

www.stmichel.fr





Edition n°1 - 2010

Les recettes St Michel des Communes Gourmandes

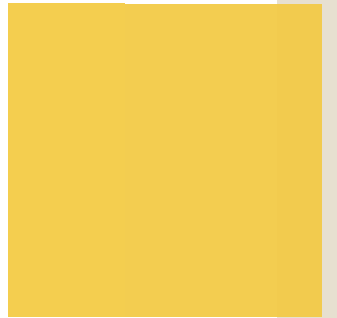
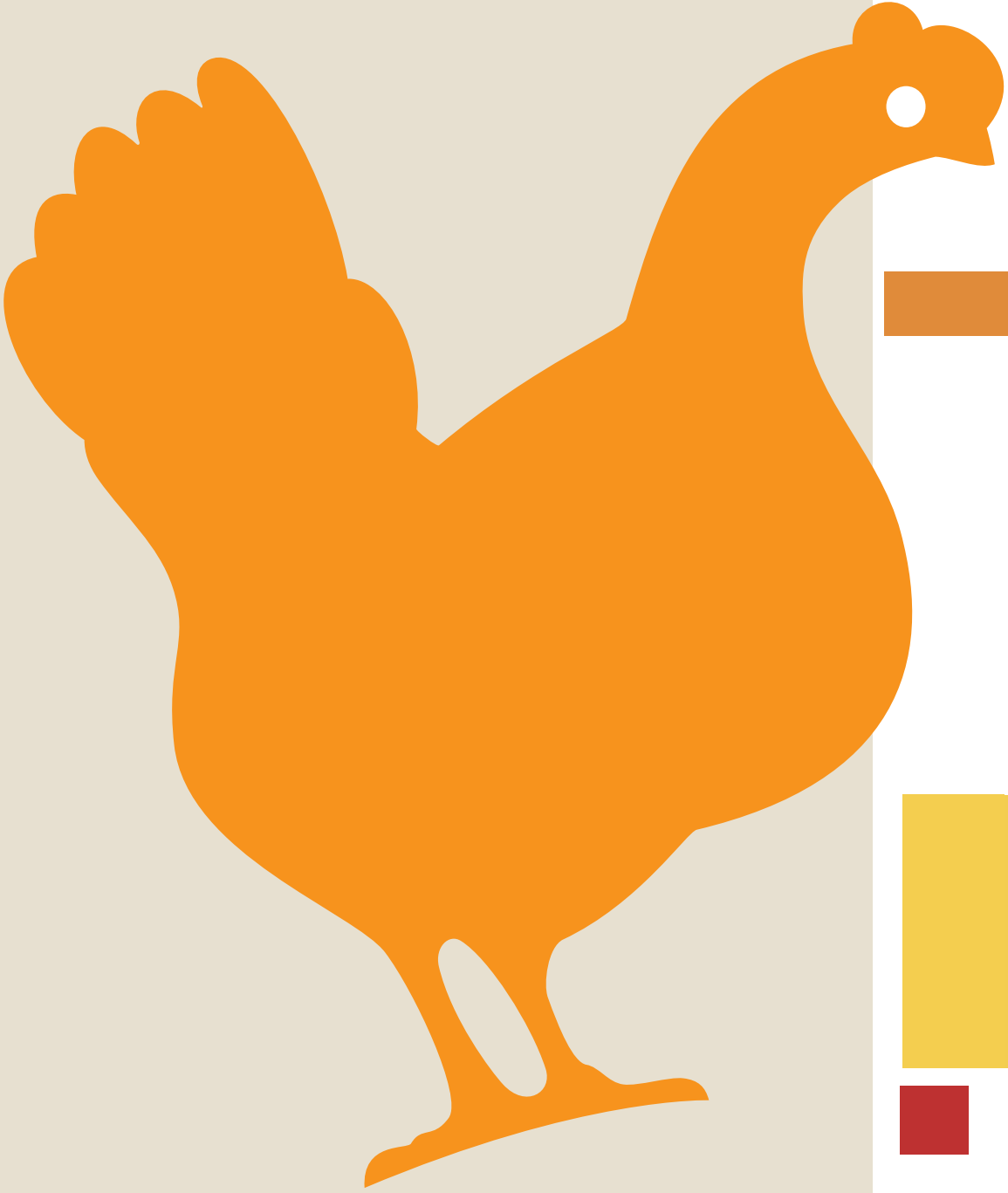


Sommaire

Editos	p.2
Un peu d'histoire	p.6
Le Grand Prix des Communes Gourmandes	p.10
Les Recettes de Madeleines	p.11
Pierrepont	p.16
<i>Madeleines traditionnelles</i>	
Champcenest	p.18
<i>Rose de Provins</i>	
Saint Martin des Champs	p.20
<i>Chèvre, raisins secs</i>	
Saint-Julien	p.22
<i>Truite fumée, chèvre</i>	
Lelex	p.24
<i>Miel de sapin, framboise</i>	
La Giettaz	p.26
<i>Epicéa</i>	
Laffrey	p.28
<i>Murçon</i>	
Aspremont	p.30
<i>Noix</i>	
Mariac	p.32
<i>Framboises de Mariac</i>	
Saint Jean Delnous	p.34
<i>Beurre de brebis, marrons</i>	
La Bastide de Bousignac	p.36
<i>Noisettes</i>	
Carla-Bayle	p.38
<i>Figues et coings confits</i>	
Arreau	p.40
<i>Myrtilles, miel d'Arreau</i>	
Luxey	p.42
<i>Pignons, miel de Bourdaine</i>	
Labarde	p.44
<i>Gellée de vin de Haut-Médoc</i>	









Editos



Edito



J'arpente toujours la France avec appétit. Chaque Tour renferme une collection de souvenirs. Les scènes de sport se mêlent aux portraits d'enfants et aux panoramas qui défilent devant nos yeux. Mais l'inventaire des sensations éprouvées serait incomplet si l'on en écartait toutes celles de la bouche et du palais. Découvrir la France, ses richesses et ses différences, c'est aussi la goûter, au premier sens du terme. L'idée du concours des communes gourmandes m'est donc immédiatement apparue brillante par sa simplicité. Le langage des saveurs ne sait pas mentir, il est authentique et rassembleur.

Dans les villages, les séances de dégustation ont tenu toutes leurs promesses. A travers les madeleines, nous avons entrepris un voyage entre les terroirs du pays, soldé par une avalanche de surprises. L'expérience nous donne aussi une illustration supplémentaire de la capacité du Tour à susciter de l'enthousiasme, bien au-delà des performances des champions. Avec St Michel, c'est autour des fourneaux, sur les terrasses des cafés ou dans les écoles que l'on a commencé à vivre le Tour.

Christian Prudhomme
Directeur du Tour de France

Edito



Quel événement est plus fédérateur que le Tour de France ? On a tous, petits ou grands, un souvenir lié à cette course désormais mythique...

La marque St Michel, est aujourd'hui très fière d'avoir fait son entrée dans la grande famille du Tour et avec elle, son Grand Prix des Communes Gourmandes.

Un Grand Prix à l'image de la marque : convivial et populaire... Un Grand Prix qui, pendant 3 semaines, a mis à l'honneur la créativité de 15 communes françaises de moins de 1000 habitants et avec elles le savoir faire et le dévouement de centaines de personnes.

Pierrepont, Champcenest, Saint-Martin des Champs, Saint-Julien, Lelex, La Giettaz, Laffrey, Aspremont, Mariac, Saint Jean Delnous, La Bastide de Bousignac, Carla-Bayle, Arreau, Luxey ou encore Labarde, elles ont toutes acceptées de relever le défi qu'on leur a lancé : créer leur propre recette de madeleines à partir des produits de leur terroir.

