Collection découverte

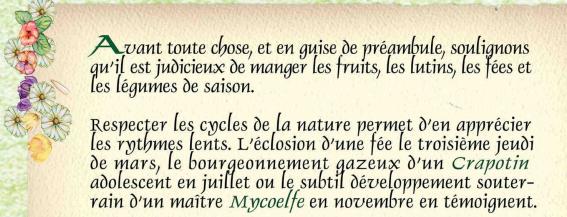
# 30 recettes de lutius 2011CTEULX

Livre de poche de l'amateur contenant tout ce qu'il faut savoir pour reconnaître, cueillir et cuisiner les lutins comestibles du monde entier!





Le printemps est une saison qui offre une variété intéressante de lutins avant l'explosion de vie en été.



Cette démarche, au-delà du strict intérêt écologique, fait partie intégrante d'une approche spirituelle respectueuse de la nature comme sanctuaire du Petit Peuple.

Merci pour lui.

Farfadet (éch. 1/8)

Le Pixie est un lutin anglais que nous avons traité précédement. On signalait le caractère toxique de sa chair (hallucinogène pour être exact). Découvrons ici une délicieuse recette de Pixies bouillis parfaitement digeste.

#### 1-Pixies à la forestière

- Epluchez et lavez 6 Pixies pour 4 personnes.
- Coupez-les en rondelles. Faites chauffer 30 g de beurre dans une sauteuse et faites étuver les pixies 15 min.
- Dans une poêle faites sauter 200 g de girolles dans le reste du beurre.
- Mélangez un jaune d'oeuf avec 10 cl de crème fraïche.
- Ajoutez les girolles aux Pixies et mélangez.
- Salez et poivrez.
- Versez la crème fraîche et réchauffez 15 min à feu doux et servez.

Note: on obtient un résultat très proche en remplaçant les pixies par des carottes.



#### 2 - Canapés à la Gobille

Gobille (éch. 1)

Pixie

(éch. 1/5)

La Gobille est un lutin des Alpes tout à fait surprenant : il est aussi délicieux et aimable avec les bergers durant tout le printemps et l'été, qu'il est acariâtre, violent et écoeurant le reste de l'année.

d'une bonne tomate juteuse.

- Faites griller 2 tranches de pain de mie. Coupez-les en dés, arrosez-les de vinaigre et faites ramollir 10 min. - Ebouillantez 2 Gobilles et hachez les. - Pelez une gousse d'ail. Réduisez la chair de tomates

en purée avec l'ail, le pain ramolli, des câpres et 2 çuil. à soupe d'huile d'olive.

- Salez et poivrez.

- Tartinez 20 petites tranches de baguettes de pâte de Gobille et décorez d'une feuille de basilic.

Note: on peut allègrement remplacer une Gobille par une tomate pelée





#### 4-Beignets de Sirènes

- Ecaillez une douzaine de Sirênes pour 6 personnes, videz-les et lavez les filets.

- Epongez-les, salez et poivrez.

- Préparez la pâte à beignets : versez 150 g de farine dans une jatte et creusez un puits. Versez-y 2 blancs d'œufs, 5 g de sel et 1 cuil. à soupe d'huile.

- Commencez à mélanger puis ajoutez 15 cl de bière. Mélangez bien pour obtenir une pâte homogène. Laissez reposer 1 h.

- Battez les blancs en neige ferme. Incorporez-les à la pâte. Faites chauffer de l'huile dans une friteuse. Enrobez les filets de *Sirène* de pâte et plongez-les dans la friture.

- Faites-les égoutter sur du papier absorbant puis servez très chaud.

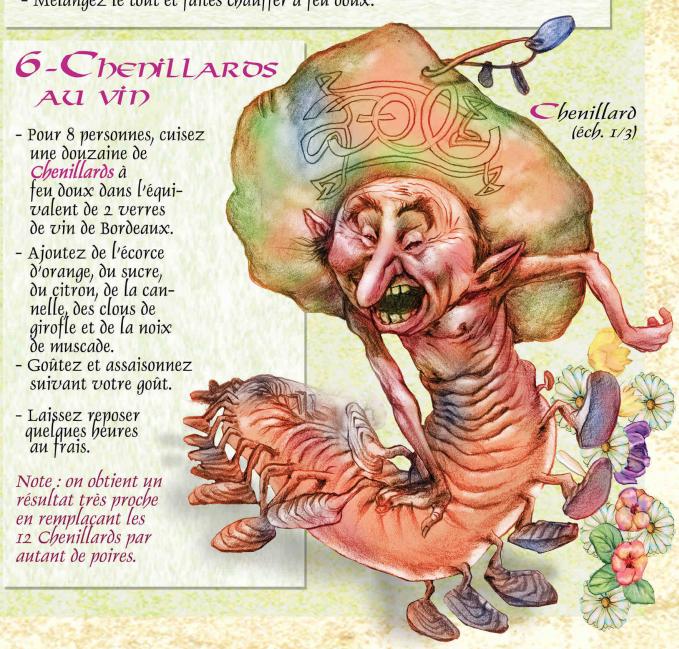
Note : si les Sirènes ne se laissent pas pêcher, vous pouvez toujours les remplacer par des sardines dans la proportion suivante : 1 Sirène = 1 sardine. Le *Chenillard* n'est pas véritablement un lutin. C'est un état transitoire comme l'est la chrysalide qui amène la chenille vers le papillon. Le *Chenillard* est l'état qui amène une jeune larve translucide de *Sylvain* à l'état de petit génie adulte de nos forêts. Ce passage provoque un bouillonnement de la sève du petit lutin qui se charge alors naturellement d'alcool. Ainsi, le *Chenillard* titube ivre mort sur ses 138 paires de pattes et se laissera facilement capturer.

