

JANETTE BERTRAND

Les recettes
de **Janette**



Préface de Christian Bégin

Un classique vendu à plus de 300 000 exemplaires

 Libre
Expression

JANETTE BERTRAND

Les recettes
de **Janette**

×

 Libre
Expression

Table des matières



<i>Préface</i>	. . .	9
<i>Avant-propos</i>	. . .	13
<i>Pain</i>	. . .	17
<i>Hors-d'œuvre, amuse-gueule et entrées</i>	. . .	27
<i>Soupes</i>	. . .	49
<i>Poissons</i>	. . .	67
<i>Viandes</i>	. . .	73
<i>Volailles</i>	. . .	95
<i>Sauces</i>	. . .	117
<i>Légumes</i>	. . .	131
<i>Pâtes</i>	. . .	155
<i>Risottos</i>	. . .	171
<i>Desserts</i>	. . .	179
<i>Bonbons</i>	. . .	217
<i>Confitures, marinades et ketchups</i>	. . .	227
<i>Boissons</i>	. . .	235
<i>Mes petits trucs</i>	. . .	243

Avant-propos —<

Je m'étais bien juré de ne pas écrire un nouveau livre de recettes. J'en avais fait un, il y a fort longtemps ; il s'était vendu à 220 000 exemplaires, c'était parfait. C'était sans compter sur le public rencontré lors des séances de signature dans les librairies et dans les salons du livre. Il me réclamait haut et fort une réédition du livre qu'il avait soit perdu, soit usé à force de s'en servir... J'ai été étonnée par cette demande. J'ai hésité, soupesé le pour et le contre, puis j'ai cédé. Le public a toujours raison. De plus, il exigeait non seulement mes vieilles recettes mais des délices en prime. L'idée de partager mes trouvailles culinaires comme j'avais si allègrement partagé ma vie en trois actes m'a séduite. J'ai pondu ce livre ! Je l'ai voulu modeste, humble même, sans images à faire saliver, mais plein de bonnes recettes faciles à faire pour tous les néophytes, les garçons et les filles, les jeunes couples et les autres.

Tous les mets que je vous présente font partie de ma table de tous les jours. Je les prépare pour mon amoureux, mes enfants et petits-enfants, mes amis. Je ne suis pas une chef qui invente des

recettes. Je suis une cuisinière gourmande qui aime manger et partager ce qu'elle trouve bon. J'ai bâti mon répertoire à même le talent de mes amis, de mes enfants. J'ai volé des recettes au professeur Henri Bernard, à Fernand Seguin, à Juliette Huot, à Jehanne Benoit... Aujourd'hui, je pique des recettes à mon amie Josée di Stasio, au talentueux Ricardo, à l'efficace Jean Soulard, à l'épicurien Guy Fournier, aux chefs que je fréquente, aux gens qui m'invitent à manger chez eux. Je suis de celles qui, quand elles demandent une recette, l'exécutent dans les jours qui suivent. Ces recettes, bien sûr, je les « janettise » en enlevant ou en ajoutant des ingrédients à mon gré ; ça me donne donc la permission de les partager avec vous. Je vous les refile surtout parce que je sais que vous allez les aimer comme je les aime et que, comme moi, vous ne vous casserez pas la tête avec les mesures. L'art culinaire, ça le dit, c'est un art, et il n'y a pas d'art sans invention, sans improvisation et... sans risque de se tromper !

Si cuisiner, c'est aimer, comme je l'écrivais dans mon premier livre de recettes, cuisiner, c'est aussi partager le plaisir de découvrir des goûts nouveaux et d'en retrouver des anciens. Cuisiner, c'est donner du bonheur et en recevoir. En effet, quelle joie d'entendre le compliment final : « Délicieux ! Très bon ! Succulent ! Un délice ! Fameux ! » (Suggestions pour ceux qui en sont encore aux « C'est pas pire », « C'est pas mauvais » et à ceux qui s'empiffrent sans même dire merci.)

Mes enfants et mes petits-enfants préviennent toujours leurs amis quand ils sont invités à manger chez moi : « Exclamez-vous ! » Rien n'est plus frustrant pour une cuisinière que le silence autour des plats qu'elle a mijotés avec amour. Je me souviens d'avoir confectionné un gâteau dont la recette occupait trois pages dans un livre de cuisine français. À table, ce soir-là, mes amis discutaient de je ne sais plus quel sujet important,

référendum ou autre, tout en se gavant de mon gâteau. Je me suis levée et j'ai crié : « Silence ! » Surpris, ils se sont tus, je n'ai pas l'habitude de crier. Je leur ai dit : « Ça m'a pris trois heures pour confectionner ce chef-d'œuvre de la cuisine française, vous pouvez peut-être prendre une minute pour l'apprécier. » Ils ont dégusté le gâteau en silence ! J'ai eu droit aux compliments d'usage, mais je me suis promis de ne plus faire de recettes élaborées puisqu'elles n'attirent pas plus les félicitations que les recettes simples et efficaces. Une bonne cuisinière, c'est comme un acteur : sans applaudissements, il ne joue plus.

