflé al prosciutto	22	Marinata cotta	69	Costolette di montone		Civet di lepre	195
Crocchette di pollo	25			alla Champvallon	132	Leprotto Chabert	196
Salsiccia calda alla lionese	26	PESCI		Costolette di montone Pompadour	134	Lombo di lepre con salsa poivadre	198
Salsiccia nella brioche	26	Quenelle di luccio alla lionese	73	Spalla d'agnello pré-salé alla boulangère	134	Coniglio selvatico en gibelotte	201
		Bouillabaisse	74	Spalla di montone brasata con rape	137	Fagiano arrosto	202
PÂTÉ, TERRINE, TIMBALLI E TORTE		Brandade di baccalà alla casalinga	75	Spalla di montone		Pernice al cavolo	205
Farcia per pâté e terrine	30	Mousse calda di trota di fiume		farcita alla moda del Berry	138	Quaglie all'uva	206
Terrina di vitello	31	con coulis di gamberi	76	Petto o epigrammi d'agnello	139		
Pâté caldo o freddo		Merluzzo alla casalinga	79	Navarin (ricetta classica)	140	VERDURE	
di anatroccolo Gaston Richard	32	Spigola del Mediterraneo in crosta	80	Stufato di montone all'irlandese (Irish stew)	141	Carciofi con salse	210
		Coulibiac di salmone	82	Curry di montone alle mele renette	142	Punte di asparagi verdi	212
UOVA		Salmone crudo Renga-Ya	82	Mousse fredda di prosciutto	144	Melanzane al gratin	213
Uova al piatto alla fiorentina	37	Triglie di scoglio con salsa al pistou	85	Prosciutto al fieno	146	Melanzane alla provenzale	214
Uova fritte alla milanese	37	Sogliola alla mugnaia	86	Andouille saltate alle cipolle	147	Cardi al midollo	215
Uova in cocotte con pomodori	38	Tonno brasato alla casalinga	89	Choucroute alla moda di Strasburgo	149	Spugnone alla panna	216
Uova barzotte in salsa bernese	39	Baccalà alla lionese	89	Pâté di fegato di maiale	150	Uova strapazzate al tartufo	217
Uova barzotte in salsa soubise	40			Spiedini di fegato di vitello	152	Cavolo farcito con marroni	219
Omelette alle erbe	40	FRUTTI DI MARE, MOLLUSCHI,		Fegato di vitello grigliato Bercy	154	Cavolo rosso all'alsaziana Paul Haeberlin	221
		CROSTACEI, LUMACHE E RANE		Fegato di vitello saltato alla lionese	155	Cipolle ripiene	222
MINESTRE E ZUPPE		Gamberi alla bordolese	93	Trippa alla lionese	157	Indivie alla mugnaia	224
Pot-au-feu	44	Aragosta grigliata alle due salse	93	Rognoni saltati al maderia	158	Porri caldi alla vinaigrette	225
Zuppa di coda di bue	47	Rane alla lionese	94	Rognoni di vitello o di montone con riso pilaf	158	Crocchette di patate	227
Zuppa delle Ardenne	47	Escargot alla bourguignonne	96	Animelle di vitello con gamberi e taccole	161	Risotto alla piemontese	228
Zuppa di tartufi Élysée	49			Testina di vitello	162	Risotto alla greca	229
Zuppa alla moda di Nîmes	49	CARNI MACELLATE				Gnocchi all'antica	230
Zuppa alverniate	50	Filetto legato di manzo	101	POLLAME		Gnocchi Belle-de-Fontenay	231
Zuppa savoiarda	50	Tournedos Enrico IV	102	Pollastra tartufata arrosto	166	Gnocchi alla parigina	232
Gratinée lyonnaise	53	Tournedos Bercy	102	Pollastra tartufata in vescica Joannes Nandron	169		
Zuppa di cozze	54	Tournedos Clamart	104	Pollo alla Marengo	170	APPENDICE	234