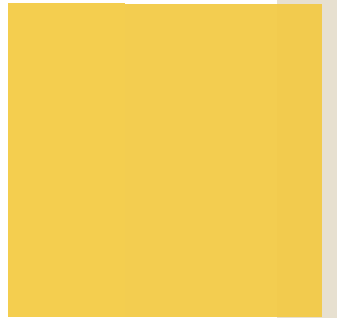
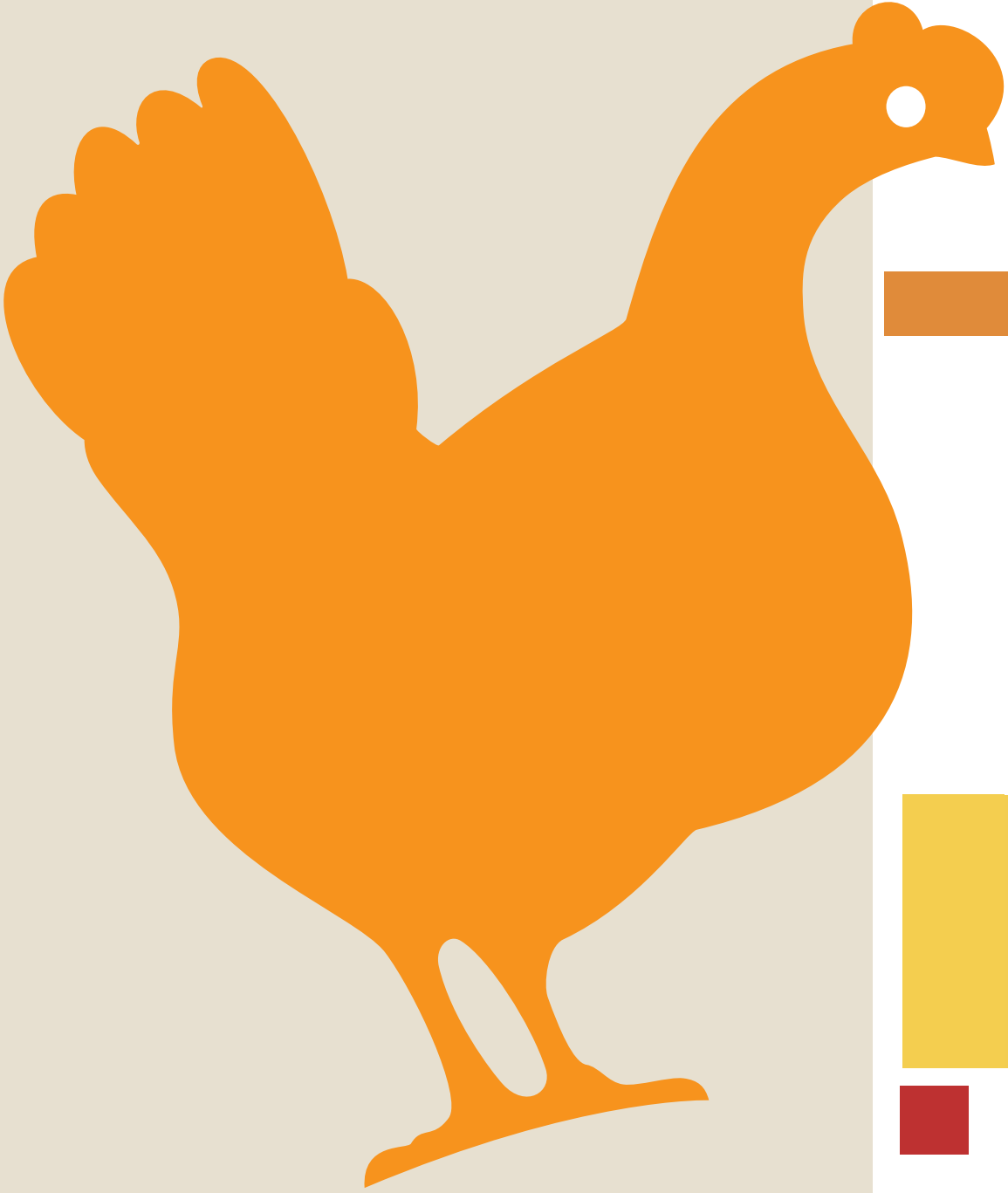
Entre recettes classiques revisitées, mélanges surprenants, valeurs sûres ou pincées d'originalité, elles ont toutes débordé d'imagination pour le plus grand plaisir et le plus grand étonnement de nos palais.

Chaque jour a donné place à une nouvelle recette et à une nouvelle fête... La mobilisation a été générale, l'enthousiasme et l'inventivité au rendez-vous.

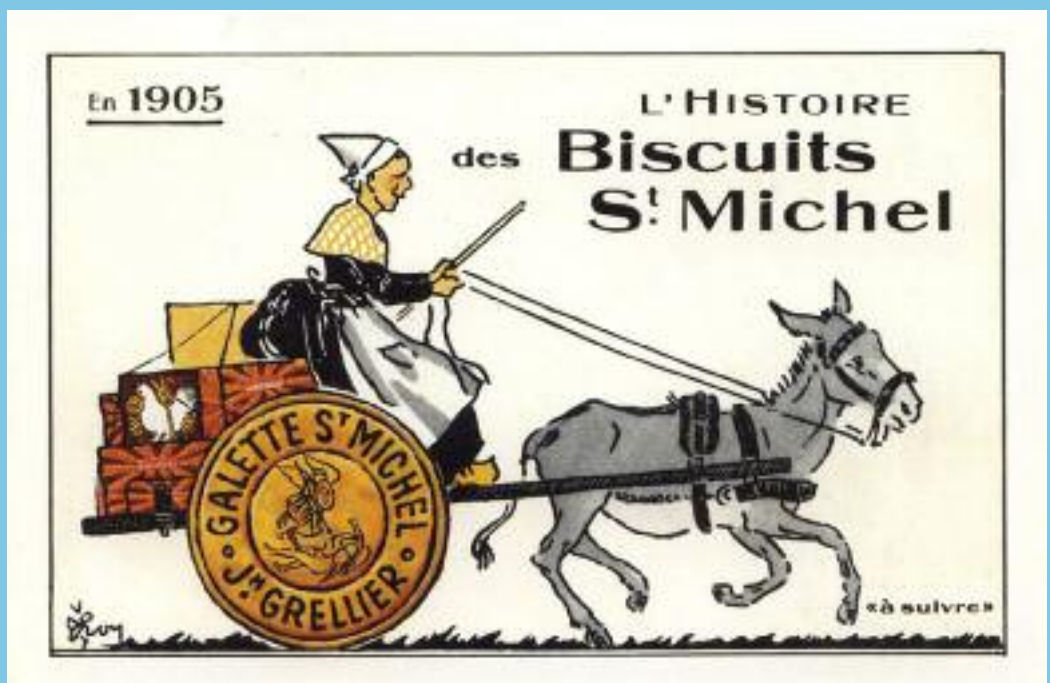
Nous avons tous vécu une formidable aventure gustative et humaine, riche en rencontres, en dépaysements et en saveurs...

Un premier Tour réussi donc pour St Michel qui on l'espère n'est que le début d'une longue histoire entre nous et la Grande Boucle...

L'Equipe St Michel



St-Michel
Un peu d'histoire



Un savoir-faire historique

En 1903, des cyclistes qu'on nommait alors les « forçats de la route », donnaient leurs premiers tours de roues sur le Tour de France. Deux ans plus tard, en juillet 1905, alors que Louis Trousselier triomphait dans la 3^e Grande Boucle de l'histoire, une autre roue commençait à se faire une renommée. Cette roue, c'est la fameuse Galette St Michel, œuvre de Joseph Grellier, pâtissier du village de Saint-Michel-Chef-Chef, en Loire-Atlantique.



Devant le succès de ses Galettes, sa femme Constance eut une idée de génie :

« Pourquoi ne pas les vendre aux belles dames de Paris, qui viennent prendre des bains de mer sur notre côte ? » C'est ainsi qu'elle attela sa carriole, débordante de Galettes encore chaudes, bien décidée à ne revenir qu'une fois le délicieux contenu épuisé...

Depuis l'apparition de la Galette St Michel, inchangée depuis 1905, d'autres produits, tout aussi savoureux et gourmands, ont rejoint la gamme. Aujourd'hui, St Michel, ce sont des biscuits mais aussi de tendres pâtisseries comme la Madeleine, la Savarose, le Financier, fabriquées en France dans ce même respect de la tradition.

