

L'échoppe du Griffon Noir



Redécouvrez
les Saveurs D'antan

L'Échoppe du Griffon Noir

Traiteur médiéval

Basé sur des sources historiques



Gonidec Arnault
06 59 23 19 41
contact@griffon-noir.com

L'Échoppe du Griffon noir
7 chemin de Prateger
29000 Quimper

www.griffon-noir.com
 L'Échoppe du Griffon Noir
Siret : 812 234 359 00022

Sommaire

Présentation	Page 2
Le Stand	Page 3
Le Banquet	Page 4
Les Amuses Bouches	Page 5
Les Pastés	Page 7
Les Plats chauds	Page 10
Les Mets d'Exceptions	Page 14
Les Accompagnements	Page 15
Les Pâtisseries	Page 17
Les Boissons	Page 20
Stop aux clichés	Page 25
Les Epices	Page 26

Présentation

Passionnés par la cuisine et le Moyen Âge, nous avons associé ces deux éléments afin de vous proposer des plats et boissons qui étaient jadis servis à la noblesse française, anglaise et vénitienne. Ces plats sont d'une saveur riche et d'un raffinement qui vous surprendront.

Nous nous basons sur des manuscrits datant du XIIIe, XIVe et XVe siècles tels que le « Viandier de Taillevent » ou encore le « Mesnagier de Paris ». Notre but est de vous proposer des plats qui se rapprochent le plus des recettes médiévales originales. Pour ce faire, nous avons tenté de retrouver les méthodes ancestrales ainsi que tous les ingrédients et épices nécessaires à leurs réalisations. Notre objectif : vous faire redécouvrir les saveurs d'antan !

Des fêtes médiévales en passant par les banquets et mariages, nous vous proposons diverses formules afin de répondre au mieux à votre demande.

L'Échoppe du Griffon Noir



Le Stand

Lors des fêtes médiévales, nous pouvons assurer diverses prestations en fonction de vos besoins et de la puissance électrique disponible :

La Taverne :

C'est notre stand au complet. Pour celui-ci nous proposons deux plats Chauds, tous nos postés ainsi que toutes nos pâtisseries. Le tout est accompagné d'hypocras rouge ou blanc proposé au verre. Nous avons également des boissons chaudes et froides non alcoolisées pour les plus petits.

Taille du stand : 6 à 9 mètres.

Puissance électrique : 15 KW

Les Gourmandises à Emporter :

C'est le plus souvent le stand que nous proposons lors de la période estivale. Vous trouvez sur notre carte les pastés et pommeaux de crabe, les pâtisseries médiévales de même que l'hypocras rouge ou blanc au verre. Il est possible de l'emporter pour le manger chez vous. De plus, ils sont disponibles tout au long de la journée.

Taille du stand : 6 mètres

Puissance électrique : 6 KW

Les Boissons :

Nous pouvons vous proposer que la vente des hypocras et autres boissons du XIIIe et XIVe siècle en différents formats et coffrets découvertes.

Taille du stand : 5 mètres

Puissance électrique : /



Le Banquet

Que vous soyez des particuliers ou des professionnels, nous pouvons vous proposer des repas ou des banquets faits sur mesure. Notre but étant de rendre votre événement inoubliable. Fort de notre expérience, nous pouvons réaliser un vin d'honneur et une table digne des rois ou bien un vrai banquet médiéval avec 4, 5 ou même 7 services comme le faisaient les grands seigneurs. Une longue liste de plats et boissons vous attendent sur notre site internet. Après votre choix, nous vous invitons à nous contacter au plus vite afin de vous faire déguster vos choix et de déterminer la quantité. Grâce à notre réseau, nous pouvons également vous soumettre des propositions de lieux et/ou de prestations de grands banquets du Moyen Age !

Banquet en 7 services réalisé par nous-même à
l'archéosite de Pont-Croix, 2019.



Banquet réalisé pour les Ecuyers de l'Histoire lors du
Tournoi de l'ordre Saint-Michel, 2018

Les Amuses Bouches

Proposés le plus souvent lors du vin d'honneur ou en apéritif, nous vous invitons à découvrir ces différents amuses bouches qui raviront vos convives.

