

# oie blanche



# vin rouge

*Une migration vers le plaisir des sens*

63 délicieuses recettes



## Fédération québécoise des chasseurs et pêcheurs

La Fédération québécoise des chasseurs et pêcheurs est un organisme sans but lucratif, qui a vu le jour en 1946. Elle est en fait l'un des organismes à vocation faunique les plus anciens du Québec. Sa mission est de contribuer, dans le respect de la faune et de ses habitats, à la gestion, au développement et à la perpétuation de la chasse et de la pêche comme activités traditionnelles, patrimoniales et sportives.

### ***Champs d'intervention de la Fédération :***

La Fédération agit dans trois principaux champs d'action :

- » La défense des droits des chasseurs; afin de s'assurer que toutes mesures réglementaires relatives à la chasse et à la pêche respectent le caractère de la *Loi sur la conservation et de la mise en valeur de la faune*.
- » L'éducation; afin de s'assurer que les chasseurs et les pêcheurs pratiquent leurs activités de façon sécuritaire et selon l'éthique d'usage.
- » La préservation des habitats fauniques; afin d'assurer de maintenir en santé les populations de gibiers et de la faune en général.

Plus précisément, ses champs d'intervention sont les suivants :

- Unir et affilier les associations et les clubs de chasse et de pêche, les organismes de conservation, de la province du Québec; encourager la fondation et l'organisation de tels organismes à travers la province. Collaborer avec les autres sociétés dans une perspective de protection de l'environnement et de la biodiversité; au développement durable, à la **conservation et à l'aménagement de la faune**, de la flore et des autres ressources naturelles.
- **Représenter les intérêts des chasseurs et des pêcheurs sportifs.**
- Voir à défendre et à protéger la pratique des activités cynégétiques et halieutiques sportives, à n'en faire la promotion de différentes façons afin d'en assurer la pérennité.
- Faire **l'éducation et la promotion d'un comportement responsable des chasseurs et des pêcheurs**, lors de la pratique des activités cynégétiques et halieutiques.
- Coopérer avec les autorités publiques dans une perspective de développement durable à l'établissement de programmes de protection de l'environnement, de conservation et d'aménagement des habitats de la faune et de la flore, et ce, tout en assurant une qualité de vie à la population québécoise.
- Supporter et encourager l'application de la législation pour la protection de l'environnement, de la faune et de la flore. Étudier et promouvoir l'amélioration de la législation et des règlements en relation avec la protection de l'environnement, de la faune et de la flore, et la pratique des activités cynégétiques et halieutiques.
- Publier un organe officiel favorisant l'atteinte de ces objectifs.

ISBN : 2-922640-14-0



Imprimé sur du papier contenant 100 % de fibres recyclées de postconsommation

# Table des matières

<b>Biologie de la grande oie des neiges</b>	<b>3</b>
Caractéristiques physiques	3
Distribution	3
Habitat	4
Migration	4
Cycle de reproduction	5
Régime alimentaire	5
Prédateurs	6
Chasse et conservation	6
<b>Conseils pratiques du chef Jean-Luc Boulay</b>	<b>7</b>
Plumaison	7
Éviscération et abats	7
Faisandage	8
Congélation	8
Conseils culinaires	8
Conseil pratique de Michel Huot	8
<b>Remerciements</b>	<b>9</b>
<b>Bouchées, entrées, soupes, accompagnements et conserves</b>	<b>11</b>
Bouchées d'oie à la Teriyaki	12
Rillettes d'oie des neiges au calvados	12
Rillettes d'oie	13
Entrée de salade d'oie tiède	13
Mousse de foie d'oie au sortilège	14
Poitrines d'oie fumée	14
Poitrine d'oie des neiges fumée	15
Sauce du diable	15
Won-tons d'oie avec une sauce aigre-douce	16
Oie dans des paniers phyllo	17
Galantine à l'oie, au poulet et au porc	18
Bouillon à fondue chinoise	18
Pâté d'oie et de faisan	19
Conserves d'oie sauvage à Roger	19
Conserves d'oie des neiges à la façon de grand-mère	20
Soupe aux abats d'oie	20
Soupe du chasseur d'oie	21
<b>Plats de résistance</b>	<b>22</b>
Oie sauvage	23
Oie des neiges aux pommes sur tapis d'oignons	23
L'oie des neiges surprise	24
Oie farcie à Doris	24
L'oie du Cap Tourmente	25
Steak d'oie	25
Oie rôtie à l'orange	26
Oie rôtie à la façon de Carmen	27
Oie aux fruits	28
Marinade pour oie sauvage	28
Oie blanche à la Marie-Hélène	29
Cuisses d'oie blanche aux poivrons	29
Cuisses d'oie à l'autocuiseur	30
Cuisses d'oie confites	30

