



Ordre Culinaire International

Association régie par la loi du 1^{er} juillet 1901 et le décret du 16 août 1901
Inscrite à la sous-préfecture du Raincy sous le n° W932001947

Siège social : 11, rue Jacques Brel – 93330 NEUILLY-SUR-MARNE
Tél. : 06.07.37.01.15. – Fax : 01.49.44.06.92.

Courriel : ordre.culinaire@hotmail.fr  <http://www.facebook.com/ordreculinaireinternational>



Délégation « Occitanie »

Jacky Nineuil



Le 24 AVRIL 2017

1^{ER} CHAMPIONNAT DE FABOUNADE À VERDALLE (81)

Ce dimanche 24 avril, le petit village de Verdalle dans le Tarn, accueillait le **1^{er} Championnat de Fabounade**, sous la houlette « d'un fada de la bonne bouffe », Bruno Maurel.

La Fabounade, ke zako ?

Son nom vient de l'occitan « faboun » qui signifie « petite fève ».

A l'origine, ce plat était préparé avec des fèves comme le cassoulet. Ce ragout de haricots à la viande de porc et de canard est cuit à la cocotte. C'est la version du classique cassoulet, mais sans passer par le four.

Cette manifestation conviviale et festive a réuni 10 équipes (40 participants) qui ont préparé la Fabounade devant le public avant que leur plat soit dégusté à l'aveugle par le jury et vendu aux visiteurs le midi.



Les membres du jury avec à sa tête **M. Yves Thuriès, MOF**

L'Ordre Culinaire International était représenté par son Président d'Honneur, **Yves Thuriès**, MOF (Cordes-sur-Ciel-81) et son délégué régional « Occitanie », **Jacky Nineuil**, Triple Champion du Monde de la Garbure et de Soupe au Pistou (Ambres-81) :



Yves Thuriès et Jacky Nineuil

Les gagnants « La Coutateam », sont la jeune génération qui a levé avec ferveur le Trophée « Champion de France de Fabounade ».

Félicitations aux jeunes Tom, Carla, Damien et Maud :



Comment ont-ils gagné ? Simplement en refaisant la recette que leur avait enseignée leur grand-mère avec le « petit truc ».



Les membres du jury avec les gagnants du 1er championnat de France de la Fabounade : « La coutateam" et leur diplôme de la Marmite d'Or

Plus de 350 repas ont été vendus au profit de l'association «Le fauteuil me donne des ailes», qui a pour but d'aider Robin David, jeune sud-tarnais de 21 ans, resté handicapé après un accident, à réaliser des projets de vie.

Une belle journée de solidarité sous le soleil avec de nombreuses animations.

Jacky Nineuil est très fier d'avoir fait partie du jury :

« C'est ça aussi la cuisine ! C'est rassembler pour une bonne cause ! »

LA FABOUNADE



Ingrédients pour 6 personnes :

- 1.5 kg de fèves fraîches écosées
- 2 andouilles à cuire
- 50 cm de saucisse de foie (ou de canard)
- 6 morceaux de confit de canard
- 1 tranche épaisse de jambon cru de pays
- 4 gousses d'ail rose de Lautrec
- 1 gros oignon
- 2 carottes
- 200 g de couennes de porc
- 3 branches de persil plat
- 1 bouquet garni
- 2 clous de girofle
- 2 cuillères à soupe de graisse de canard
- Sel et poivre

Temps de préparation : 20 min / Temps de cuisson : 1 h 40 min / Temps total : 2 h

Préparation :

- 1) Éplucher puis hacher l'ail finement.
- 2) Laver, sécher puis hacher le persil.
- 3) Éplucher et laver les carottes, puis les couper en rondelles fines.
- 4) Peler l'oignon et le piquer de 2 clous de girofle.
- 5) Blanchir les couennes pendant 2 minutes dans une grande casserole d'eau bouillante, puis égoutter.
- 6) Couper le jambon cru en petits dés.
- 7) Faire fondre la graisse dans un grand faitout.
- 8) Ajouter les fèves, les dés de jambon, les rondelles de carottes, l'ail et le persil.
- 9) Faire revenir le tout sur feu doux en remuant avec une cuillère en bois pendant 20 minutes.
- 10) Déposer les confits dans une poêle et laisser fondre sa graisse.
- 11) Égoutter et réserver la viande.
- 12) Dans la même poêle, faire prendre couleur à la saucisse.
- 13) Ajouter les viandes dans le faitout contenant les fèves, avec le bouquet garni, sel et poivre.
- 14) Mouiller de 50 cl d'eau tiède, couvrir et laisser mijoter sur feu doux pendant 1h10.
- 15) Retirer le bouquet garni et l'oignon.
- 16) Répartir la viande dans des assiettes.

@compte-rendu établi par le Secrétariat OCI en collaboration avec Jacky Nineuil

Crédit Photos : Jacky Nineuil