Les Mini quiches aux lardons

Ces petites quiches sont composées de lardons, crème fraîche, œufs et pain en guise de pâte. Bien que nous n'ayons pas la recette datant du Moyen Age, elles sont historiquement compatibles car l'intégralité des ingrédients étaient présents durant cette période.

Les Mini quiches à la porée blanche

Ces petites quiches sont composées de poireaux, lait d'amande, crème fraîche, œufs et pain en guise de pâte. Tout comme les mini quiches aux lardons, nous n'avons pas la recette mais elle est également historiquement compatible. Celle-ci est par ailleurs fait pour les végétariens.

La Tourte parmérienne



Cette tourte tirée du *Viandier de Taillevent* (XIV^{ème} siècle) est composée de viande de porc, pignons de pins, raisins de Corinthe, poudre fine, crème fraîche et œufs afin d'apporter du moelleux. Le tout est mis en tourte, c'est-à-dire entourée d'une pâte brisée faite maison.

Cette tourte est appelée parmérienne (vient du latin *parma* qui signifie petit bouclier) car auparavant, les blasons des convives du banquet étaient présentés dessus.

La Tourte aux herbes

Cette tourte végétarienne, comprend des épinards, blettes et de fromage blanc et Brie enrobée d'une pâte brisée. Le tout est assaisonné d'herbes aromatiques et de poudre fine. Tirée du *Mesnager de Paris*, elle était servie aux bourgeois parisiens du XIV^{ème} siècle.



Les Pommeaux de crabe

Boules frites composées de crabe, de poudre d'amande, de raisins secs et de fromages. Le tout est rehaussé de persil et de marjolaine.

Le recette est tirée du livre italien *De honesta voluptate* de Platine, XV^{ème} siècle.



Les Pastés

Servis le plus souvent au premier ou deuxième service lors des grands banquets, nous vous les proposons en entrée lors de vos événements. Ce sont également ceux que nous avons tout au long de l'année sur notre stand.

Le Pasté de boeuf

Petit chausson à la viande fait à base de farce de boeuf, fromage et épices, le tout entouré d'une pâte brisée. Tiré du *Viandier de Taillevent*, les pastés étaient servis à la table du roi de France Charles V dit le Sage.

Le terme pasté vient du latin qui signifie « mettre en pâte ».

Le Pasté d'agneau

Petit chausson à la viande composé d'une farce d'agneau, ciboulette et épices, le tout enrobée d'une pâte brisée. Tiré du *Viandier de Taillevent*, les pastés étaient servis à la table du roi de France Charles V dit le Sage.

Le Pasté de poulet



Petit chausson à la viande fait à base de farce de poulet, de lard et d'épices, le tout entouré d'une pâte brisée. Tiré du *Viandier de Taillevent*, les pastés étaient servis à la table du roi de France Charles V dit le Sage.

Le Pasté de champignons

Petit chausson à la viande composé d'une farce de champignons, de brie et de poudre fine, le tout enrobé d'une pâte brisée. Tiré du *Mesnager de Paris*, les pastés étaient servis à la bourgeoisie parisienne du XIVème siècle.





Le Pasté de poulet à la mode lombarde

Le poulet en croûte est un plat typique de la fin du Moyen Age. Il était mangé aussi bien dans les pays d'Europe du Nord (Scandinavie, Danemark etc.) qu'en France. La recette a d'ailleurs été reprise dans le milieu de la bourgeoisie Parisienne.

Il s'agit ici d'une cuisse de poulet aromatisé à la sauge, bardée de lard et enveloppée dans une pâte brisée. C'est un plat facile à transporter qui peut se manger chaud ou froid.

Le Pasté de saumon

Ce pasté est composé d'un saumon entier ou en filet entouré d'une pâte brisée. Le tout est sublimé de gingembre et de sel.

La recette est prise du *Viandier de Taillevent*, maître queux du roi Charles V.



Le Pasté de truite

La truite était particulièrement appréciée au Moyen Age : Ici une recette à jour de char : la truite est mise en «pasté» subtilement relevée d'épices. Il contient de la truite saumonée, du pain, des œufs, du lait et des épices. Tiré du *Mesnagier de Paris*, il était servi aux tables de la bourgeoisie parisienne.