Confit d'oie	31
Cuisses d'oie au Bovril	31
Cuisses d'oie de Toulouse aux haricots rouges	32
Magrets d'oie des neiges	32
Magret d'oie blanche au vinaigre de framboise	33
Oie canadienne à Doris	33
Magret d'oie blanche au coulis de framboise	34
Oie blanche du guide	34
Linguinis à l'oie	35
Aiguillettes d'oie des neiges à la sauce au sirop d'érable et aux racines de gingembre sauvage	35
Poitrine d'oie blanche à la poêle	36
Poitrine d'oie	36
Burger d'oie	37
Raclette à l'oie accompagnée d'une sauce à l'échalote	37
Cassoulet d'oie des neiges	38
Cœur et foie d'oie en toute simplicité	38
Pépites d'oie des neiges	39
Poitrine d'oie au chocolat	39
Fajitas d'oie des neiges	40
Oie rôtie	40
Roulades d'oie sauvage aux herbes fraîches et parmesan	41
Civet d'oie à la solignote	41
Oie des neiges aux cerises	43
Mijoté d'oie des neiges	44
Oie au sirop d'érable, sauce 3 poivres et porto aux mûres	45
Oie en pâté	46
Pâté à l'oie des neiges	47
Pâté d'oie	48
Poitrines d'oie glacées au miel et sauce moutarde	49
Poitrine d'oie au presto	50
Filets d'oie au porto et plus...	51
Gésiers d'oie des neiges	52

<b>Table de conversion</b>	<b>53</b>
----------------------------	-----------

# Biologie de la grande oie des neiges

## **Caractéristiques physiques**

*L'oie des neiges est la plus abondante oie sauvage au monde, et l'on compte deux sous-espèces : la grande oie des neiges et la petite oie des neiges. Les deux variétés se ressemblent, sauf que la petite oie des neiges a, évidemment, une taille inférieure. Parmi les oies, il est possible d'observer des individus au plumage gris foncé bleuâtre. Il ne s'agit pas d'une espèce différente, mais uniquement d'une forme de coloration. Le nombre d'individus bleus représenterait moins de 1 % de la population de grande oie des neiges. Toutefois, il semble que la phase bleue soit plus fréquente chez la petite oie des neiges. Plusieurs études ont démontré que cette proportion peut varier de 64 à 75 % selon les régions. D'ailleurs, l'observation régulière d'oies bleues au Cap Tourmente, suggère qu'un certain nombre de petites oies des neiges rejoignent les grandes oies des neiges lors de leur migration. Cependant, la majorité des petites oies des neiges survole la rive est de la Baie d'Hudson, pour se poser quelque temps à la Baie-James.*

*La longueur totale de la grande oie des neiges varie de 71 à 84 cm et son envergure de 1,35 à 1,52 mètre. Son cou est plus long et son corps plus massif que le canard. Le mâle pèse en moyenne 3,1 kg et la femelle environ 2,8 kg. L'oie des neiges adulte est presque entièrement blanche, à l'exception des rémiges noires au bout des ailes. L'oie se déplace plus facilement au sol que le canard, et son cri aigu ressemble à un « houc » nasillard.*

*Son bec est rosé, étroit, et assez haut comparativement au bec plus plat et large de la bernache du Canada. Il est pourvu de denticules qui, formant un arc noir de chaque côté, rappellent un sourire. Ce bec robuste lui permet de se nourrir des racines des plantes sur les rives vaseuses du fleuve Saint-Laurent, par exemple. Cette quête de racines dans la vase, teinte sa tête et une partie de son cou d'un brun rouille, étant donné les traces de fer dans la boue. Ce phénomène semble caractéristique à la région de Québec, où les oies se nourrissent majoritairement sur les berges du fleuve. Ainsi, lorsqu'elles arrivent de l'Arctique, les oies n'arborent pas encore cette « marque », qui constitue en fait un signe de leur passage dans la région. Les jeunes oies possèdent un plumage gris et, au cours de leur premier hiver, elles perdent ces plumes grises pour devenir aussi blanches que leurs aînées.*

*Enfin, selon les informations du Service canadien de la faune, la grande oie des neiges vit huit ans en moyenne, et l'âge maximum atteint est de 20 ans.*

## **Distribution**

*L'oie des neiges niche dans l'Arctique canadien, principalement sur les îles de Baffin et Ellesmere. On la retrouve aussi sur les côtes de la Baie d'Hudson et de la Baie-James. Au printemps, on assiste à d'impressionnants rassemblements au lac Saint-Pierre et dans la région de Baie-du-Febvre. En automne, c'est dans les régions de Cap Tourmente et de Montmagny qu'on peut observer les plus grands regroupements d'oies. Fait nouveau, depuis l'an 2000, on aperçoit à l'automne un très grand nombre d'oies au Lac-Saint-Jean, alors qu'elles n'étaient à peu près pas présentes dans cette région auparavant.*