Dates clés

1905 : Création de la galette St Michel par Joseph Grellier

1920 : Lancement du Sablé de Retz

1979 : Lancement de Roudor

2008 : Lancement des madeleines St Michel en pâtisserie

St Michel ne cesse d'innover puisque 3 nouveautés ont ainsi vu le jour en 2010 : Cakelet, Gâteau Brioché et Galet Sésame

Du blé 100% français, des produits 100% St Michel !

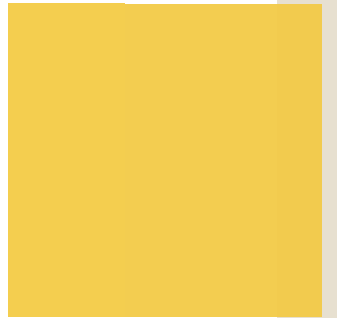
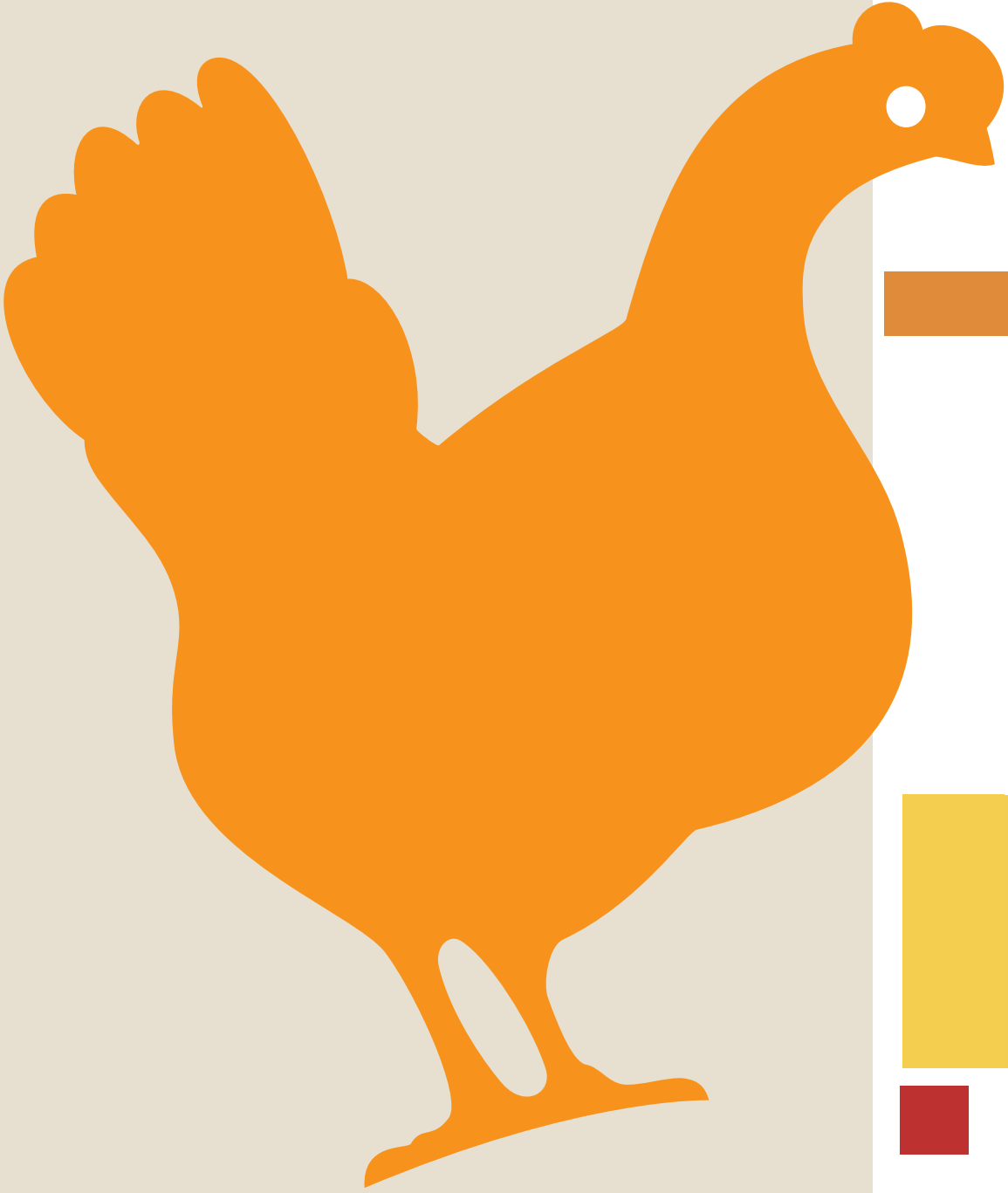
Plus de 100 ans après sa création, St Michel est aujourd'hui encore une entreprise familiale. Implantées au cœur des régions françaises, sur 5 sites différents (Saint-Michel-Chef-Chef, Contres, Guingamp, Avranches, Commercy) les biscuiteries St Michel trouvent leur matière première, le blé, à proximité directe (Poitou-Charentes, Pays de la Loire, Bourgogne). Cette démarche permet de diminuer considérablement l'impact écologique dû au transport.

Si c'est bon, c'est qu'il y a une raison

Si les biscuits et pâtisseries St Michel sont si bons, c'est d'abord grâce à des recettes simples, authentiques et de qualité, sans colorant, sans conservateur et sans matière grasse hydrogénée. De plus, la marque s'engage également sur 0% d'huile de palme dans l'ensemble de ses produits, biscuits et pâtisseries à l'horizon fin 2010.

Dans cette même volonté éco-responsable, l'emballage intérieur des biscuits est en papier naturel 100% biodégradable, issu de forêts gérées durablement. Il est non blanchi pour limiter les traitements chimiques. Une démarche volontaire pour St Michel, afin de proposer aux consommateurs des produits de qualité supérieure, dans le respect de l'environnement.







Le Grand Prix
des Communes Gourmandes



Pour la première fois de son histoire, St Michel s'associe au Tour de France en devenant Fournisseur Officiel de la Grande Boucle ! A l'occasion de sa première participation au Tour de France, St Michel a choisi de placer les villages français traversés par le Tour au cœur de son dispositif. C'est le Grand Prix St Michel des Communes Gourmandes !

Un véritable événement pour la biscuiterie familiale, dont les origines remontent à juillet 1905, soit deux ans seulement après que Maurice Garin ait remporté le 1er Tour de France de l'histoire.



Des communes mobilisées

Du 07 au 24 juillet, s'est tenue la 1ère édition du Grand Prix St Michel des Communes Gourmandes. Sur la Grande Boucle 2010, chaque étape du Tour disputée en France a eu sa propre Commune Gourmande. Des communes, de moins de 1000 habitants, traversées par le Tour de France et qui répondent aux valeurs de tradition et de dimension humaine chères à St Michel.