Uova al piatto alla fiorentina

PREPARAZIONE 15 MIN | COTTURA 15 MIN

PER 6 PERSONE

400 g di spinaci
60 g di burro
50 g di prosciutto cotto magro

6 uova
noce moscata
sale e pepe

Mondate gli spinaci, eliminate i gambi e cuoceteli in acqua bollente salata. Scolateli, raffreddateli e spremeteli bene per eliminare l'acqua in eccesso. Passateli al setaccio e mettetela la purea ottenuta in una padella con 30 grammi di burro ben caldo. Condite con il sale e il pepe e un pizzico di noce moscata grattugiata fresca. Scaldate velocemente, togliete dal fuoco e incorporate 25 grammi di burro freddo e il prosciutto cotto tagliato a dadini. Imburrate 6 tegamini per uova, distribuite sul fondo uno strato sottile di prosciutto, uno di purea di spinaci, scaldate sul fornello, rompete un uovo in ciascun tegamino, irrorate con qualche goccia di burro fuso, condite con un pizzico di sale gli albumi e trasferite nel forno caldo. Controllate la cottura degli albumi e la lucentezza dei tuorli per ottenere un risultato perfetto.

(fotografia nella pagina precedente)

Uova fritte alla milanese

PREPARAZIONE 20 MIN | COTTURA 30 MIN

PER 6 PERSONE

150 g di spaghetti o maccheroni
2 cucchiaini di salsa di pomodoro (vedi ricetta p. 61)
o 2 pomodori
30 g di parmigiano reggiano o groviera grattugiato

50 g di burro
6 uova
3 pomodori
foglie di prezzemolo
sale e pepe

Lessate la pasta in abbondante acqua salata e scolatela al dente, quindi rimettetela nella pentola, condite con sale e pepe, aggiungete la salsa di pomodoro o 2 pomodori pelati e privati dei semi, conditi con sale e pepe e stufati in un padellino con il burro. Insaporite con il burro e il formaggio, e mescolate senza spezzare la pasta. Trasferite il tutto in uno stampo per timballo ben imburrito e sbattetelo leggermente su un canovaccio per compattare bene. Cuocete a bagnomaria nel forno per 18-20 minuti. Lasciate riposare 5 minuti e sformate su un piatto rotondo e caldo. Guarnite il timballo alternando 6 uova fritte e 6 mezzi pomodori grigliati. Adagiate su ciascuna fetta di pomodoro una foglia di prezzemolo fritto. Servite con la salsa di pomodoro in una salsiera.



Merluzzo alla casalinga

PREPARAZIONE 20 MIN | COTTURA 40 MIN

PER 4 PERSONE

1 bel merluzzo
400 g di patate novelle
cipolline novelle
50 g di burro

1 cucchiaio di olio extravergine d'oliva
1 pizzico di prezzemolo
1 limone
sale e pepe

Tagliate dalla parte centrale del pesce (squamato e lavato) un pezzo di 30-35 centimetri. Imburrate generosamente una pirofila abbastanza grande da contenere il pesce e la guarnizione. Adagiatevi il pesce ben condito con sale e pepe, disponete intorno le patate novelle e le cipolline bianche (se non sono verdure novelle, sbollentatele, scolatele e conditele con il sale). Condite il tutto con il burro fuso e cuocete in forno, irrorando spesso con il burro di cottura che potete allungare con un cucchiaio di olio d'oliva.

Le cipolle, che devono rappresentare un quarto della guarnizione disposta intorno al pesce, devono rimanere a contatto con il fondo della pirofila, per essere sempre immerse nel burro di cottura e dorare in modo uniforme.

Servite direttamente nella pirofila, cospargendo il pesce con un pizzico di prezzemolo fresco tritato e mettendo a parte un limone tagliato a quarti da distribuire nei piatti caldi. Potete cucinare il merluzzo bollito o alla griglia, tagliato a tranci spessi 2 centimetri e servito con una delle salse consigliate per tutti i pesci per i quali sono indicati questi metodi di cottura.