Les Plats chauds

Les plats qui sont présentés ci-dessous sont accompagnés de semoule. Bien que cet ingrédient ne soit pas répertorié dans les livres de recettes, nous savons qu'elle est attestée dès le XIII^{ème} siècle dans la péninsule ibérique probablement ramenée les Maures.

Le Haricot d'agneau

Un savoureux mélange d'herbes aromatiques et d'épices qui adoucissent le goût prononcé de l'agneau. Le tout est rehaussé par le lard.

Le terme Haricot vient du vieux français, *harigoter*, signifiant couper en morceaux.

L'Ambroisine de poulet

Ce plat italien du XV^{ème} siècle aigre doux et légèrement épicé est un succulent mélange entre l'acidité du vinaigre et le sucré des dattes et des pruneaux le tout dans une sauce au lait d'amande.

Cette recette est tirée du livre *De honesta voluptate* de Platine.

L e Cormarye



Du porc accompagné d'une sauce au vin. Cette dernière est agrémentée d'un mélange d'herbes aromatiques et d'épices qui se marient d'une façon surprenante et très agréable. Le tout est sublimé avec une liaison au pain qui permet d'avoir une sauce onctueuse et de laisser les saveurs des épices envahir le palais.

Ce plat a été servi à la reine Elisabeth D'York, épouse d'Henry VII d'Angleterre, mère d'Henry VIII au XV^{ème} siècle. La recette provient du *Form of Cury*.

L e Chaudun de porc

Le chaudun désigne à l'origine les tripes de porc. Dans ce plat, elles étaient accompagnées d'une sauce au gingembre et safran liée par du pain et du jaune d'œuf.

Nous vous proposons de découvrir cette sublime sauce avec de la saucisse en lieu et place des tripes.

Ce plat était servi à la table du roi de France du Charles V par le maître queux Guillaume Tirel plus connu sous le nom de Taillevent.



Le Cyvet de bœuf



Sûrement l'ancêtre de notre bœuf bourguignon actuel. La caractéristique de ce plat réside dans l'utilisation d'épices et de verjus, ce qui lui donne une saveur légèrement différente du bœuf bourguignon que nous connaissons aujourd'hui. Un autre aspect intéressant de ce plat est la liaison de sa sauce qui est faite avec du pain. Cette liaison au pain permet de sublimer la saveur des épices et apporte une texture très onctueuse. Le verjus apporte un côté fruité et cette pointe d'acidité chère à la cuisine médiévale française.

Ce plat est tiré du Viandier de Taillevent, maître queux du roi de France Charles V.

Le Canard au sirop



Ce plat anglais du XV^{ème} siècle, était servi à la Reine Elisabeth D'York, épouse d'Henry VII d'Angleterre, mère d'Henry VIII.

La cuisse de canard est accompagnée d'un sirop. Ce dernier est fait par une réduction de vin blanc sucré, vinaigre, d'épices et de raisins de Corinthe. Elle est tirée du livre de recette *The Form of Cury*.

Les Cailles farcies



Ce plat est décrit par Bortolomeo Sacchi dit Platine dans son livre *De honesta voluptate*. Ce plat a sûrement été servi aux Papes Pie II et Paul II.

Les cailles ont été farcies avec un mélange de lardons, d'herbes aromatiques et de poudre fine. Le bardage de lard autour de la caille permet à la viande de rester tendre et juteuse.

Le Boussac de lapin



Le boussac est un plat savoureux proche de notre civet de lapin actuel. La sauce, non grasse, est à base de vin rouge, d'épices et est liée avec du pain.

Son onctuosité et son mélange d'épices en fait une sauce qui accompagne parfaitement le lapin en apportant une touche fruitée et un léger piquant.

Ce plat est tiré du *Viandier de Taillevent* et était servi à la table du roi de France Charles V.

Les Mets d'Exceptions

Ces plats sont d'exceptions tant par la présentation que par le goût. Lors de banquets médiévaux, ils étaient faits pour le visuel et non pour le goût. Pour nous, le but est que la vue soit aussi attractive que le gustatif.

