

Dans ce cours :

- Carte et ressources
- Les spécialités culinaires et recettes
- Les bonnes tables et Les chefs connus
- Les sites internet

Les ressources régionales

La Bourgogne a une superficie de 31 582 km² pour environ 1 610 000 habitants.

Elle est composée de quatre départements :

La Côte-d'Or (21), préfecture Dijon.

La Nièvre (58), préfecture Nevers.

La Saône-et-Loire (71), préfecture Mâcon.

L'Yonne (89) préfecture Auxerre.

Les principaux produits

Produits de l'élevage

Bœuf charolais de Bourgogne (IGP)
Moutons charolais, porc du Morvan.
Volaille fermière de Bourgogne (IGP)
Volaille de Bresse (poulet, chapon, poularde, dinde) (AOC)
Escargots de Bourgogne

Produits de la pêche

Brochets, carpes, anguilles, tanches.
Écrevisses, grenouille.

Produits de l'agriculture

Asperge de Ryffey et de vergigny
Cocos de chéu (haricots rouges).
Oignons d'Auxonne.
Truffes de Bourgogne, cèpes, morilles.
Cassis de Bourgogne, framboise.
Cerise marmottes ou de l'auxerrois, pruneaux de Vitteaux.

Produits de l'agroalimentaire.

Moutarde de Dijon, vinaigre de vin rouge, verjus.
Cornichons d'affoigny.
Jambon cru du Morvan, jambon persillé, jambon à la lie-de-vin.
Andouillette de Clamecy et de Chablis.
Rosette du Morvan.
Pain d'épice de Dijon, nonnettes aux amandes, nougatine de Nevers, Mariotte de Montbard. Miel et raisiné de Bourgogne.

Produits laitiers

Époisses (AOC), chaource (AOC), Saint-Florentin.
Charolais, mâconnais, bouton de culotte, trappe de Cîteaux.

La carte



Les spécialités régionales

Soupe nivernaise au bouillon de mouton

- cuisses de grenouilles panées et sauter au jus de persil
- truites et poissons d'eau douce au vin rouge
- Corniottes, brioche au grâudes
- petit gibier aux raisins, entrecôtes barenzai
- tapinette (tarte au lait caillé).

Les recettes

Soupe de porée à la ribelette de lard

Potage parisien (poireaux, pommes de terre) servi avec des tranches de lard grillé ou sauté.

Potée bourguignonne

Potée réalisée à partir de palettes, jarret, poitrine, travers de porc, de petites saucisses (mignonnettes) et de légumes de saison (choux, pommes de terre, carottes, navets, haricots blancs ou verts, oignons).

Salade vigneronne

Salade de pissenlit de taupinière aux lardons.

Escargots à la bourguignonne

Escargots de Bourgogne recoquillés avec du beurre d'escargot (beurre assaisonné, ail, échalote et persil hachée).

Gougères

Couronne de Pate a chou fromager recouverte de petits dés de gruyère ou de compter. Peut se faire sous la forme de petit chou fromager (ramequins au fromage). Gougères et ramequins sont l'accompagnement traditionnel de la dégustation des vins à l'apéritif.

Andouillette au chablis

Andouillette réalisée à partir d'intestins de porc vendu au maître ou K, sautée au saindoux. La sauce est réalisée à partir d'échalotes ciselées, de vin blanc de chablis et de moutarde de Dijon.

Jambon persillé

Spécialité traditionnelle du jour de Pâques, le jambon persillé est réalisé avec des morceaux de jambon cru au sel, dessalée et pochée dans un fond gélatineux. Les morceaux sont disposés dans une terrine et intercalée de couche de gelée à l'ail à l'échalote et au persil haché.

Œufs en meurette

Pochés dans du vin rouge. Dresser sur croûtons ail et est nappé de sauce et de garniture bourguignonne, parsemé de persil haché.

Tourte Morvandelle

Tourte en pâte feuilletée garnie de viande de porc mariné au vin blanc et au marc de Bourgogne. Peut comporter une couche de pommes de terre.

Lapin à la dijonnaise

Lapin badigeonné de moutarde et rôti. La sauce est réalisée en déclassant le plat avec du vin blanc réduit et de la crème

Poire au vin à la dijonnaise.

Poire pochée dans du vin sucré parfumé à la cannelle et à la crème de cassis accompagné de sorbets et de baie de cassis. Peut être dressée dans une tulipe ou sur un toast de pain d'épice de Dijon.

Les bonnes tables de la région

Le relais Bernard Loiseau à Saulieu (21)
Chef : Patrick Bertron.

La côte Saint-Jacques à Joigny (89)
Chef : Jean Michel Iorain.

Menu Régional



Gougères
Pochouse bourguignonne
Pièces de charolais grillé à la moutarde de Dijon
Crapiaud au lard du Morvan
Époisses affiné
Poire pochée à la liqueur de cassis
Glace fondante au pain d'épice

Produits ayant obtenu un signe officiel

- Bœuf charolais de Bourgogne (IGP)
- agneau berger des lys.
- Volaille de Bresse (AOC)
- époisses (AOC) et chaource (AOC) vin blanc, rouge, rosé de Bourgogne (AOC)
- (Bourgogne aligoté, Chablis, côte de nuits, Gevrey chambertin, clos Vougeot, Pommard.)
- Fine de Bourgogne (AOC)
- marc de Bourgogne (AOC)

Dans ce cours :

- Carte et ressources
- Les spécialités culinaires et recettes
- Les bonnes tables et Les chefs connus
- Les sites internet

Les ressources régionales

Véritable carrefour européen la Franche-Comté est située à l'est de la France, entre la Bourgogne et les limites de l'Allemagne et de la Suisse. Cette région de 16 202 km² compte environ 1 120 000 habitants et elle regroupe quatre départements :

- **le Doubs (25), préfecture Besançon.**
- **Le Jura (39), préfecture Lons-le-Saunier.**
- **La haute Saône (70), préfecture Vesoul.**
- **Le territoire de Belfort (90), préfecture Belfort.**

Principaux produits

produits de l'élevage

boeuf de Franche-Comté, vaches laitières de race Montbéliarde.