Merci à toutes celles et à tous ceux qui essayeront mes recettes et à celles et à ceux qui les dégusteront.

Manger est obligatoire si on veut vivre, alors autant en faire un plaisir trois fois par jour. C'est le bonheur que je vous souhaite.

Janette, 2005



Dans les années 1970, je menais une triple carrière : mère de trois enfants, épouse et coanimatrice d'une émission quotidienne à la radio. Comment ai-je réussi à conjuguer mes responsabilités familiales et culinaires avec mes horaires chargés ? En humanisant les plats d'ici et d'ailleurs dont je m'inspirais, c'est-à-dire en les rendant faciles à préparer, mais tout aussi savoureux. Mon secret ? Remplacer les ingrédients coûteux et rares par des produits courants ou des substituts du commerce. Puis j'ai rassemblé toutes ces recettes et j'en ai fait un livre.



Les garçons et les filles qui emménageaient dans leur premier appartement ont été mes principaux lecteurs. Au fil des ans, avec le partage des tâches ménagères, les jeunes maris et les pères de famille sont eux aussi devenus des adeptes de mes recettes délicieuses, simples et, disons-le, spectaculaires. Eux, comme moi, auraient tout fait pour avoir droit à des ovations.

Deux éditions plus tard, il m'arrive encore de devoir renvoyer chez eux, faute de livres, des gens dont l'exemplaire original a tant servi qu'il est prêt à être remplacé. C'est pour cette raison que ma maison d'édition a décidé de publier une nouvelle version, afin d'aider les couples jeunes et moins jeunes qui manquent de temps pour tout faire et qui dépensent des fortunes en mets préparés. En plus, cuisiner à deux rapproche, croyez-en mon expérience. Et ça ne fait pas mourir !

Janette, 2024

Hors-d'œuvre, amuse-gueule et entrées —<

Grignoteries de Janette

- 1 boîte de bretzels en bâtons (petits)**
- 1 boîte de céréales Shreddies (petits carrés)**
- 1 boîte de céréales Cheerios**
- 1 boîte de céréales de riz soufflé ou de blé soufflé**
- 4 tasses de grosses arachides salées sans pelure**
ou
- 3 tasses de petites arachides salées avec pelure**

Mêlez les ingrédients dans une grande rôtissoire. Posez sur le tout 1 ½ lb (680 g) de beurre. Arrosez de ⅓ de tasse (85 ml) de sauce Worcestershire et saupoudrez de :

- 2 c. à soupe (30 ml) de sel d'ail**
- 1 c. à soupe (15 ml) de sel d'oignon**
- 3 c. à soupe (45 ml) de poudre de chili**

Faites cuire au four à 300 °F (180 °C) pendant 2 heures. Brassez toutes les 15 minutes. Faites refroidir et conservez dans des boîtes à biscuits en métal.

Soupes —<

Soupe à l'oignon et à la bière

4 gros oignons espagnols
beurre et huile d'olive
2 boîtes de consommé de bœuf
1 canette de bière de 355 ml
1 ½ tasse (375 ml) d'eau
parmesan

Tranchez les oignons et faites revenir au beurre et à l'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils soient transparents. Ajoutez le consommé de bœuf, la bière et l'eau. Laissez mijoter une heure à feu doux. Saupoudrez de parmesan râpé et servez.

JANETTE • Vous pouvez aussi faire rôtir des tranches de pain français au four, les beurrer, les déposer sur la soupe, saupoudrer de gruyère et faire gratiner sous le gril quelques minutes.

Soupe à la carcasse de poulet

1 carcasse de poulet ou de dinde
10 tasses (2,5 l) d'eau froide
1 c. à soupe (15 ml) de concentré de poulet
branches de céleri avec les feuilles
1 oignon coupé en morceaux
1 carotte coupée en morceaux
sel, poivre, thym, laurier, sarriette et estragon

Mettez la carcasse dans une grande casserole. Ajoutez, s'il y en a, les restes de sauce et même de farce. Recouvrez d'environ 10 tasses d'eau froide et ajoutez le concentré de poulet. Ajoutez quelques branches de céleri avec les feuilles, l'oignon et la carotte en morceaux, puis les assaisonnements (sel, poivre, thym, laurier, sarriette et estragon), au goût.