Le faisan armé

Sûrement un des plats les plus représentatifs des entremets de la cuisine médiévale. Il allie une mise en scène spectaculaire le tout sublimé par une viande délicate et une sauce parfumée à l'eau de rose et épices.

Ce plat est idéal pour apporter une touche spectaculaire sur la table d'honneur.

Nous ne pouvons servir que deux faisans par banquet.



Le Lapin en griffon

C'est une création personnelle en rapport avec notre écusson et basé sur les écrits de Maître Chiquart. XV^{ème} siècle. Le lapin qui sert de corps est rôti puis recouvert d'un glaçage de jaune d'œufs, de farine et de safran.



Les Accompagnements

Servis le plus souvent avec les plats, nous proposons trois accompagnements différents qui feront pour certains, le bonheur des végétariens.

Le Cominé de carottes

Le cominé de carottes est un plat non sourcé mais historiquement compatible. Ces carottes sont coupées finement, mijotées dans un bouillon de légumes avec du cumin et du sucre de canne.



La Porée blanche

Plat français du XIV^{ème} siècle qui était servi au roi de France Charles V.

La porée blanche des jours maigres est une fondue de poireaux au lait d'amande. Elle était, comme son nom l'indique, surtout consommée lors des jours où la consommation des matières animales était interdite.



La Purée de pois cassés



Elle est composée de pois cassés moulinsés ainsi que de jambon de Bayonne lequel est ensuite retiré en fin de cuisson. Cela permet d'apporter un petit goût qui rehausse la purée. Très prisé au Moyen-Age, il a la particularité de cuire rapidement.

Le Gratin d'aubergines



Le gratin d'aubergine vient d'Italie. En effet, dans le royaume de France, l'on pensait ce légume comme étant maléfique car il apporterait la mélancolie. Tiré du livre de Bartolomeo Scapi, les aubergines ont été coupées puis bouillies. Le gratin est composé d'une couche d'aubergine puis une couche de mozzarella et enfin d'une couche de panure.

Les Pâtisseries

Ces petites gourmandises sucrées n'étaient autrefois pas proposées en fin de repas comme aujourd'hui mais pouvaient tout aussi bien arriver en cours de banquets avec des plats salés.

Le Massepain



Sorte de pâte d'amande composée de poudre d'amandes, sucre de canne et eau de rose. Tirée du livre italien *De honesta voluptate* de Platine (XV^{ème} siècle), le massepain doit son nom au coffret dans lequel étaient enfermées ces petites confiseries avant de leur donner son nom.

Le Macaron à l'ancienne



Petit biscuit à base de cannelle, de noisettes, de poudre d'amande, blanc d'œuf et sucre de canne. Bien que nous savons qu'il y en avait au Moyen Âge, aucune recette ne nous est parvenue à ce jour.

L a Dariole

Petit flan italien composé d'une pâte brisée sucrée, d'eau de rose et de cannelle. La recette est tirée du livre *Libro de arte coquinaria* de Maître Martino, XV^{ème} siècle.



L e Tailli

Sorte de pudding à base de brioche, lait d'amande, figues, raisins secs le tout sublimé par une touche de safran qui donne cette jolie couleur jaune. La recette est tirée du *Viandier de Taillevent*, maître queux du roi de France Charles V.



e Pasté aux pommes



Petit chausson fourré à la pomme, figue et raisins secs, le tout sublimé par un mélange d'épices. La recette est inspirée de la tourte aux pommes du *Viandier de Taillevent*. XIV^{ème} siècle

e Nougat Noir

Confiserie à base de miel caramélisé, d'amandes grillées et d'épices. La recette est tirée d'un traité anonyme italien du XIV^{ème} siècle.

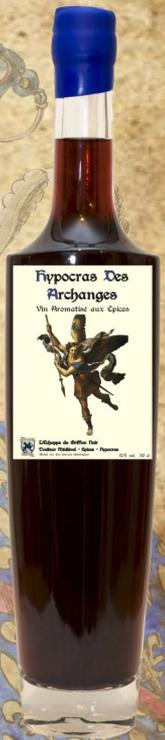


Les Boissons

Les boissons présentées dans cette section sont principalement de l'hypocras qui est un vin avec du sucre et des épices. Nous avons choisi des vins de Bourgogne afin d'accompagner ces différents mélanges. « Il y a autant de recettes d'hypocras que d'hypocras ! ». En ce qui nous concerne, nous avons décidé de nous baser essentiellement sur les recettes anglaises.