Escargot alla bourguignonne

PREPARAZIONE 10 MIN | COTTURA 10 MIN

PER CIRCA 50 LUMACHE

50 lumache + i gusci

Per il burro aromatizzato

10 g d'aglio

30 g di scalogni

20 g di prezzemolo

12 g di sale

2 g di pepe macinato al momento

250 g di burro

Pestate l'aglio, aggiungete gli scalogni e il prezzemolo tritati molto finemente, il sale, il pepe, il burro freddo e mescolate bene tutto quanto.

Mettete in ogni guscio una piccola noce di burro aromatizzato, introducete una lumaca (cotta, ben scolata e fredda) spingendo il burro sul fondo del guscio, sigillate completamente aggiungendo ancora un po' di burro aromatizzato.

Distribuite le lumache in una teglia inumidita con acqua, cospargete ogni lumaca con un po' di pangrattato e trasferite nel forno ben caldo per 8 minuti.

Servite subito.



Tournedos Enrico IV

PREPARAZIONE 20 MIN | COTTURA 30 MIN

PER 6 PERSONE

150 g di pane in cassetta compatto e raffermo	200 ml di salsa bernese
6 tournedos da 100 g	700 g di patate grandi
2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva	100 ml di fondo bruno di vitello
6 fondi di carciofi cotti in acqua e farina	1 rametto di cerfoglio
100 g di burro	1 rametto di dragoncello

Preparate i crostini e cuocete i tournedos sulla griglia.

Prendete le patate e ricavate con uno scavino delle palline grosse come una nocciola, poi saltatele nel burro.

Affettate i fondi di carciofo, metteteli in una padella con il burro fumante (50 grammi) e rosolateli leggermente.

Disponete i tournedos sui crostini, guarnite attorno con un cordone di salsa bernese (vedi ricetta a pagina 65) e disponete, alternandoli, patate nocciola e fondi di carciofo. È importante che le verdure siano ben condite. Spolverate leggermente le patate con cerfoglio e dragoncello tritati e servite con a parte il resto della salsa bernese.

Tournedos Bercy

PREPARAZIONE 20 MIN | COTTURA 10 MIN

PER 6 PERSONE

6 crostini rotondi spessi 2 cm e di 7-8 cm di diametro fritti nel burro	1/2 bicchiere di vino bianco secco
6 tournedos saltati	fondo bruno di vitello
	10 g di burro

Adagiate su ciascun crostino un tournedos saltato.

Versate nella padella il vino bianco, riducetelo di tre quarti, aggiungete la stessa quantità di fondo bruno di vitello di buona qualità (vedi ricetta a pagina 235), riducete a due terzi. Completate incorporando nella salsa una noce di burro, facendo ruotare la padella fuori dal fuoco. Irrorate i tournedos con questo fondo e mettete su ciascuno un cucchiaino di burro Bercy lavorato a crema.

(fotografia a fronte)



Costolette di capriolo alla panna

PREPARAZIONE 15 MIN | COTTURA 25 MIN

PER 6 PERSONE

6 costolette di capriolo spesse almeno 4 cm

1 pizzico di paprica

40 g di burro

6 crostini

100 ml di madera

300 ml di panna acida densa

1 cucchiaino di succo di limone

crema di marroni

sale e pepe

Cospargete le costolette con la paprica, il sale e il pepe e saltatele a fuoco vivace con 10 grammi di burro. Una volta pronte, disponetele in un piatto alternandole con i crostini della stessa dimensione fritti nel burro.

Versate il madera nel fondo di cottura, riducetelo a 2 cucchiai e aggiungete la panna acida, quindi bollite per qualche minuto finché la panna, che inizialmente diventa liquida, si ridurrà e si addenserà.

