

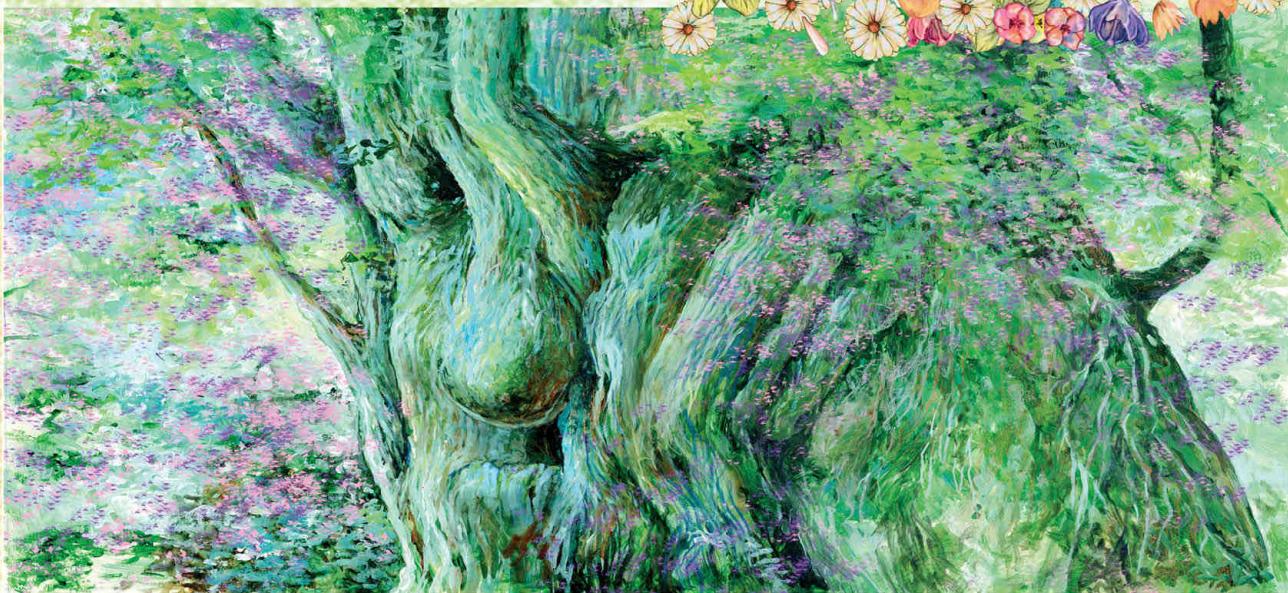
Collection découverte

30 recettes de lutins délicieux !

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



Printemps



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

Avant toute chose, et en guise de préambule, soulignons qu'il est judicieux de manger les fruits, les lutins, les fées et les légumes de saison.

Respecter les cycles de la nature permet d'en apprécier les rythmes lents. L'élosion d'une fée le troisième jeudi de mars, le bourgeonnement gazeux d'un *Crapotin* adolescent en juillet ou le subtil développement souterrain d'un maître *Mycoelfe* en novembre en témoignent.

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 précédemment. On signalait le caractère toxique de sa chair (hallucinogène pour être exact). Découvrions 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 fraîche.
- 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.



Pixie
(éch. 1/5)

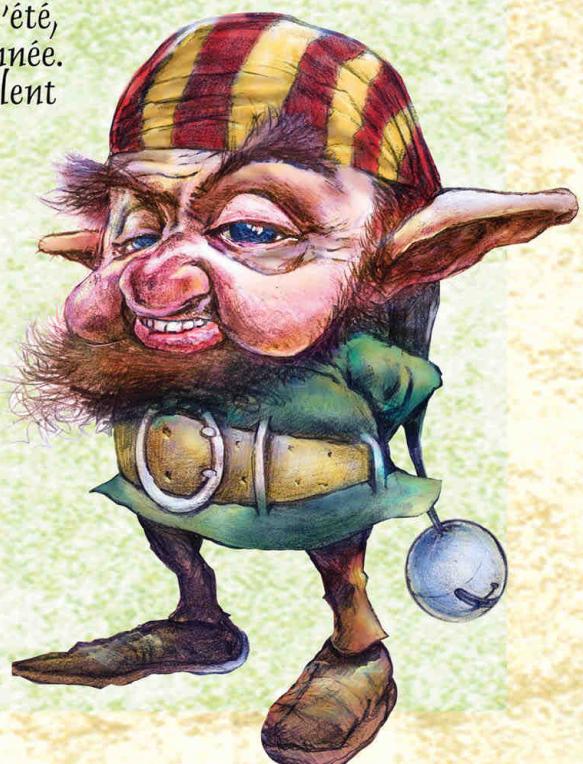
2 - Canapés à la Gobille

Gobille (éch. 1)