L' Hypocras des Archanges

Cet hypocras est basé sur un hypocras du XV^{ème} siècle qui était servi à la Reine Elisabeth D'York. Il possède moins de sucre permettant ainsi de mieux profiter de toute la richesse des épices. Cette recette se décline aussi en vin blanc.

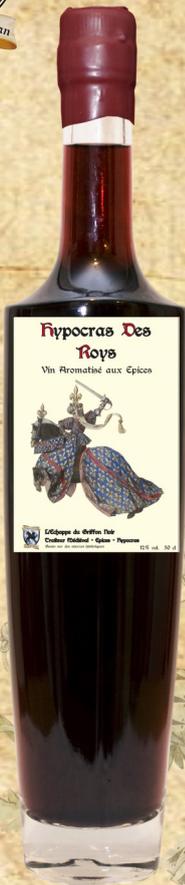


L' Hypocras des Anges

L'hypocras des Anges est un hypocras du XV^{ème} siècle qui était servi à la cour de la Reine Elisabeth d'York. Tiré du livre de recette *The Form of Cury*, il contient plus de sucre que d'autres hypocras et a un léger gout fruité.



' Hypocras des Roys



L'hypocras Des Roys est basé sur la recette originale du Viandier de Taillevent. Il était servi à la table du roi Charles V.

Il a une dominante de girofle avec une touche piquante.

' Hypocras des Reines

L'hypocras des Reines est également basé sur la recette originale de Taillevent.

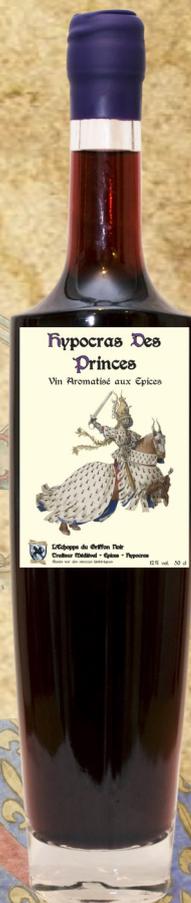
Comme Roys, il a une dominante de clou de girofle mais avec un goût beaucoup plus fruité dû à la cardamome et légèrement piquant.



' Hypocras des Princes

L'hypocras des Princes est basé sur la recette
du *Viandier* de Taillevent.

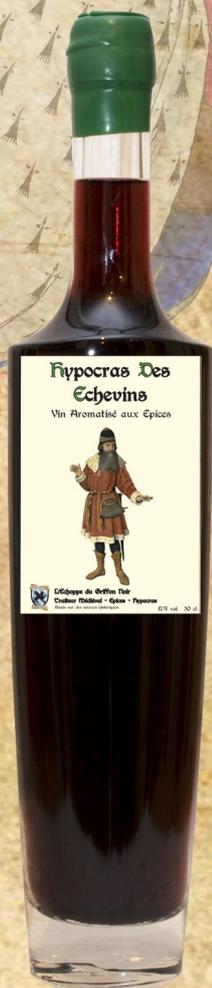
Comme Roys, il a une dominante de clou de girofle mais avec
un goût beaucoup plus fruité dû à l'ajout de Kororima.



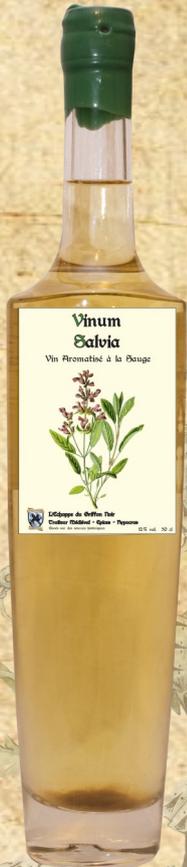
' Hypocras des Echevins

L'hypocras des Echevins est un hypocras du XIV^{ème} siècle qui était servi
dans la bourgeoisie parisienne.