1 village = 1 madeleine

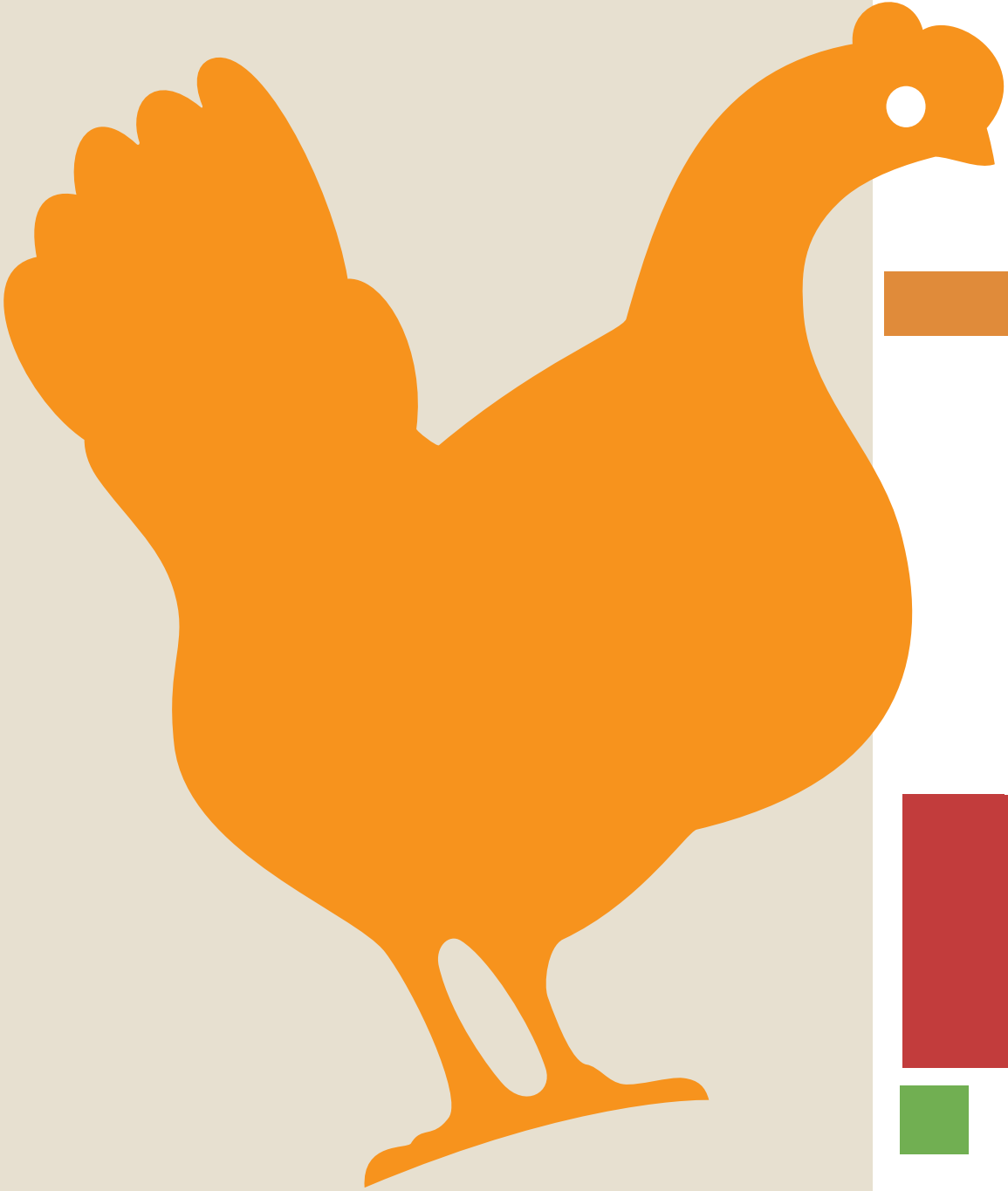
Ces villages, soigneusement sélectionnés par St Michel, ont relevé un défi : créer leur propre recette de Madeleine, inspirée de leur terroir ! Un défi ouvert à toutes les combinaisons culinaires possibles et imaginables. La Madeleine jugée la meilleure fera ensuite son entrée dans la grande famille des produits St Michel en étant produite sous le nom de la commune gagnante, de manière inédite et en série limitée ! Une opération à laquelle Christian Prudhomme, directeur du Tour de France, a mis un point d'honneur à participer en devenant Président du Jury 2010.

Toutes les Communes Gourmandes sont néanmoins valorisées dans ce livre collector qui reprend les recettes des 15 madeleines découvertes sur ce Tour de France 2010.



- 07/07 Cambrai – Reims : Pierrepont (Aisne) au KM91
08/07 Epernay – Montargis : Champcenest (Seine-et-Marne) au KM69,5
09/07 Montargis – Gueugnon : St-Martin-des-Champs (Yonne) au KM43,5
10/07 Tournus – Station des Rousses : St-Julien (Jura) au KM62,5
11/07 Station des Rousses – Morzine-Avoriaz : Lélex (Ain) au KM39
13/07 Morzine-Avoriaz – St-Jean-de-Maurienne : La Gieltaz (Savoie) au KM76
14/07 Chambéry – Gap : Laffrey (Isère) au KM76,5
15/07 Sisteron – Bourg-lès-Valence : Aspremont (Hautes-Alpes) au KM40,5
16/07 Bourg-de-Péage – Mende : Mariac (Ardèche) au KM74,5
17/07 Rodez – Revel : St-Jean-Delnous (Aveyron) au KM47
18/07 Revel – Ax-3 Domaines : La-Bastide-de-Bousignac (Ariège) au KM55
19/07 Pamiers – Bagnères-de-Luchon : Carla-Bayle (Ariège) au KM30,5
20/07 Bagnères-de-Luchon – Pau : Arreau (Hautes-Pyrénées) au KM30,5
23/07 Salies-de-Béarn – Bordeaux : Luxey (Landes) au KM114
24/07 Bordeaux – Pauillac : Labarde (Gironde) au KM25,5

Bravo à tous les participants et à Luxey, grand gagnant avec leurs madeleines pignons et miel de Bourdain ! Et maintenant régaliez-vous !



Les Recettes
de Madeleines



Les Madeleines de Pierrepont

Madeleines traditionnelles

Ingrédients pour environ 20 Madeleines

125 gr de farine fluide
125 gr de sucre en poudre
125 gr de beurre ramolli
4 œufs
1 sachet de sucre vanillé
1 pincée de sel

Le village a organisé une kermesse à la pentecôte où les habitants pouvaient proposer leurs madeleines et déterminer celle qui représenterait la commune lors du Grand Prix des Communes Gourmandes. C'est finalement la recette de Bernadette Lacroix qui a eu cet honneur le 07 juillet.



Préparation

1. Dans un récipient, mélanger le beurre ramolli et le sucre à l'aide d'un fouet.
2. Ajouter les jaunes d'œufs un à un.
3. Puis la farine et le sucre vanillé.
4. Monter les blancs en neige avec la pincée de sel, puis les incorporer délicatement.
5. Verser la pâte dans les moules.
6. Faire cuire 5 minutes 180°C (thermostat 6), puis 10 minutes à 225°C (thermostat 7/8).
7. Surveiller la couleur qui doit être légèrement dorée.

Conseil : attendre le refroidissement complet avant de démouler les madeleines.



La petite histoire de Pierrepont

394 Pierrepontois et Pierrepontoises. Au début du XXème siècle, les habitants de Pierrepont vivaient encore de la Tourbe. Ils s'en servaient notamment pour se chauffer. C'est la raison pour laquelle les armoiries de Pierrepont mettent en évidence une louche, l'outil utilisé pour l'extraction de la Tourbe dans les Marais de la Souche, immense zone marécageuse qui s'étend sur plus de 3 500 hectares dans le département de l'Aisne. Au début de la Seconde Guerre Mondiale, les Marais de la Souche confirment leur intérêt stratégique. C'est là que les 18 et 19 mai 1940 un certain Général De Gaulle lance ses chars vers Montcornet.

Les Madeleines de Champcenest

Madeleines à la Rose de Provins

Ingrédients pour
environ 20 Madeleines

1 œuf entier + 1 jaune
40 gr de sucre cristallisé
65 gr de farine
1/2 sachet de levure chimique
45 gr de beurre
15 cl de sirop de Rose de Provins

Brie ou Rose, les habitants de Champcenest ont longtemps hésité entre leurs 2 spécialités régionales pour la composition de leur madeleine. C'est finalement la madeleine à la Rose de Provins qui a remporté tous les suffrages communaux pour son goût original et parfumé. Bernard Thévenet, double vainqueur du Tour de France en 1975 et 1977, s'est arrêté en personne pour goûter la madeleine à la rose de Provins. Champcenest a également eu son moment de gloire en accueillant Gérard Holtz et son émission « Avant Tour » pour une dégustation en direct sur France 2.