Insaporite fuori dal fuoco con 30 grammi di burro e completate con il succo di limone. Controllate il condimento, filtrate il liquido sulle costolette e servite a parte la crema di marroni in una legumiera.



Indice delle ricette

A		Fondo bianco	235
Anatra all'arancia o "à la bigarade"	181	Fondo bruno	235
Andouille saltate alle cipolle	147	Formaggio ungherese	17
Animelle di vitello con gamberi e taccole	161	Fricassee di pollo vallée d'Auge	173
Aragosta grigliata alle due salse	93	Fricassee di vitello all'antica	127
B		Funghi champignon alla greca	14
Baccalà alla lioneese	89	G	
Bisque di gamberi	55	Gamberi alla bordolese	93
Boeuf miroton	113	Gelatina	244
Bouillabaisse	74	Gnocchi all'antica	230
Brandade di baccalà alla casalinga	75	Gnocchi alla parigina	232
Brodo bianco	236	Gnocchi Belle-de-Fontenay	231
Burro maître d'hôtel	236	Gratinée lyonnaise	53
C		I	
Carbonade fiamminga	110	Indivie alla mugnaia	224
Carciofi alla greca	14	Insalata di cavolo rosso	11
Carciofi con salse	210	Insalata di fagiolini	8
Cardi al midollo	215	Insalata di funghi champignon	15
Cassoulet della Linguadoca	186	Insalata nizzarda	8
Cavolo farcito con marroni	219	Involtoni di vitello	118
Cavolo rosso all'alsaziana Paul Haeberlin	221	L	
Choucroute alla moda di Strasburgo	149	Leproto Chabert	196
Cipolle ripiene	222	Lombo di lepre con salsa poivadre	198
Civet di lepre	195	M	
Confit d'oca	183	Maionese	240
Coniglio selvatico en gibelotte	201	Manzo alla borgognona	109
Costata di manzo al midollo		Marinata cotta	69
e vino di Brouilly	106	Marinata cruda	69
Costata di vitello ai funghi	114	Medaglioni di vitello	
Costolette di capriolo alla panna	192	con composta di cipolle	117
Costolette di montone alla Champvallon	132	Melanzane al gratin	213
Costolette di montone Pompadour	134	Melanzane alla provenzale	214
Coulibiac di salmone	82	Merluzzo alla casalinga	79
Crema di crescione e acetosella	57	Mousse calda di trota di fiume	
Crocchette di patate	227	con coulis di gamberi	76
Crocchette di pollo	25	Mousse fredda di prosciutto	144
Curry di montone alle mele renette	142	N	
E		Nantua, Salsa	241
Escargot alla bourguignonne	96	Navarin	140
F		O	
Fagiano arrosto	202	Omelette alle erbe	40
Farcia per pâté e terrine	30	P	
Fegato di vitello grigliato Bercy	154	Pasta brioche	245
Fegato di vitello saltato alla lioneese	155	Pâté caldo o freddo	
Filetto legato di manzo	101	di anatroccolo Gaston Richard	32
Flan di fegatini di pollo alla moda di Bresse	189	Pâté di fegato di maiale	150