Il possède un subtil mélange d'épices rares et de sucre de canne qui lui
donne son goût corsé. Il est idéal en apéritif.



e Vinum Salvia

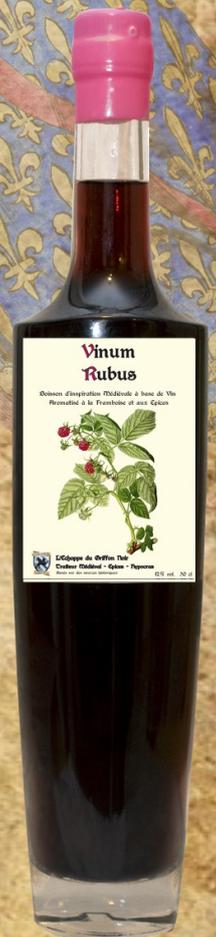


Le *vinum salvia* était souvent servi en début ou en fin de repas. Il était reconnu pour combattre les paresse digestives. La douceur du miel avec la pointe d'amertume de la sauge en font une boisson idéale en apéritif ou en digestif. La recette est tirée du *Tractatus de modo*, XIII/XIV^{ème} siècle.

e Vinum Rubus



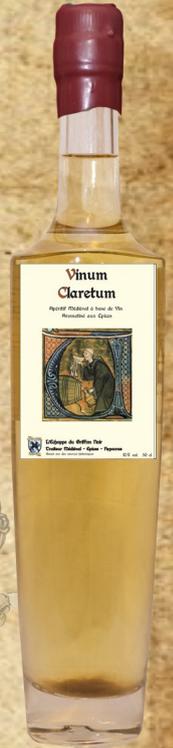
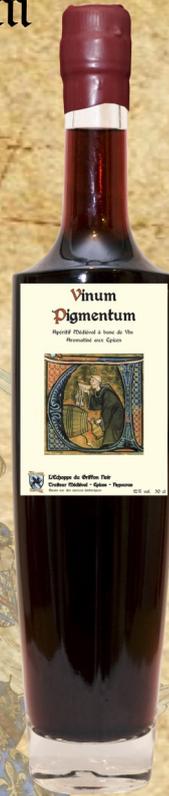
Le *vinum rubus* est un mélange de framboises, de sucre de canne et d'épices. D'inspiration médiévale, il se rapproche du *moretum*, un vin aromatisé aux mûres. Son goût fruité et sa consistance proche de la liqueur en font une boisson idéale pour accompagner les gâteaux ou autres desserts.



e Pigmentum et le Claretum

L

Pigmentum, en latin, signifie épices. Cette boisson est l'ancêtre de l'hypocras. Ils partagent tous les deux une base d'épices commune : le gingembre et la cannelle. Ils ont aussi une différence majeure : l'édulcorant utilisé. Le *pigmentum*, plus ancien (la dernière recette vers la fin du XIII^{ème} début XIV^{ème} siècle) utilise du miel alors que l'hypocras (apparition au XIV^{ème} siècle) utilise du sucre de canne. Le *claretum* est du *pigmentum* mais réalisé avec du vin blanc.



a Limonade de Sureau

L

Cette limonade est composée principalement d'eau de sucre, de fleur de sureau et citron. Le tout 100% naturel. Tous les ingrédients sont histo-compatibles. Cependant, aucune source n'est attestée. Vendue seulement au verre.





aux Clichés

Non, il y avait du très bon vin au Moyen Âge

Au Moyen Âge, cela fait plus de 6000 ans que le processus de vinification est connu. Le principe est parfaitement maîtrisé et n'a rien à envier aux méthodes actuelles. Il y a déjà deux grandes régions du vin réputées : La Bourgogne et Bordeaux. De plus, comme le dit Hildegarde de Bingen dans « Causes et Remèdes » : « Les arbres dans la région du midi font un vin abondant et délicieux. Dans la région du septentrion, le vin pousse peu (...) : il est aigrelet, parfois âpre et sans grande douceur, parce que le soleil ne le réchauffe guère. » Comme noté dans de nombreuses recettes, pour faire de l'hypocras ou du pimen, il faut prendre du bon vin. Dans le « Tractatus de Modo », l'auteur précise de prendre du « Vini Boni » soit en Français, du bon vin. Même chose dans le « Thésor de Santé » : « un pot ou pinte de bon vin blanc », ou le « Confiturier François » : « Prenez du bon vin »