Préparation

La veille

1. Mélanger les œufs, le sucre, la farine et la levure.
2. Laisser reposer.

Le jour J

1. Préchauffer le four à 210°C (thermostat 7).
2. Faire fondre le beurre puis l'ajouter à la pâte.
3. Ajouter le sirop de Rose.
4. Verser la pâte dans les moules et enfourner pour 10 minutes.



La petite histoire de Champcenest

160 Champcenestoises et Champcenestois. C'est le premier passage du Tour de France dans ce petit village de Seine et Marne situé à 15km de Provins dont la spécialité est la Rose. Cité médiévale inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO, elle se trouve également au cœur de la Brie, région agricole fière de ses produits locaux, comme le Brie ou le Coulommiers. Sans commerce, ni débit de boisson, les lieux de vie et de rassemblement y sont peu nombreux. Du coup les habitants se retrouvent lors des événements organisés par la commune ou le Foyer Rural.

Les Madeleines de Saint-Martin des Champs

Madeleines au chèvre et raisins secs

Ingrédients pour environ 20 Madeleines

4 oeufs
150 gr de farine
1 sachets de levure chimique
2 sachets de levure de boulanger
130 gr de beurre demi-sel

La garniture

2 crottins de chèvre
(les raper 4 jours avant)
90 gr de raisins secs
8,5 cl de marc de Bourgogne
(Faire macérer 1 semaine avant
ou plus)
1 cuil. à café d'origan
1 cuil. à café de basilic
poivre
90 gr de gruyère rapé
10 cl de lait.

Menée par les femmes du village, l'ensemble de la commune de Saint-Martin-des-Champs a pendant deux mois et demi vécu au rythme des dégustations de madeleines afin de trouver LA recette qui serait présentée pour le concours St Michel. Très impliqués, les habitants ont même réalisé des t-shirts aux couleurs de St Michel pour être au top le jour J ! Un clin d'œil sympathique pour une visibilité originale. Sans oublier la petite démonstration de bourrée bourguignonne réalisée en live et sous la pluie.



Préparation

1. Faire fondre le chèvre dans le lait avec le poivre, le basilic et l'origan.
2. Mélanger avec la pâte à Madeleines et incorporer le marc de raisin.
3. Rajouter le gruyère et bien mélanger.
4. Laisser reposer environ 2 heures.
5. Remplir les moules à Madeleines aux 2/3.
6. Enfoncer 6 grains de raisin dans chaque Madeleine.
7. Faire cuire 4 minutes à 220°C (Thermostat 7) et 7 minutes à 200°C (Thermostat 6/7).



La petite histoire de Saint-Martin des Champs

285 Martinois et Martinoises. Petit village de L'Yonne, Saint-Martin-des-Champs est connu pour la vivacité de ses habitants et plus particulièrement de ses habitantes. En effet, en pleine époque de la terreur, le 23 novembre 1794 le Comité Révolutionnaire de Saint-Fargeau apprit qu'à Saint-Martin-des-Champs on continuait malgré l'interdiction de sonner les cloches qui rythmaient les heures du travail. Deux gendarmes y furent dépêchés pour y sermonner vertement les habitants. Voyant cela, les femmes du village sortirent, injurièrent les gendarmes, les fouettèrent avec des orties au risque d'être arrêtées et guillotonnées.

Les Madeleines de Saint-Julien

Madeleines à la truite fumée et au chèvre

Ingrédients pour environ 20 Madeleines

2 œufs entiers
80 gr de farine type 45
**20 gr de beurre de la fruitière de
Saint Julien**
3 gr de levure chimique
**1 cuillère à soupe de Macvin de
Vatagna**
60 gr de filet de truite fumée
**40 gr de fromage frais de chèvre
Ciboulette**

La garniture

**1 cuillère à soupe de fromage
frais de chèvre**
**1 cuillère à soupe de crème
fraîche de la fruitière de
Saint Julien**
De la ciboulette
Sel et poivre

Bienvenu à Saint-Julien ! Cette commune du Jura aura été sans conteste celle qui nous a proposé la recette de madeleine la plus originale. C'est Françoise qui a élaboré la madeleine de la petite montagne à base de truite fumée et de fromage frais de chèvre.



Préparation

1. Faire préchauffer le four à 200°C (thermostat 6/7) pendant 15 minutes.
2. Faire un puits dans la farine, mettre les œufs entiers, le beurre fondu, la levure et mélanger le tout au fouet.
3. Avec une fourchette, écraser le fromage de chèvre et le verser dans la préparation.
4. Découper finement la truite fumée ainsi que la ciboulette et incorporer le tout à la pâte avec le Macvin.
5. Verser la pâte dans les moules et enfourner pour 15 minutes.

Conseils : Démouler rapidement les madeleines, disposer les sur un plat de service et dresser le plat avec la crème de chèvre. A déguster chaud ou froid.



La petite histoire de Saint-Julien

446 Juliennois et Juliennes. Petite commune, perchée sur la rive gauche du Suran, à proximité de la forêt de Coissonnet, Saint-Julien dispose d'un patrimoine culturel intéressant. De l'ancien château, dont les traces remontent à 1197, il ne reste que quelques ruines. Le bâtiment actuel du XVIIIème siècle reste le monument le plus visible. La région de Saint-Julien est LA région du Comté. Il y a encore une trentaine d'années, la plupart des habitants vivaient de la production de ce fromage. La commune possède encore une fromagerie à Comté, un fromage qui se marie très bien avec les vins jurassiens comme le vin jaune ou le vin de paille. C'est la deuxième fois, après 1959, que le Tour traverse le village.

Les Madeleines de Lelex

Madeleines au miel de sapin et framboises

Ingrédients pour environ 24 Madeleines

100 gr de beurre salé
80 gr de farine
50 gr de sucre en poudre
50 gr de sucre cassonade
2 œufs entiers
5 gr de levure chimique
50 gr de miel de sapin non cristallisé
150 gr de framboises fraîches (ou
surgelées)

Comme tous les autres participants, les Lélérends et Lélérandes se sont investis dans ce projet avec notamment une grande attention à la décoration du stand accueillant le Grand Prix. Nous avons donc chaleureusement été accueillis par des poules de papier géantes posées sur des solex, un grand nombre de dessins d'enfants, des framboises à taille humaine, etc... Les madeleines de Maryse ont donc été dégustées dans la joie et la bonne humeur.



Préparation

La veille

1. Blanchir les œufs avec le sucre.
2. Ajouter la farine, la levure, le beurre fondu refroidi et mélanger pour obtenir une pâte homogène, puis ajouter le miel.
3. Laisser reposer une nuit au réfrigérateur.

Le jour J

1. Remplir le fond des moules, préalablement farinés, d'un peu de pâte, mettre deux framboises et une petite noisette de miel.
2. Remettre au réfrigérateur 10 minutes, puis recouvrir délicatement de pâte.
3. Préchauffer le four à 220°C (thermostat 7).
4. Faire cuire 3 minutes à 220°C, puis 4 minutes à 180/200°C (thermostat 6 – 6/7).
5. Attendre que les madeleines soient froides avant de démouler.



La petite histoire de Lelex

233 Lélérands et Lélérandes. Situé dans la vallée de la valserine, au cœur de la réserve naturelle, Lelex village touristique de montagne, au pied du plus haut sommet du massif jurassien, fait partie de la Station Monts Jura. Avec ses 60km de piste de ski alpin, 140 km de parcours de ski de fond, ses parcours de raquettes et ses pistes de luge, Lelex est un village authentique où il fait bon vivre, hiver comme été. Il offre un panorama exceptionnel sur la chaîne des alpes. Patrie d'Edgar Grospron, médaillé de Bronze en ski de bosses, lors des Jeux Olympiques d'Alberville en 1992, Lelex a déjà célébré 3 fois le passage du Tour de France.

Les Madeleines de La Giettaz Madeleines à l'épicéa

Ingrédients pour environ 24 Madeleines

120 gr de farine
3 gr de levure chimique
70 gr de sucre
100 gr de beurre
2 œufs entiers
1 pincée de sel
**3 poignées de bourgeons
d'épicéa**
2 cuillères à soupe de sapinette



Entraînement digne des coureurs du Tour de France pour les Giettois et Giettoises, puisque 25 recettes de madeleines ont été testées avec de découvrir la perle rare présentée le 13 juillet : la madeleine aux bourgeons de sapin ! Un dynamisme hors du commun pour ces compétiteurs nés qui ont accueilli le jury St Michel en musique au milieu des poules en bois, en foin, en carton et en papier mâché sans oublier les guirlandes et sapins de madeleines !