#### 5-Punch de Chenillard

- Pour 10 personnes, faites fondre 1 tasse de sucre dans un 1/2, l. de thé chaud et fort.

- Battez dans un autre récipient 1 bouteille de jus de Chenillard, 6 jaunes d'oeufs et une autre tasse de sucre.

- Mélangez le tout et faites chauffer à feu doux.



## Gnomes

L'histoire des Gnomes est une tragédie. En témoigne le métier de tapeurs de Gnomes. Des textes retrouvés lors de fouilles dans une ancienne abbaye à Namur mentionne le passage à de «petits êtres barbus très fatigués au chapeau pointu écarlate» à travers le plat pays.

Sans doute, les individus isolés en Italie au IX e siècle ont fui ce climat trop chaud pour

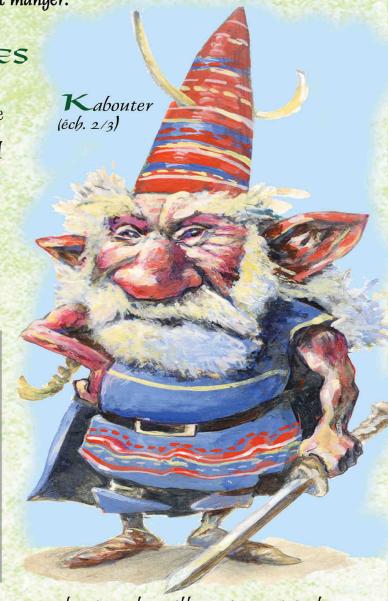
regagner le Nord. Ainsi, en passant par la Belgique, ils furent nombreux à se faire capturer et manger.

### 7-Gnomes frices

La légende veut que ce soitlors d'un hiver particulièrement rigoureux qu'un homme chaussé de raquettes rencontre un petit groupe de Gnomes. Surpris, il tombe au sol dans la neige. Il n'a que le temps de se saisir de sa raquette et de frapper de toutes ses forces sur les Gnomes, inventant du même coup les frites.

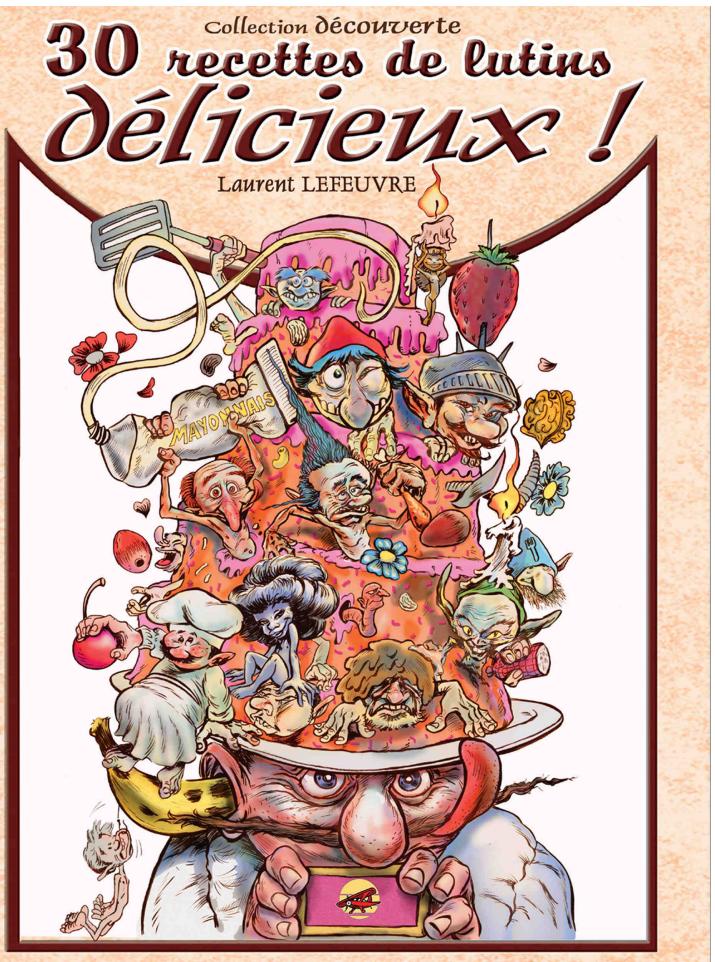
La nouvelle se répandit très vite et bien peu de Gnomes revirent jamais leur Norvège natale.

- Déshabillez 3 Gnomes.
- Rasez-leur la barbe.
- Demandez-leur de se tenir debout bien droit les bras le long du corps.
- Allez chercher une friteuse et une raquette en leur demandant bien de ne pas bouger en vous attendant.
- Frappez un grand coup.
- Cuisez les dans la friteuse.
- Salez, poivrez et servez dans un cornet de papier.



Chaque année, le troisième mercredi de novembre dans les villages du nord de la Belgique, quelques vieillards continuent à manger des pommes-frites en hommage aux Gnomes qui ont sauvé cette année là leurs ancêtres de la famine. C'est le Thanksgiving belge, en somme.





EDITIONS P'TIT LOUIS