Non, les épices ne servaient pas à masquer le goût des viandes avariées

L'idée de la viande avariée est un des clichés persistants sur la cuisine médiévale. Jamais un cuisinier n'allait utiliser ce type de viande par peur de tomber malade ou d'empoisonner la table. Les épices étaient là pour :

- Leur intérêt gustatif : Les cuisiniers médiévaux avaient une parfaite maîtrise de l'utilisation et du dosage des épices
- Leur intérêt spirituel : Dans l'imaginaire médiéval, les épices poussent proche du Paradis. En mangeant des épices, ils se retrouvent donc un peu plus proches du divin.
- Leur intérêt financier : Les épices coûtent chères, surtout le sucre (considéré comme une épice à l'époque). Cela permet de montrer aux convives la richesse de l'hôte.

Non, les épices ne servaient pas à la conservation du vin

Les hypocras et *pimens* étaient très souvent fabriqués par les cuisiniers au tout dernier moment. Il n'est donc pas question d'aider à la conservation du vin, même si les épices peuvent y contribuer. Il semblerait que les sulfites étaient déjà utilisés pour cela. Les Celtes auraient déjà mis en exergue que le fait de brûler du soufre dans les tonneaux permettait, outre de le purifier, de mieux conserver le vin. Cette technique fut tellement utilisée qu'en 1487, face à une utilisation excessive de soufre par certains vignerons, entraînant un taux de sulfites trop important dans les vins, l'empereur Maximilien du Saint Empire Germanique ordonna un décret visant à limiter son utilisation.

Les Épices

Le gingembre



Le gingembre est une épice venant de Chine. Son nom chinois Jiang a donné Zenj en arabe puis Zingiber en Latin. Le gingembre est une des trois épices les plus utilisées dans la cuisine médiévale. On le retrouve dans de nombreux plats que ce soit dans la cuisine française, anglaise ou catalane. C'est aussi une épice de base pour la fabrication de boissons telles que le piment, le claret et l'hypocras ainsi que des mélanges d'épices tels que la poudre fine et la Poudre du duc.

La cannelle

La cannelle est une des trois épices les plus utilisées dans la cuisine médiévale. Elle sert aussi bien à l'élaboration des boissons qu'à la cuisine.

Il existe plusieurs sortes de cannelle :

- La cannelle de Ceylan, venant d'Inde et du Sri Lanka. On la trouve en bâton très friable, avec une écorce très ne et très entoulée. Elle a une odeur et un goût subtil.
- la cannelle Casse venant de Chine. C'est une cannelle forte en odeur et en goût, dure à casser et avec une légère pointe sucrée. Au Moyen Âge, les deux sortes de cannelle semblent être utilisés car les cuisiniers de l'époque précisent bien par exemple : « synamome ne et pares » ou « très ne cannelle » donc de la cannelle de Ceylan.



Le safran



Le safran est une des trois épices principales de la cuisine médiévale. Elle est présente dans de nombreux plats afin d'apporter des saveurs et surtout une subtil couleur jaune. Le safran est le stigmate de la fleur de crocus.

Le carvi

Le carvi est de la famille des Apiacées, comme le cumin. Il a une odeur proche de l'anis. Pour l'instant, je ne l'ai rencontré que dans une seule recette : Le Cormarge, un plat anglais de rôti de porc cuit au four avec une sauce au vin.



Le garingal

Le garingal, ou galanga, est une épice en provenance de Chine. Comme le gingembre, il fait partie de la famille des Zingibéracées. Le garingal est très peu usité dans la cuisine française. Il apparaît sporadiquement dans quelques recettes du *Mesnagier de Paris* et du *Form of Cury*. Il est par contre très utilisé dans la cuisine anglaise tant pour l'hypocras que pour différents plats.