Préparation

1. Battre les œufs entiers avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
2. Ajouter le beurre fondu, puis le mélange farine-levure-sel.
3. Puis ajouter les bourgeons ainsi que la sapinette.
4. Laisser reposer la pâte au moins 2 heures.
5. Préchauffer le four à 240°C (thermostat 8).
6. Remplir les moules aux $\frac{3}{4}$.
7. Enfourner et baisser la température à 180°C (thermostat 6).
8. Faire cuire pendant 10 minutes.

Conseil : les cuillères à soupe de sapinette peuvent être remplacées par 5 cuillères à soupe de sirop d'épicéa.



La petite histoire de la Giettaz

504 Giettois et Giettoises. Situé sur la route des Grandes Alpes entre la Savoie et la Haute-Savoie, La Giettaz est un village montagnard niché au pied du massif des Aravis qui vit principalement du tourisme, de l'agriculture, des métiers du bâtiment et du bois. Après un premier passage du Tour dans les années 20 et la participation d'un enfant du pays - Michel Bibollet en 1985 et 1988 sous les couleurs de Fagor et RMO - il aura fallu attendre 2010 pour que la Grande Boucle foule de nouveau les rues de la ville.

Les Madeleines de Laffrey Madeleines au Murçon

Ingrédients pour
environ 20 Madeleines

225 gr de farine
100 gr de beurre salé
1 sachet de levure chimique
4 œufs entiers
1 Murçon*

* Le Murçon est un saucisson
aux graines de carvis typique de
la région Matheysine.

En ce jour de fête nationale, même El Diablo, figure incontournable du Tour de France, n'a pas pu résister à l'appel de la madeleine au Murçon. Il s'est donc arrêté quelques instants sur la Commune Gourmande du jour pour une dégustation « diaboliquement » bonne !



Préparation

1. Dans une terrine, battre ensemble les œufs entiers.
2. Ajouter la farine et la levure chimique.
3. Faire fondre le beurre et l'incorporer à la préparation.
4. Emietter le murçon en petits morceaux et les rajouter à cette préparation.
5. Laisser reposer la préparation au frais 20 minutes.
6. Faire préchauffer le four à 220°C (thermostat 7).
7. A l'aide d'une cuillère à café, remplir chaque moule aux $\frac{3}{4}$.
8. Enfourner et laisser cuire 8 minutes environ.



La petite histoire de Laffrey

366 Frédeyards et Frédeyardes. Du haut de ses 910 mètres d'altitude, Laffrey est un charmant petit village du sud Grenoblois situé entre lac et forêt. C'est également, un carrefour de l'histoire avec la célèbre route Napoléon, point de départ de nombreuses activités de loisirs. Pour la petite histoire, à son retour de l'île d'Elbe en mars 1815, Napoléon se retrouve face aux troupes royales venues l'arrêter. Le cours de l'histoire change sur la Prairie de la Rencontre à Laffrey. La statue équestre commémore cet épisode au cours duquel les soldats piétinèrent leurs fleurs de lys et rallièrent la cause de l'empereur.

Les Madeleines de Aspremont

Madeleines aux noix

Ingrédients pour
environ 20 Madeleines

150 gr de farine d'épeautre
3 gr de levure chimique
100 gr de beurre ramolli
100 gr de sucre
2 œufs entiers
80 gr de noix concassées

Habillées pour l'occasion, les Aspremontaises ont accueilli St Michel en costume traditionnel provençal. Cela méritait bien un petit cours de danse folklorique... Et voilà donc notre équipe St Michel entrain d'apprendre la danse locale aux bras de ces dames.



Préparation

1. Blanchir le sucre et les œufs.
2. Ajouter le mélange farine + levure et les noix et terminer par le beurre ramolli.
3. Laisser reposer la pâte 2 heures.
4. Préchauffer le four à 225°C (thermostat 7/8).
5. Enfourner pendant 4 minutes, puis réduire la température à 200°C (thermostat 6/7) et laisser cuire de 7 à 10 minutes supplémentaires.

Conseil : Pour plus de goût, ajouter 2 cuillères à soupe d'eau de vie poire William en même temps que les noix.



La petite histoire de Aspremont

297 Aspremontais et Aspremontaises. Situé à une altitude de 717 mètres, ce village est en zone de moyenne montagne dont ses points culminants dépassent les 1 300 mètres et compte quelques hameaux pittoresques comme Les Iscles, La Plaine, Thuoux et Hauteville. Le château d'Aspremont, comme de nombreux autres de la région, fut construit au moment de l'invasion arabe (du VIII^{ème} au X^{ème} siècle). Plusieurs fois détruit et rebâti au cours des âges, il fut démoli finalement, à l'époque de la Révolution. En 1874, la commune d'Aspremont jugée beaucoup trop étendue fût scindée en 3 parties par Mac Mahon. Créant ainsi les communes de Colomars et Castagniers.

Les Madeleines de Mariac

Madeleines à la framboise de Mariac

Ingrédients pour environ 20 Madeleines

3 œufs entiers
150 gr de farine (type 65)
½ sachet de levure chimique,
120 gr de sucre cristallisé bio
100 gr de beurre salé bio
20 à 25 framboises fraîches
(selon leur taille)

Mariac, c'est la Madeleine à la mode ardéchoise ! Monsieur le Maire et ses administrés ont ainsi mis toute leur énergie au service du rayonnement de leur commune à travers ce délicieux projet de Madeleine à la framboise... Tous les ingrédients provenaient ainsi de la terre mariacoise !



Préparation

1. Préchauffer le four à 240°C (thermostat 8).
2. Faire fondre le beurre à feu doux dans une casserole ou au four micro-ondes puis laisser tiédir.
3. Ajouter les jaunes au mélange farine + sucre et mélanger à l'aide d'une cuillère en bois.
4. Fouetter les blancs des œufs avec une fourchette, sans les monter, puis incorporer l'ensemble.
5. Verser le beurre fondu et mélanger vivement à l'aide d'un fouet.
6. Ajouter les framboises à la pâte.
7. Remplir les empreintes à l'aide d'une cuillère à soupe.
8. Enfourner et faire cuire 5 minutes à 240°C puis baisser la température à 180°C (thermostat 6) et laisser cuire encore 5 minutes.

Conseil : servir les madeleines en dessert avec une salade de framboises.





La petite histoire de Mariac

732 Mariacois et Mariacoises. Jadis si l'on pouvait y trouver des tuileries, des moulins à eau, des tanneries et tissages de la soie ce n'est plus le cas aujourd'hui. Néanmoins, une importante entreprise spécialisée dans le fil de verre offre toujours de nombreux emplois et participe au maintien de la population. Parmi les curiosités à voir à Mariac il faut citer l'église du XIIème siècle et le pont de Garnier, le village de Pont de Fromentières, le hameau de Girond et son four à pain ou encore les crêtes de Cornuscle. Le Tour de France a traversé Mariac cette année 2010 comme il l'avait déjà fait en 1996, également sur le parcours de la célèbre cyclo sportive « l'Ardéchoise » depuis sa création.