Porc franc-comtois.

Volaille de Bugey, volaille de Bresse (AOC)

canard sauvage, grives, perdreaux, faisans, lièvre, sanglier, chevreuil, cerf.

Produits de l'agriculture et de la cueillette.

Légumes de Bugey, Cardons, épinard, navets, haricots gris.

Champignons sauvages : morilles, mousseron, chanterelle, trompettes de la mort.

Noisette, châtaignes.

Cerise griotte de Fougerolles, myrtille, airelles, fraise des bois, framboise, baie de genévrier, prunelle, poire, pommes.

Produits de la pêche

Anguilles, carpes de la Saône, brochets du Doubs, truites de l'Ain, sandres, ombles communs, écrevisses, grenouille.

Produits élaborés.

Charcuterie de montagne, salaisons et viandes de porc fumé.

Jésus et saucisse de Morteau, saucisse de Montbéliard, jambon fumé du haut Doubs, jambon de luxeuil les bains, jambon cuit à l'os, rilette comtoise fumée, langue de bœuf fumé, Bresi. Miel d'acacia, de tilleul, d'épicéa. Pain d'épice, biscuits de montbozon, pâte de coings.

Produits laitiers

comté (AOC), Mont d'or du haut Doubs (AOC), emmental grand cru (LR), bleue de Gex (AOC), cancoillotte, carrés de l'Est, Mamirolle, Serra, morbier.

Boissons

vin rouges, blanc, jaune, mousseux champagnisés, vin de paille.

Vin de pays de Franche-Comté (Arbois, côtes du Jura, l'étoile, château Chalon (AOC)).

Eau-de-vie de marc de Franche-Comté (AOC), eau-de-vie de aentiane.

La carte



Les spécialités régionales

Soupe aux cerises, de grenouilles, au vin, de gaudes.

Croûte aux morilles, forestières.

Truites au vin d'Arbois, brochets à la Vésulienne.

Écrevisses à la crème.

Escargots aux noisettes.

Coq au vin jaune, poulet encroûte à la Vésulienne.

Poulet aux écrevisses, canard sauvage à la sauce infernale, potée jurassienne, Jésus de Morteau vigneronne.

Pain aux oeufs, tarte de goumeau, gaufres comtoises, Charlotte aux pommes franc-comtoises.

Les recettes

Soupe aux cerises,

Velouté léger (roux blanc, mouillé à l'eau additionnée de griottes dénoyautées, de sucre et de Kirch. Ce sert accompagné de croûtons généralement avant un plat de gibier.

Gaudes,

Farine de maïs torréfiée (grillé). Bouillie de céréales grillées (bouillie de Turquie, le maïs était appelé blé de Turquie).

Écrevisses à la crème

Écrevisse châtée revenue au beurre avec des échalotes grises ciselées et du vin jaune. Mouiller à la crème et réduire la cuisson.

Escargots aux noisettes

Escargots de Bourgogne garnie d'un beurre d'escargot additionné de noisettes mondées et concassées.

Brochets à la vésulienne

Spécialité de la région de Vesoul. Le broché ou tout autre poissons d'eau douce et rôti au four recouvert d'un hachis d'échalotes, de champignons et d'ail revenu à la poêle. Le poisson est accompagné d'une saucière de beurre fondu persillé.

Potée comtoise

Cette potée comme toutes les autres potées régionales utilisent de produits invariables : le lard demi-sel et le chou. La particularité de la potée comtoise résidait dans l'utilisation de viande fumée (palette de porc, travers), de saucisse de Morteau et en plus des légumes traditionnels, des panais et des haricots verts.

Escalope de veau au comté

Escalope de veau pané surmonté d'une tranche de jambon fumé et d'une tranche de comté également panées. Cuire au four jusqu'à coloration de la mie de pain arrosée de beurre noisette.

Pain aux œufs

Nom régional de la crème caramel.

Saucisse de Morteau

Saucisses fumées à la sciure de résineux. Issu de porc franc-comtois. Elle se reconnaît à la cheville en bois à l'une de ses extrémités. Poids moyen de 300 à 350 g

Saucisse de Montbéliard

Plus petites (150 à 180 g), plus maigre et moins fumé que celle de Morteau.

Les bonnes tables de la région

Restaurant Jean-Paul Jeunet à arbois (39)

chef : Jean-Paul Jeunet.

L'étang du Moulin à Bonnetage (25)*

chef : Jacques Barnachon

Menu Régional

Croquettes jurassiennes (beignets au comté)

Jésus de Morteau poché vigneronne

Volaille de Bresse aux morilles

Assortiment de fromages franc-comtois affinés

Petit baba au Mac vint du Jura

Produits ayant obtenu un signe officiel

Volaille de Bresse (AOC)

Comté(AOC)

Mont d'or (AOC)

bleue de Gex (AOC) Vin d'Arbois, château Chalon, l'étoile, côtes du Jura, Macvin du Jura (AOC)

Kirch de Fougerolles

Eau-de-vie de marc ordinaire de Franche-Comté

Eau-de-vie ordinaire de Franche-Comté