Pernice al cavolo	205	Salsiccia nella brioche	26
Petto di vitello farcito e brasato	120	Scaloppe panate al burro nocciola	116
Petto o epigrammi d'agnello	139	Sgombri marinati	12
Piccioni ai piselli	178	Sogliola alla mugnaia	86
Pollastra tartufata arrosto	166	Soufflé al parmigiano	22
Pollastra tartufata in vescica		Soufflé al prosciutto	22
Jannes Nandron	169	Spalla d'agnello pré-salé alla boulangère	134
Pollo alla Marengo	170	Spalla di montone brasata con rape	137
Porri caldi alla vinaigrette	225	Spalla di montone farcita	
Potage Dubarry o crema di cavolfiore	56	alla moda del Berry	138
Pot-au-feu	44	Spiedini di fegato di vitello	152
Prosciutto al fieno	146	Spigola del Mediterraneo in crosta	80
Punte di asparagi verdi	212	Spugnone alla panna	216
Q		Stinco di vitello alla casalinga	125
Quaglie all'uva	206	Stufato di manzo	107
Quenelle di luccio alla lioneese	73	Stufato di montone all'irlandese	141
Quenelle di pollame mousseline	189	T	
Quenelle di vitello al burro	129	Tacchinella ripiena di marroni	175
Quiche lorraine	21	Tenerone di vitello brasato	122
R		Terrina di fegato grasso	
Rane alla lioneese	94	d'anatra al naturale	184
Risotto ai fegatini di pollo	174	Terrina di vitello	31
Risotto alla greca	229	Testina di vitello	162
Risotto alla piemontese	228	Tonno brasato alla casalinga	89
Rognoni di vitello		Tournedos Bercy	102
o di montone con riso pilaf	158	Tournedos Clamart	104
Rognoni saltati al mader	158	Tournedos Enrico IV	102
Roux	234	Triglie di scoglio con salsa al pistou	85
S		Triglie di scoglio all'orientale	12
Salmone crudo Renga-Ya	82	Trippa alla lioneese	157
Salsa alla cacciatore	62	U	
Salsa al mader e champignon	62	Uova al piatto alla fiorentina	37
Salsa al rafano	68	Uova barzotte in salsa béarnaise	39
Salsa bernese	65	Uova barzotte in salsa soubise	40
Salsa bianca	237	Uova farcite alla paprica	17
Salsa bordolese	61	Uova fritte alla milanese	37
Salsa chaud-froid bianca	66	Uova in cocotte con pomodori	38
Salsa demi-glace	238	Uova strapazzate al tartufo	217
Salsa di pomodoro	61	V	
Salsa gribiche	65	Vitello alla Marengo	131
Salsa olandese	239	Z	
Salsa Perigueux	243	Zuppa alla moda di Nîmes	49
Salsa ravigote	66	Zuppa alverniate	50
Salsa remoulade	241	Zuppa delle Ardenne	47
Salsa Soubise	242	Zuppa di coda di bue	47
Salsa spagnola	238	Zuppa di cozze	54
Salsa suprême	237	Zuppa di pollo in sfoglia	174
Salsa vellutata	237	Zuppa di tartufi Élysée	49
Salsiccia calda alla lioneese	26		

© Edizione italiana: Guido Tommasi Editore – Datanova S.r.l., 2024

Tutti i diritti riservati

www.guidotommasi.it

Traduzione: Silvana Mancuso

Revisione: Fabrizia Malerba

Correzione bozze: Valeria Cecilia Barbon

Progetto grafico edizione italiana: Leida Federico

Post-produzione foto edizione italiana: Silvia Luppi

Edizione originale: "La cuisine du marché", 2010

© Flammarion, Paris, 2016

www.editions.flammarion.com

Fotografie: Jean-Charles Vaillant

Progetto grafico: Alice Leroy

Food styling: Éric Rochon

Vietata ogni riproduzione, totale o parziale,
su qualunque supporto, in particolare la fotocopia e il microfilm,
senza l'esplicita autorizzazione scritta dell'editore.

ISBN 978 88 6753 432 6

Stampato nell'Unione Europea



NELLA CUCINA DI UNO CHEF A TRE STELLE AL RITORNO DAL MERCATO



Questo volume non può mancare nella libreria di chi ama perdersi tra le bancarelle del mercato a caccia di alimenti di stagione e di qualità. Il talentuoso e pluristellato gastronomo francese ci avvicina ai piatti della tradizione con oltre 150 ricette.

Costolette di capriolo alla panna, Bisque di gamberi, Gratinée lyonnaise, Cassoulet della Linguadoca non avranno più segreti per voi.



Guido Tommasi Editore

www.guidotommasi.it

30 € IVA inclusa

ISBN: 978 88 6753 432 6



9 788867 534326