Les Madeleines de Saint-Jean-Delnous

Madeleines au beurre de brebis et aux châtaignes

Ingrédients pour environ 20 Madeleines

70 gr de farine de froment
30 gr de farine de châtaignes
80 gr de sucre de canne blond
issu du commerce équitable
1 pincée de sel
3 œufs entiers
100 gr de beurre de brebis
½ sachet de levure chimique
100 gr de confiture de châtaignes

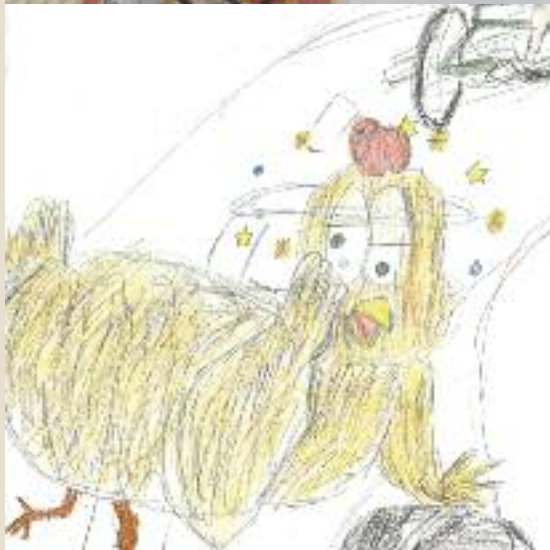
Le thème de la journée était le mouton même si c'est bien une madeleine à la châtaigne que nous avons dégustée. Des dizaines de brebis étaient présentes et même la décoration faisait référence à l'animal pour faire honneur à cette commune d'éleveurs ovins. Pour saluer le Grand Prix des Communes Gourmandes, les habitants avaient préparé une chanson dédiée à leur madeleine.



Préparation

1. Préchauffer le four à 220°C (thermostat 7/8).
2. Faire fondre le beurre et le laisser tiédir.
3. Battre les œufs avec le sucre et la pincée de sel jusqu'à ce qu'ils moussent.
4. Incorporer les farines tamisées, le beurre fondu, la confiture de châtaignes et la levure.
5. Garnir les moules à madeleines sans trop les remplir.
6. Enfourner pour 10 minutes de cuisson.
7. Démouler délicatement et laisser refroidir.

Conseil : pour plus de goût, ajouter 3 cl de liqueur de châtaignes avec les farines et le beurre.



La petite histoire de Saint-Jean-Delnous

480 Saint-Jeannais et Sainte Jeannaises. Petite commune rurale à vocation agricole tournée essentiellement vers la production de lait de brebis pour la fabrication du Roquefort, Saint-Jean Delnous possède également une entreprise de constructions métalliques. Elle appartient au canton de Requista qui accueille toutes les semaines le 1er marché bovins de France. Pour la petite histoire, l'église de Saint-Jean Delnous et la biscuiterie St Michel ont fêté leur centenaire la même année, deux ans après celui du Tour de France. Ce dernier ayant traversé le village 5 fois depuis 1955.

Les Madeleines de La-Bastide-de-Bousignac

Madeleines aux noisettes

Ingrédients pour environ 20 Madeleines

2 œufs entiers
135 gr de sucre
1 sachet de sucre vanillé
80 gr de farine
160 gr de beurre
1/2 sachet de levure chimique
3 cl de lait
2 cl de miel liquide
50 gr de noisettes concassées
sucrées
1 cuillère à café d'arôme naturel
de citron

Le Maire de cette commune, Roger Senie, est le doyen des Maires de France, il détient le record de France d'élections consécutives : 11 fois depuis mars 1947. Il a fêté ses 90 ans lors du passage du Tour de France cet été autour d'une dégustation de madeleines !



Préparation

1. Faire blanchir les œufs et le sucre.
2. Incorporer le mélange farine – levure.
3. Verser le lait, le miel et l'arôme naturel de citron.
4. Puis ajouter les noisettes.
5. Laisser reposer 2 heures.
6. Préchauffer le four à 220°C (thermostat 7/8).
7. Faire cuire 6 minutes à 220°C puis 4 minutes à 200° (thermostat 6/7)



La petite histoire de La-Bastide-de-Bousignac

340 Bousignacois et Bousignacoises. Une vue aérienne du village fait apparaître le plan quadrangulaire des rues à angle droit qui justifient son nom de « bastide ». Parmi les principaux éléments du patrimoine de ce bourg se trouvent : une église de style roman, le « clocher mur » inscrit à l'Inventaire Supplémentaire des Monuments Historiques ainsi que le cadran solaire de la mairie.

Les Madeleines de Carla-Bayle

Madeleines aux figues et coings confits

Ingrédients pour environ 20 Madeleines

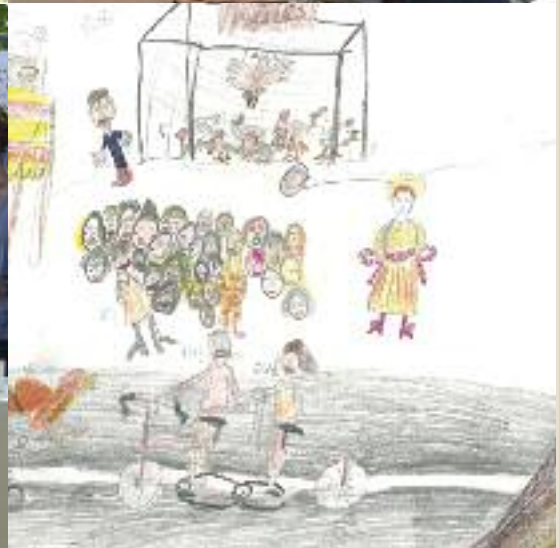
3 œufs entiers
70 gr de beurre fondu
50 gr de farine blanche de type 55
60 gr de farine de châtaigne
35 gr de fleur de maïs
70 gr de sucre
35 gr de miel d'Acacia
25 gr de figues et coings confits
1 pincée de sel
3,5 gr de levure chimique
15 gr de Mélisse fraîche

Trois villageois se sont concertés pour élaborer la fameuse madeleine. En effet, la madeleine de Carla-Bayle est le fruit de la recette commune de Fernand de Oliveira (Auberge Pierre Bayle), Paulette Guichou (ancienne boulangère) et Christian Fontes (ancien boulanger). Une recette inattendue pour une dégustation conviviale organisée au sommet de la côte de 3ème catégorie de l'étape du jour.



Préparation

1. Préchauffer le four à 200°C (thermostat 6/7).
2. Faire fondre le beurre et laisser tiédir.
3. Mélanger les œufs, le sucre, le miel et pocher le tout au bain-marie.
4. Ajouter les 2 farines, la fleur de maïs, la levure et la pincée de sel. Bien mélanger.
5. Verser le beurre progressivement.
6. Ajouter le mélange de figues et coings confits et grossièrement hachés.
7. Incorporer la Mélisse fraîche ciselée.
8. Verser une cuillère à soupe de la préparation dans chaque empreinte.
9. Faire cuire pendant 10 minutes.



La petite histoire de Carla-Bayle

750 Carlanais et Carlanaises. Ancienne citadelle fortifiée du XII^{ème} siècle par le Comte de Foix, remarquablement rénovée au cours des dernières années, Carla-Bayle offre un vaste et splendide panorama sur le piémont et la chaîne des Pyrénées, faisant de ce village un site touristique très apprécié. Au cœur du village se dresse le Musée Pierre Bayle, du nom de l'auteur du fameux « Dictionnaire Historique et Critique ». Aménagé dans la maison natale du philosophe, le musée retrace la vie et l'œuvre de cet apôtre de la tolérance et de l'idée d'une Europe des peuples.

Les Madeleines de Arreau

Madeleines aux myrtilles et miel d'Arreau

Ingrédients pour environ 20 Madeleines

- 2 œufs entiers + 1 jaune d'œuf**
- 130 gr de sucre**
- 225 gr de farine**
- ½ sachet de levure chimique**
- 1 sachet de sucre vanillé**
- Des myrtilles fraîches**
- 3 cuillères à soupe de miel d'Avajan**
- De la crème de myrtilles aromatisée à l'armagnac**

Accueil en grandes pompes à Arreau puisque Josette Durrieu, présidente du Conseil Général des Hautes-Pyrénées, Maryse Beyrié, conseillère générale du canton de Vielle-Aure et de Guy Vidailhet, maire d'Arreau, s'étaient déplacés pour célébrer la madeleine aux myrtilles et miel d'Arreau.