JANETTE • Laissez mijoter à découvert au moins 2 heures. Écumez de temps à autre. Coulez la soupe et réfrigérez, ou congelez. Ce bouillon va servir de base à bon nombre de soupes et de potages. On peut même le servir tel quel en ajoutant de petites pâtes, des nouilles plates ou du riz.

Poissons —<

Mon poisson de tous les jours

Donald et moi mangeons beaucoup de poisson. J'ai appris du professeur Henri Bernard à ne pas trop faire cuire les poissons, à utiliser le beurre et l'huile d'olive ensemble pour les faire cuire et, surtout, à les manger avec des sauces fines. Avec le poisson, je sers habituellement un légume vert: épinards, choux de Bruxelles, asperges. Josée di Stasio m'a appris à faire cuire le bok-choy braisé. J'adore! J'ai aussi appris d'elle à faire cuire le poisson à 2 po (5 cm) du gril sur une grille déposée sur une lèchefrite à moitié remplie d'eau. Cette méthode garde tout le moelleux de la chair, et la cuisine sent un peu moins le poisson, comme d'ailleurs lorsqu'on le fait pocher dans l'eau. C'est rapide, facile et, à mon avis, c'est la façon la plus saine de manger le poisson. Vous découvrirez, dans le chapitre sur les sauces, mes façons d'agrémenter le poisson.

La truite à la crème de mon père

Je place mes truites dans un plat allant au four. À l'intérieur de chaque truite, je place de l'oignon vert, de l'oignon ou encore de la ciboulette et je recouvre les truites de crème 15%. Quand je n'ai pas de crème, je me sers de lait Carnation. Je fais cuire au four à 350 °F (180 °C) durant une ½ heure. J'égoutte les truites et je les sers avec du beurre citron.

JANETTE • *C'est la recette idéale pour celles qui n'aiment ni faire à manger ni laver les poêles, et qui détestent l'odeur du poisson frit. En plus, le poisson est tendre et juteux.*



Recouvrez vos filets de poisson de crème de champignons ou de crème de tomates en conserve et faites cuire au four.

.

Des crevettes fraîches ou en conserve, des poivrons, des oignons, des champignons, des tranches de tomate, le tout cuit dans du beurre et servi sur du riz constitue un repas savoureux et fin.

.

Essayez un pâté chinois au saumon. Un rang de saumon en conserve, un rang de maïs en crème, un rang de pommes de terre en purée. Faites gratiner au four.



Mon rosbif

rosbif de 4 lb (1,8 kg)

os (facultatif)

carottes

oignons

céleri

1 boîte de consommé

Je dépose le rosbif sur un nid de légumes et d'os, nid lui-même posé dans une lèche-frite ou une poêle allant au four. J'arrose de consommé et je mets le tout dans un four froid. Puis je règle mon four à 300 °F (150 °C) et je laisse cuire la viande pendant 1¼ heure à partir du moment où le four est à 300 °F (150 °C), ou jusqu'à ce que le thermomètre à viande indique 150 °F (65 °C) pour une cuisson à point, ou 140 °F (60 °C) pour un rosbif saignant.

JANETTE • *La viande ne se dessèche pas sur le dessus, elle est d'un beau rouge d'un bord à l'autre et reste juteuse. Il ne faut surtout pas saler la viande avant la cuisson, car ça la durcit. Pour que le rôti soit à son meilleur, tendre et juteux, une fois cuit, je le laisse reposer hors de la lèche-frite dans du papier d'aluminium pendant 10 minutes au moins. J'enlève les légumes et je les jette. Je déglace ma lèche-frite avec un peu de thé chaud, de vin ou de porto. J'assaisonne. Je passe le jus dans un tamis. S'il est trop clair, je fais réduire sur le feu. J'enlève ma lèche-frite du feu et j'ajoute un bon morceau de beurre froid. Il m'arrive de placer sur les tranches de rosbif des rondelles d'os à moelle cuits à l'eau vinaigrée pendant 10 minutes. Si je me sers d'un rosbif congelé, je le fais décongeler 4 à 5 jours au frigo avant de m'en servir, ça l'attendrit.*



Coupez une gousse d'ail en deux, passez-la dans de l'huile d'olive, roulez-la dans le romarin et utilisez-la pour piquer votre rôti de porc.

.

Pour réchauffer un reste de rosbif, enveloppez-le avec sa sauce dans du papier d'aluminium. Faites chauffer pendant ½ heure dans un four à 350 °F (180 °C).

.

Sortez vos pièces de viande du réfrigérateur au moins 2 heures avant de les faire rôtir; elles seront plus tendres.