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. Au printemps, son goût et sa texture en font l'équivalent 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 cuil. 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



3-Confiture Nympthes-coings

Pour 4 pots de 250 g

- Pelez 50 **Nympthes**, coupez-les en quartiers et épépinez-les.
- Pelez et coupez 500 g de coings en morceaux.
- Dans une bassine, versez 1 kg de sucre et 50 cl d'eau.
- Faites cuire le sirop puis ajoutez les fruits en morceaux.

Mélangez bien et laissez cuire pendant 1 h.

- Ecumez régulièrement.
- Versez la confiture chaude dans des pots ébouillantés et séchés. Fermez hermétiquement la confiture qui se conservera 1 an.

Note : En cas de pénurie de **Nympthes**, 1 Nymphe équivaut à 50 g de pommes.



4-Beignets de Sirènes

- Ecaillez une douzaine de **Sirènes** pour 6 personnes, videz-les et lavez les filets.
- Épongez-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. Envoyez 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.

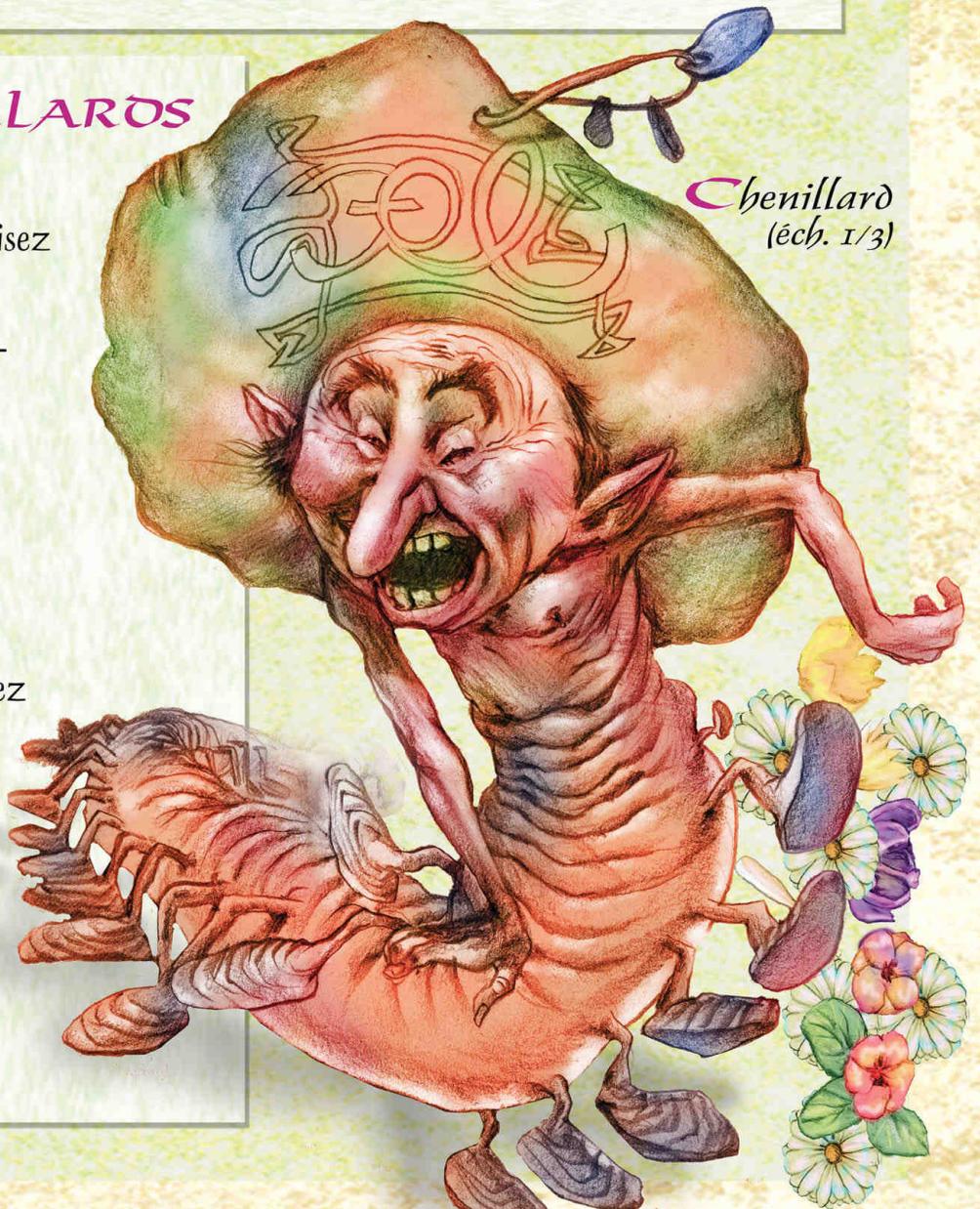
5- Punch de Chenillard

- 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.

