

La Truffe



Cuisiner la truffe

Extrait du site <http://www.truffle-and-truffe.com/recettes.htm>

La truffe est facile à cuisiner mais il convient de savoir la mettre en valeur. On ne cuisinera pas de la même façon une truffe fraîche et une truffe de conserve.

La première est un champignon vivant qui émet des arômes pendant plusieurs jours. La seconde est un champignon mort qui transmettra les arômes qu'il a conservé pendant environ 1 h 30 après l'ouverture du bocal. Il convient dès lors, lorsque l'on cuisine des truffes de première ébullition, de capter, d'emmagasiner durant ce temps tous les arômes disponibles.

Lorsqu'on cuisine la truffe, il faut également respecter les proportions (environ 8 à 10 grammes par personne).

Enfin, il faut savoir que les arômes sont volatiles et fragiles et qu'une cuisson trop longue ou trop forte entraînera leur disparition.

La truffe de conserve ne permet pas toutes les recettes. Le captage de ses arômes se réalisera avec des oeufs, de la crème, une sauce béchamel, du beurre... Toute préparation exigera un temps de contact nécessaire au transfert des arômes. Parmi les recettes que nous vous proposons, certaines sont réalisables avec des truffes de conserve première ébullition. Elles seront signalées par la mention "TC*".

Truffefrance : Le spécialiste de la truffe

Extrait du site <http://www.truffefrance.com/conseils-sur-la-truffe.htm>

Fraîches.....ou en verrine

Bien sûr qu'une truffe fraîche est meilleure! Mais une truffe en verrine bien cuisinée peut donner des résultats presque aussi bons et le goût d'une truffe congelée est incroyablement semblable à celui du produit frais. Cela dit, si nos truffes fraîches sont disponibles, il ne faut pas hésiter... C'est pourquoi, pour plus de saveur, TRUFFEfrance vous conseille de vous procurer ses truffes noires fraîches (*Tuber Mélanosporum*) de décembre à mars, ses truffes d'été fraîches (*Tuber Aestivum*) de mai à août, ses truffes fraîches de Bourgogne (*Tuber Uncinatum*) de septembre à décembre et ses truffes blanches fraîches du piémont (*Tuber Magnatum Pico*) de septembre à décembre; et de consommer ses truffes en verrine et ses truffes surgelées hors saison, pour vous faire plaisir tout au long de l'année.

Comment acheter une truffe fraîche?

Une truffe dans sa gangue de terre, cela fait naturel, mais c'est seulement après nettoyage qu'il est possible de juger de sa qualité et de sa maturité. Bien qu'une truffe sous le nez ne nous trompe pas! Les particuliers doivent exiger des truffes propres, saines et contrôlées. Toutes nos truffes sont triées une à une. Nous écartons les truffes ne faisant pas partie de l'espèce, les truffes gelées et nous commercialisons seulement les truffes à maturité, propres, saines et marchandes. Ce tri peut parfois générer jusqu'à 40 ou 50% de pertes non consommables; terre, petits cailloux, pourriture, morceaux véreux, truffes gelées, espèces de truffes indésirables... Nous faire confiance, c'est s'assurer d'un achat de qualité au meilleur prix.

Quand on achète une truffe fraîche, comment en tirer le meilleur?

Une truffe est un réservoir de parfums....mais celui-ci s'en échappe avec une extraordinaire facilité. Il faut donc à tout moment prendre des précautions pour le retenir. Tout d'abord, ne pas laisser les truffes fraîches à l'air libre. Le mieux est de la conserver au réfrigérateur dans un récipient fermé (tupperware ou bocal), avec une feuille ou deux de papier absorbant, où elle peut se conserver une dizaine de jours ou bien remplir ce bocal avec du riz qui recouvre la truffe. Ce riz très parfumé sera excellent pour préparer ensuite le fameux risotto aux truffes. Pour des préparations avec des oeufs, du riz, des pommes de terre ou du beurre, un petit plus consiste à placer un à deux jours auparavant les truffes avec l'ingrédient qui va l'accompagner dans un récipient fermé, afin que celui-ci s'imprègne de l'arôme de la truffe. Lors de la dégustation, le parfum de la truffe n'en sera qu'encore plus grand! Le beurre truffé peut aussi se congeler!

Comment conserver une truffe?

Les truffes fraîches vous sont envoyées sous vide afin de conserver tout leurs arômes pendant le transport. Dès réception vous devez ouvrir le sachet et sortir les truffes. Placez les dans un récipient fermé (Tupperware ou bocal en verre) posées sur du papier absorbant ou bien remplissez le bocal de riz cru. Vous pourrez ainsi les conserver plusieurs jours au réfrigérateur à une température d'environ 4°. Pensez aussi qu'il vaut mieux les consommer les plus fraîches possibles et éviter de les conserver trop longtemps.

Le meilleur moyen de conserver une truffe plus longtemps (6 à 12 mois maximum) est de la congeler. Son parfum et son goût resteront aussi bons que ceux d'une truffe fraîche. Une autre bonne façon d'éviter qu'elle s'oxyde consiste à la mettre dans un petit bocal, plongée dans de la graisse d'oie ou de canard et à tenir celui-ci au frais. On peut aussi la mettre dans de l'huile. Mais attention, il faut de l'huile de maïs ou de pépins de raisins, une

huile sans goût. Et puis, il ne faut surtout pas qu'il y ait davantage d'huile que de truffe dans le bocal. Cette huile sera ensuite merveilleusement parfumée et exquise pour préparer une salade. Cette huile délicieusement truffée doit être consommée très rapidement, sous une semaine tout au plus pour éviter son altération. Pour une conservation longue durée, utilisez nos huiles aromatisées truffes. N'oubliez pas non plus que vous pouvez conserver nos truffes en verrine pendant trois ans!