Desserts —<

Desserts éclair

✕- Fraises ou framboises macérées dans le vin rouge, le vinaigre balsamique ou le porto

✕- Pêches fraîches ou en conserve macérées dans le vin blanc ou le vin rosé

✕- Raisins verts ou rouges percés avec une aiguille à tricoter et macérés dans le cognac ou le porto

✕- Fraises ou framboises sautées dans le beurre (on en recouvre gâteaux, crème glacée et sorbets)

JANETTE • J'ai pris cette dernière recette en Californie chez mes amis Peggy et Paul Wayne. C'est un hit à la maison. La fraise cuite au beurre goûte dix fois plus la fraise fraîche. Il faut garder les fraises entières pour les faire cuire.



Le shortcake de ma mère

2 œufs

½ tasse (125 ml) de beurre

½ tasse (125 ml) de lait

1 tasse (250 ml) de sucre

2 tasses (500 ml) de farine

2 c. à thé (10 ml) de poudre à pâte

1 pincée de sel

1 c. à thé (5 ml) d'extrait de vanille

Beurrez un moule rond. Remplir aux $\frac{3}{4}$ de petits fruits (fraises, framboises, bleuets, pommes, pêches ou poires). Au batteur électrique, combinez le beurre et le sucre, ajoutez les œufs un à la fois, puis le reste des ingrédients et versez cette pâte sur les fruits déjà dans le moule. Faites cuire $\frac{3}{4}$ d'heure à 350°F (180°C) ou jusqu'à ce que le gâteau soit cuit. Ce gâteau se mange tiède avec de la crème 35% ou de la crème fouettée.

JANETTE • *Cette recette fait les délices de ma famille, qui en redemande sans cesse depuis toujours.*

Mon sucre à la crème infailible

- 5 tasses (1,25 l) de sucre blanc**
- ½ lb (225 g) de beurre**
- ½ boîte de lait condensé sucré Eagle Brand**
- 2 tasses (500 ml) de sirop de maïs**
- ½ tasse (125 ml) de lait**
- 1 gros sac de guimauves**
- noix (facultatif)**
- 1 c. à soupe (15 ml) d'extrait de vanille**

Mélangez les cinq premiers ingrédients et faites bouillir jusqu'à 250 °F (120 °C) au thermomètre à bonbons. Ajoutez le sac de guimauves. Retirez du feu, brassez à la main jusqu'à épaississement (de 20 à 25 minutes). Au dernier moment, ajoutez les noix et la vanille. Versez dans un moule beurré.

JANETTE • Il m'arrive de séparer ce mélange en deux et d'ajouter dans une partie du mélange des carrés de chocolat fondus. Je fais ainsi d'une pierre deux coups: du fudge et du sucre à la crème! Ce sucre à la crème est très... crémeux, il se conserve des mois dans des boîtes de métal et fait des cadeaux appréciés de tous, jeunes et vieux. C'est une grosse recette! Je vous recommande de la faire à deux, ça va mieux pour brasser. Vous vous apercevrez que le sucre à la crème est prêt à mettre dans le moule quand il aura perdu son lustre. S'il ne prend pas, vous le remettez à cuire et vous rebrassez quelques minutes. C'est le meilleur que j'ai fait et mangé à date.

DANS LES ANNÉES 1970, JE MENAIS UNE TRIPLE CARRIÈRE : mère de trois enfants, épouse et coanimatrice d'une émission quotidienne à la radio. Comment ai-je réussi à conjuguer mes responsabilités familiales et culinaires avec mes horaires chargés ? En humanisant les plats d'ici et d'ailleurs dont je m'inspirais pour les rendre faciles à préparer, mais tout aussi savoureux. Puis j'ai rassemblé ces recettes dans un livre, qui est rapidement devenu un incontournable pour les jeunes... et les moins jeunes.

À ma dernière séance de dédicaces, j'ai dû renvoyer chez eux, faute de livres, des gens dont l'exemplaire original avait tant servi qu'il était prêt à être remplacé. C'est à ce moment que ma maison d'édition a décidé de publier la version que vous tenez entre vos mains, afin de la faire découvrir à une nouvelle génération de lecteurs.

*Paru en 1968, puis revu et augmenté en 2005,
Les Recettes de Janette a marqué l'imaginaire
et les tablées de centaines de milliers de familles.
Rassemblant les textes originaux, cette édition
fait honneur aux recettes classiques et ouvre une
fenêtre sur le Québec d'hier. Un hommage
à notre patrimoine gastronomique et culturel.*



ISBN 978-2-7648-1720-9



Groupe
Livre
QUÉBECOR