6-Chenillards au vin

- Pour 8 personnes, cuisez une douzaine de **Chenillards** à feu doux dans l'équivalent de 2 verres de vin de Bordeaux.
- Ajoutez de l'écorce d'orange, du sucre, du citron, de la cannelle, des clous de girofle et de la noix de muscade.
- Goûtez et assaisonnez suivant votre goût.
- Laissez reposer quelques heures au frais.

Note : on obtient un résultat très proche en remplaçant les 12 Chenillards par autant de poires.



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 FRITES

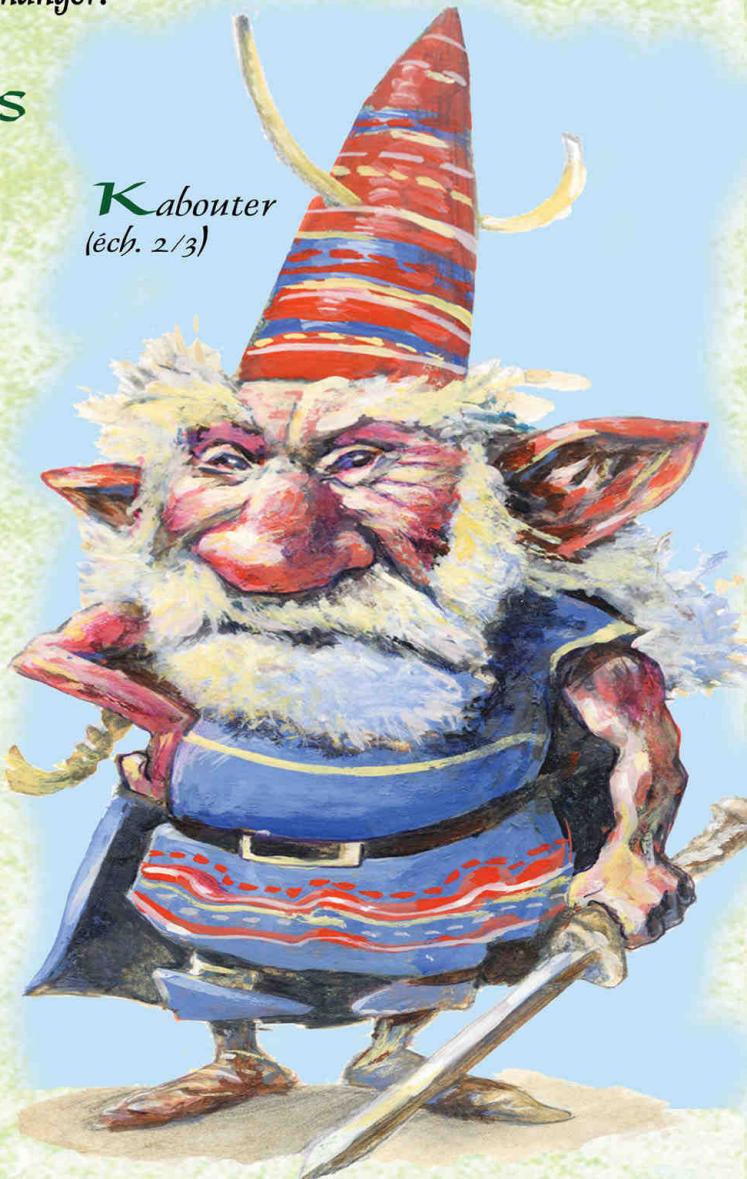
La légende veut que ce soit lors d'un hiver particulièrement rigoureux qu'un homme chaussé de raquettes rencontre un petit groupe de **Gnomes**. Surpris, il tombe au sol dans la neige. Il n'a que le temps de se saisir de sa raquette et de frapper de toutes ses forces sur les **Gnomes**, inventant du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

Kabouter
(éch. 2/3)



Collection découverte

30 recettes de lutins délicieux !

Laurent LFEUVRE



EDITIONS P'TIT LOUIS