

LE CASSOULET DE CASTELNAUDARY

De Denise, propriétaire de gîte Pays cathare ([site internet : Aude pays cathare](#))

Populaire, familial, l'authentique Cassoulet de Castelnaudary est confectionné uniquement avec les Produits du Lauragais et cuit dans cette poterie locale " la cassole " qui est à l'origine même de son nom.

Pour 6 à 8 personnes :

Les ingrédients : 1 kg haricots sec du Pays Cathare, 5 gousses d'ail, sel et poivre.

Les viandes : 1kg de saucisse fraîche, 7 cuisses de confit de canard, 600g de couenne de porc, 600g de travers de porc.

LA RECETTE

- La veille, mettre les haricots et les couennes dans 3 à 4 fois leur volume d'eau froide avec une poignée de gros sel, et laisser gonfler toute la nuit.
- Le matin, portez le tout à ébullition pendant 15 à 20 mn... Egouttez. Mettre de côté.
- Dans une poêle, faire fondre le confit - le retirer et le mettre de côté. Puis dans la même poêle avec la graisse, faire roussir la saucisse - La retirer et la mettre de côté- Faire de même pour les travers de porc, puis l'ail hachée (très peu roussir) puis ajoutez l'eau pour dissoudre les sucs. Poivre... Piment...
- Mettre de côté ce bouillon.
- Petit truc de Denise : n'ajoutez pas de sel (les haricots et confits le sont déjà...)
- Dans la "cassole", tapissez avec les couennes, puis alternez haricots, viandes et terminez par une couche de haricots. Recouvrir avec le bouillon.
- Mettre la cassole au four Th 6-7. Quand le cassoulet bout, réduire th 3-4. Cuire doucement 4 à 5 heures en surveillant. Goûtez pour l'assaisonnement. Abaissez la croute plusieurs fois et ajoutez du bouillon afin qu'il ne dessèche pas...
- Denise choisit les haricots de Castelnaudary Pays cathare pour sa recette : produits de l'Aude, c'est une tradition qui est le fruit d'une longue histoire régionale. Cultivés avec des techniques issues de l'agriculture raisonnée pour que ce produit conserve toute son authenticité et son goût unique, en recherchant sans cesse l'amélioration de nos modes de production.,

- Le Conseil de Denise : Servir le cassoulet très chaud, avec un Minervois d'un caveau du Pays Cathare, et bon appétit!!!

Ou encore Recette proposée par **Aude Tourisme**

Les Ingrédients :

Pour 4 personnes :

1. 400 g de lingots secs (haricot du Pays Cathare),
2. 2 cuisses de canard confit,
3. 200 g de saucisse de Toulouse,
4. 200 g de jarret de porc confit,
5. Couennes,
6. 1 oignon, 1 tête d'ail,
7. 70 g de lard salé (si possible rance),
8. Sel, poivre.

Temps de préparation

- 45 min

Temps de cuisson

- 3 h

La veille de la réalisation de votre cassoulet, faire tremper les haricots toute une nuit, le matin, bien les rincer.

1. Mettre à cuire une première fois dans de l'eau salée, après ébullition, changer l'eau et mettre un bouillon de porc à la place pour finir la cuisson.

2. Faire revenir la saucisse coupée en 4 morceaux dans de l'huile bien chaude. Une fois bien dorée, y ajouter l'oignon haché, faire colorer et incorporer l'ail et le lard rance (passer au mixeur). Laisser infuser le tout et y ajouter 1/4 de litre d'eau, à petit feu et couvert (10mn).

3. Mouler le cassoulet dans la terrine. Mettre une louche de haricots dans le fond de la terrine, ajouter les couennes, le jarret coupé en morceaux, les cuisses de canard

coupées en deux, les quatre morceaux de saucisse, sans oublier le jus obtenu dans la poêle. Recouvrir de haricots. Si besoin, ajouter une louche de fond de porc.

4. Mettre au four 1 heure, casser une première fois la croûte, remouiller avec le fond de porc, cuire 1h, puis laisser reposer toute la nuit au frigo.

L'astuce du chef

Le cassoulet du jour se prépare utilement la veille. Dans ce cas, rajouter un peu de bouillon et prévoir pour le réchauffage environ une heure et demie au four à 150°.