Préparation

1. Mélanger les œufs et le sucre pendant une dizaine de minutes afin d'obtenir un mélange moussueux.
2. Tamiser la farine et la levure et ajouter le tout aux œufs.
3. Faire fondre le beurre, puis l'incorporer délicatement au mélange.
4. Ajouter le miel.
5. Mettre la pâte au frais pendant au moins 4 heures.
6. Préchauffer le four à 225°C (thermostat 7/8).
7. Remplir les coquilles du moule.
8. Pour chaque madeleine poser 5 myrtilles au centre de la pâte.
9. Faire cuire 8 minutes à 225°C, puis 4 minutes à 175° (thermostat 6).

Conseil : ajouter à chaque madeleine une goutte d'armagnac à l'aide d'une pipette juste avant d'enfourner.



La petite histoire de Arreau

865 Aurois et Auroises. Ancienne capitale de la vallée d'Aure, des Quatre Vallées et siège de l'ancien diocèse du Comminges, Arreau a toujours été une terre d'accueil et un lieu d'échanges avec ses nombreux commerces et ses artisans en tous genres. « Ville patrimoine », Arreau vient de se voir attribuer le label Pays d'Art et d'Histoire. Avec sa Maison des Lys, sa Chapelle Saint Exupère, son Eglise Notre Dame, sa Chapelle Saint Michel ou encore son Château des Nestes...Arreau héberge aussi sur ses terres la maison natale du Maréchal Foch. Située à une demi-heure de quatre stations de ski, au pied des cols mythiques d'Aspin et de Peyresourde, cette commune a déjà été traversée 77 fois par le Tour de France.

Les Madeleines de Luxey

Madeleines aux pignons et miel de Bourdaine

Ingrédients pour environ 30 Madeleines

- 300 gr de farine de blé**
- 5 œufs entiers**
- 150 gr de sucre en poudre**
- 3 cuillères à soupe de miel de bourdaine et de bruyères bien bombées**
- 150 gr de pignons grillés**
- 250 gr de beurre fondu**
- 1 paquet de levure chimique**
- Le zeste d'un demi-citron**
- 1 pincée de sel**

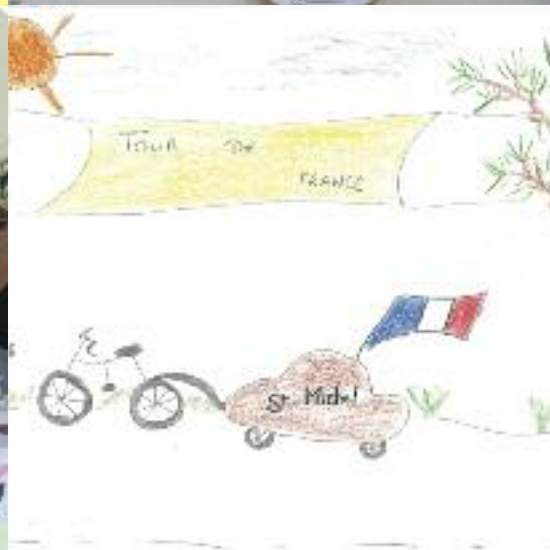
Les 4 mousquetaires : Pierrette, Sandrine, Jeanine et Angèle, créatrices de la madeleines aux pignons et miel de Bourdaine étaient là pour nous présenter leur création sur laquelle elle travaillait depuis des semaines. Une réalisation typiquement landaise qui fleure bon la forêt de pins.



Préparation

1. Faire fondre le beurre aux micro-ondes ou au bain-marie.
2. Battre les œufs avec le sucre, le miel et la pincée de sel jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
3. Ajouter la farine mélangée à la levure ainsi que le beurre fondu
4. Faire dorer les pignons dans une poêle sèche, hacher les grossièrement puis incorporer les à la pâte.
5. Laisser reposer 1 heure à température ambiante
6. Préchauffer le four à 180°C (thermostat 6) pendant 10 minutes
7. Beurrer et fariner les moules, puis les remplir jusqu'au bord
8. Enfourner à mi-hauteur, réduire la température du four à 120°C (thermostat 4) et faire cuire pendant 15 minutes.
9. Démouler les madeleines encore chaudes et placer les sur une grille.





La petite histoire de Luxey

710 Luxois et Luxoises. Luxey est un village situé en plein coeur de la forêt landaise. Véritable havre de paix mais aussi lieu festif il est aujourd'hui connu notamment pour son festival "Musicalarue" qui chaque année à l'approche du 15 août accueille 60 troupes et artistes de tous horizons. Si à cette occasion sa population frise en trois jours les 30 000 personnes, l'automne, saison de la traditionnelle chasse à la palombe suspend le cours de sa vie. Les luxois et les luxoises désertent le village dès l'aube pour mieux se retrouver le soir venu au « Cercle de l'Union » lieu prisé par le regretté André Boirie, maçon de son état qui, le week end, troquait pour le régal de tous, sa truie contre sa toque de pâtissier !!!

Les Madeleines de Labarde

Madeleines à la gelée de vin de Haut-Médoc

Ingrédients pour environ 20 Madeleines

100 gr de beurre
200 gr de sucre en poudre
4 œufs
1,5 cuillères à soupe de jus de betterave
200 gr de farine
1 cuillère à café de levure en poudre
3/4 de zeste d'un citron
3/4 de zeste d'une orange
De la gelée de vin de Haut-Médoc (2 ml / madeleine)

Equipement particulier :
une seringue

Labarde, le Médoc, les vignes... comment échapper aux charmes du terroir girondin pour concocter la véritable Madeleine de Labarde. Avec la gelée de vin du Haut-Médoc, c'est tout le patrimoine de sa région que Labarde a souhaité mettre en valeur. Un pari réussi !



Préparation

1. Préchauffer le four à 220°C (thermostat 7/8).
2. Battre le beurre fondu et le sucre.
3. Incorporer les œufs 1 par 1 puis ajouter le jus de betterave.
4. Tamiser la farine et la levure, puis incorporer le mélange à l'appareil.
5. Ajouter les zestes.
6. Remplir les moules aux $\frac{3}{4}$.
7. Baisser la température du four à 200°C (thermostat 6/7) et enfourner pendant 10 minutes.
8. Laisser tiédir puis garnir l'intérieur de la madeleine de gelée de vin à l'aide de la seringue.

Conseil : pour faciliter l'incorporation de la gelée de vin, il est préférable de faire deux trous par madeleine.



La petite histoire de Labarde

629 Labardais et Labardaises. Labarde est une petite commune du Médoc, principalement couverte par quatre propriétés viticoles en appellation Margaux. La commune de Labarde s'étire le long de la route des châteaux. Pour la petite histoire, le Château Dauzac (grand cru classé) et notamment son régisseur, Monsieur Ernest David, est l'inventeur de la "bouillie bordelaise", procédé qui mis au point en 1855 afin de sauver le vignoble des attaques du mildiou. Au centre du village l'Eglise Saint-Martin construite au début du XVIIIème siècle est riche d'objets classés : une Piéta du XVème siècle, un grand tableau de St-Martin du XVIIIème et un Christ aux liens de XVIIème siècle. Le Marais de Labarde ainsi que son étang offre des chemins de promenade très agréables.

Remerciements

Toute l'équipe St Michel remercie sincèrement les Maires et habitants de chaque commune pour leur implication, leur accueil chaleureux et leur créativité ainsi que les enfants pour leurs dessins.

Tous les membres du jury : Christian Prudhomme et Philippe Sudres d'ASO, l'équipe de RMC (Jean-Louis Filc, Luc Leblanc, Eddy Pizzardini, Pierre-Yves Leroux, Fred Adam, André Bancala et Christophe Cessieux), mais aussi Bertrand Saliou (BFM TV), Sylvie Marchal (France Soir), Arnel Le Bescon (Planète Cyclisme), Mickaël Caron (Journal du Dimanche), Pierre-Henri Mentheour (Eurosport), Bruno Fraioli (Stratégies) et Mustapha Kessous (Le Monde) pour leurs papilles gustatives, leur disponibilité et leur bonne humeur.

Ainsi que tous ceux, qui, de près ou de loin, ont collaboré à la réussite de ce Grand Prix.