Comment nettoyer une truffe?

Toutes nos truffes fraîches sont livrées triées et nettoyées. Si vous voulez les nettoyer encore un peu brossez-les sous un filet d'eau froide avec une petite brosse. (Brosse à dents par exemple)

Truffes en verrines (conserves): quelle catégorie pour quelle utilisation?

Pour un plat prestigieux et une présentation des plus raffinées, soit avec une truffe entière, soit avec de magnifiques lamelles de truffe, seule les catégories truffes extra ou truffes 1er Choix vous donneront satisfaction. Vous pourrez réaliser un plat de prestige qui aura pour met principal, le diamant noir de la cuisine française, la truffe noire du Périgord. La catégorie Morceaux de truffes est quant à elle idéale pour les salades, les farces, les omelettes...où les truffes doivent de toute manière être coupée en morceaux. La catégorie pelures de truffes est excellente et très bien adaptée pour préparer une omelette ou une brouillade. Les Brisures de truffes sont suffisantes pour toute préparation n'ayant pas besoin de tranches entières. Pour un budget raisonnable, vous pourrez réaliser de très bonnes brouillades, des tartines, des pâtés... Le goût et l'arôme de la truffe y seront encore plus présent du fait des petits morceaux de truffe.

La cuisson des truffes

Afin de préserver toutes ses qualités olfactives et gustatives, et à l'exception de la truffe noire, la truffe ne doit pas subir de cuisson trop importante. Rajouter de préférence la truffe dans votre recette quelques instants avant de consommer. La consommer crue reste la meilleure façon de la déguster ! La truffe noire se consomme crue ou cuite et accepte tous les modes de cuisson, même les cuissons longues.

La truffe d'été ou truffe de bourgogne se consomme crue ou avec des cuissons très courtes et légères.

La truffe blanche du piémont se consomme crue ou simplement réchauffée dans le plat au dernier moment.

Faut-il peler une truffe?

La truffe est un met d'exception plein de richesses. Même si son intérieur possède un goût meilleur que son écorce, TRUFFEfrance vous conseille de ne pas éplucher les truffes. Son écorce et son intérieur ont grandi ensemble, et c'est ensemble qu'ils vous offriront toute la richesse des odeurs et des saveurs de la truffe. Toutefois si vous préférez éplucher vos truffes, ne jetez surtout pas les épluchures: mettez-les dans un bocal d'huile, elles seront délicieuses dans une salade parfumée avec cette huile.

Qu'est ce qui va le mieux avec une truffe?

La pomme de terre, le riz, les œufs, ou les pâtes captent parfaitement le goût puissant de la truffe. Mais il y a aussi des arômes et des saveurs qui révèlent plus encore son parfum. Tout ce qui est aillé par exemple. Si vous préparez une omelette aux truffes, commencez par frotter un petit peu la casserole avec une gousse d'ail, vous verrez! Il y a aussi la ciboulette, l'oignon, le poireau. A cru, dans une salade, le céleri cru la met aussi en valeur. Et puis il y a le parmesan qui, en toute petite quantité, agit aussi comme un révélateur de la truffe. Si vous préparez des macaronis aux truffes, ne l'oubliez pas!

Travailler la truffe pour une meilleure présentation et un plus grand arôme

Il faut la préserver de l'oxydation, mais aussi éviter l'utilisation de la moulinette.

Ecraser la truffe à la fourchette permet d'écraser les spores qui sont d'une extraordinaire richesse olfactive. Et puis, avec la fourchette, on obtient des morceaux inégaux qui éveillent la sensibilité du palais et nous permettent de mieux la déguster. TRUFFEfrance vous propose aussi ses mandolines qui vous permettront d'obtenir de fines lamelles régulières pour une présentation plus raffinée, et vous permettront aussi d'hacher la truffe afin d'en libérer son puissant arôme. Mais la plus somptueuse des présentations ne serait-elle pas celle qui laisserait la truffe entière vierge...

La truffe est le diamant noir de la cuisine". Brillat-Savarin (1755-1826)

Extrait du site <http://www.fft-tuber.org/cuisine.asp>

La truffe fraîche exprime au mieux sa finesse aromatique et gustative à maturité optimum et si elle est utilisée le plus tôt possible après sa récolte.

De nombreux plats, des plus simples au plus élaborés, servent à mettre en valeur la truffe dans la cuisine : truffes en chausson, pâtes fraîches aux truffes, millefeuille aux truffes, beignets de pomme de terre, etc.

L'omelette est un mets traditionnel pour déguster la truffe. Généralement, l'utilisateur dispose des truffes et des œufs entiers dans un bocal hermétique pendant une journée. A travers leur coquille poreuse, les œufs s'imprègnent du parfum des truffes, bien avant de faire l'omelette.

En Provence, la brouillade est une préparation favorite pour consommer la truffe en famille. La truffe et le foie gras sont parfois associés dans un mariage subtil qui honore ces deux produits.

Les vins rouges ou blancs qui accompagnent la truffe sont nombreux, y compris le champagne

La cuisine de la truffe peut être différente en fonction des espèces : *Tuber uncinatum* est employé frais ou tiède en lames ou petits morceaux tandis que *Tuber magnatum* est tranché en fines lamelles sur les pâtes ou le riz dans la cuisine italienne à laquelle il apporte ses arômes d'ail et de fromage. Avec *Tuber melanoporum*, on peut jouer sur de nombreux registres : en frais ou en conserve, cru ou cuit, entière ou en morceaux, affirmant les qualités de cette truffe dans de multiples situations.