La graine de paradis

La graine de paradis est souvent appelée graine dans les manuscrits français ou grayne et greyn of Paris dans les manuscrits anglais. La graine de paradis, originaire du Liberia et du Ghana, est la graine séchée du fruit produit par une plante vivace à rhizome, de la famille du gingembre. Dans la gastronomie médiévale, elle a eu beaucoup plus de succès en France aux 14ème et 15ème siècles que dans les autres pays européens. Bruno Laurioux émet l'hypothèse que si la graine de paradis a majoritairement été consommée en France, c'est en raison de son appellation de graine de paradis : la référence au paradis terrestre rendrait cette épice plus prestigieuse que les autres.



La cardamome

La cardamome est une épice en provenance d'Inde faisant partie de la famille des Zingibéracées, comme le gingembre. Il y a plusieurs types de cardamome : la verte, la blanche et la noire. La verte est la plus utilisée. Cette épice a été confondue par certains historiens avec la maniguette. On ne retrouve pas de cardamome dans la cuisine française. Les anglais, eux, l'utilisent dans la fabrication de leur hypocras. Ce sont surtout les catalans qui utilisent cette épice.



Le mastic

Le mastic est la résine du Pistachier Lentisque. Pendant la période antique, il était utilisé comme chewing-gum pour se laver les dents et purifier l'haleine. Il rentre dans la fabrication du « *Vinum Seminatum* », une boisson du *Tractatus de modo*.



La fleur de cannelle

La fleur de cannelle vient de Chine. Elle est beaucoup plus douce et subtile que la cannelle. Cette épice rentre dans la composition d'hypocras. Elle est aussi utilisée dans certains plats anglais.



Le cumin

Le cumin est une plante herbacée annuelle des Apiacées, appartenant à la même famille que la carotte et le persil. Elle est originaire des pays bordant la Méditerranée. Il est très peu usité dans la cuisine médiévale mais est présent dans certaines recettes du *Viandier de Taillevent* : Les comminés.

La noix de muscade

La noix de muscade est le fruit du muscadier, un arbre de 18 m de haut, originaire de Nouvelle-Guinée et des îles Moluques. La noix de muscade est l'amande qui se trouve à l'intérieur de la coque. Elle est utilisée dans certains plats ainsi que certaines recettes d'hypocras.



Le macis de muscade

Le Macis ou « -eur de muscade » est l'enveloppe qui entoure la noix de muscade. Il a un goût plus subtil et raffiné que la noix.

Le poivre long

Le poivre long est une liane grimpante de la famille du poivre. Pour trouver cette petite grappe noire et dure, originaire d'Inde, de 2 à 4 cm de long, formée de graines minuscules, à la saveur piquante. On le retrouve dans certaines recettes du *Mesnagier de Paris*, du *Viandier de Taillevent* et *The Form of Cury*. Il entre aussi dans la composition de certaines boissons.



Le poivre de Cubèbe

Il s'agit d'un poivre à queue originaire de Ceylan et d'Indonésie. Il se caractérise par un léger piquant, et sa saveur subtile et amère de girofle. Dans la cuisine médiévale, je ne l'ai rencontré que dans une seule recette : le canard au sirop du Form of Cury.



Le nard

Le nard est la racine d'une plante de la famille de la Valériane. On le retrouve majoritairement dans la composition de boissons telles que les Pimens, Claretums et Hypocras. Il est aussi utilisé dans deux recettes du *Vivendier* : la gelée de poisson et le brouet anglais.

Le zédoaire

Le zédoaire est une plante de la famille des Zingibéracées, comme le gingembre. Comme lui, c'est son rhizome qui est utilisé. J'ai été surpris de trouver cet ingrédient dans le *Mesnagier de Paris*. Le zédoaire était connu à l'époque sous le nom de citoual.

La poudre fine

La poudre ne est un mélange d'épices et de sucre. Elle est utilisée dans le *Mesnagier de Paris* et sûrement d'autres manuscrits pour assaisonner des plats, aussi bien salés que sucrés. C'est pour moi l'un des trésors culinaires du Moyen Âge. On la retrouve dans pas moins de douze recettes du *Mesnagier de Paris*, quatre du *Viandier de Taillevent* et deux recettes du *Vivendier*.

La poudre du duc

La poudre du duc se rapproche de la poudre ne avec de la muscade et du galanga en plus. Elle est beaucoup moins utilisée que la poudre ne. Je ne l'ai croisé que dans deux recettes : les oeufs farcis et les poussins à l'estuvée.