## **Habitat**

*L'oie vit dans des habitats variés, mais lorsqu'elle passe chez nous, on la retrouve souvent sur les battures du Saint-Laurent ou dans les milieux agricoles, principalement les champs de maïs. On la retrouve aussi dans les marais d'eau salée (marais à scirpes) ou d'eau douce. Cet oiseau niche près des marais et des lacs de la toundra arctique. Il niche habituellement sur un terrain accidenté, sur les pentes exposées des ravins ou dans les basses prairies humides caractérisées par la présence de graminées et de carex.*

## **Migration**

*Un des plus beaux et remarquables spectacles fauniques au monde est le passage de la grande oie des neiges dans la vallée du Saint-Laurent, au printemps et à l'automne. Chaque automne, des centaines de milliers d'oies quittent leur aire de reproduction du cercle polaire, pour descendre vers les sites d'hivernage de la côte est américaine, entre le New Jersey et la Caroline du Sud.*

*La principale halte dans le voyage des oies s'effectue dans la vallée du Saint-Laurent, pendant environ trois semaines, vers la mi-octobre. C'est à quelque 50 kilomètres à l'est de Québec, dans les régions de Cap Tourmente (sur la Rive-Nord) et de Montmagny (sur la Rive-Sud) que se posent plusieurs dizaines de milliers d'individus de cette espèce. D'ailleurs, Montmagny est surnommée la capitale de l'oie des neiges. Quant au Cap Tourmente, on estime à plus de 75 000 le nombre d'oies qui s'y arrêtent, à l'automne.*

*Au printemps, alors qu'elles migrent vers leur aire de reproduction arctique, les oies s'éparpillent davantage, sur environ 400 km, entre le lac Saint-Pierre (près de Montréal) et Rimouski.*

*Durant ces voyages de migration, les oies parcourent annuellement plus de 8 000 km à une vitesse moyenne de 55 km/heure. L'oie est cependant capable de voler à une vitesse atteignant 95 km/heure.*

## **Migration du printemps**

*C'est au mois de mars que les grandes oies des neiges délaissent leur habitat d'hiver et survolent la Nouvelle-Angleterre vers le Nord. Elles arrivent dans la vallée du Saint-Laurent au début avril et s'y restaurent jusque vers le 25 mai. La population complète de cette espèce est présente ici de la fin avril à la fin mai. Ensuite, elle traverse le centre du Québec pour se rendre dans les îles de l'Arctique.*

## **Migration de l'automne**

*Lorsque les étangs de l'Arctique commencent à geler en septembre, les oies effectuent un périple de 3 000 à 4 000 km pour atteindre le Saint-Laurent vers la mi-octobre. Ici, leur halte dure quelques semaines : le temps de refaire leurs forces avant de reprendre leur voyage vers le Sud. C'est principalement du 5 au 20 octobre qu'on retrouve la plus spectaculaire concentration d'oies sur les rives de notre majestueux fleuve.*

*Bien qu'elles volent en bandes, les oies ne forment que très rarement le « V » caractéristique des bernaches. De plus, leurs battements d'ailes sont plus rapides et moins amples que ceux de la bernache.*

### **Cycle de reproduction**

*La grande oie des neiges niche dans l'est de l'Arctique, la principale colonie étant celle de l'île Bylot (au nord-est de l'île de Baffin) qui est un refuge fédéral d'oiseaux migrateurs. Les oies arrivent sur les lieux de reproduction en Arctique vers le 1<sup>er</sup> juin, et c'est une dizaine de jours plus tard qu'elles y bâtissent leur nid. Généralement placé dans une petite dépression, le nid est fabriqué de mousse, de plantes séchées et de duvet détaché de la poitrine et du ventre de la femelle. Cette dernière pond 4 ou 5 œufs, à raison d'un œuf par jour. Les nids peuvent être très près les uns des autres, à moins de 2 mètres de distance.*

*La couvaison dure 24 jours et, durant cette période, le mâle ne s'éloigne presque jamais à plus de 50 mètres du nid. Quant à la femelle, elle s'en éloigne quelques fois par jour, afin de se nourrir, mais jamais plus de 15 minutes chaque fois.*

*L'éclosion des œufs a lieu à la mi-juillet et les petits quittent le nid une journée après l'éclosion du dernier œuf, afin d'aller se nourrir de plantes. Pesant environ 100 grammes à la naissance, l'oisillon pèse 2 kilos, six semaines plus tard. C'est à cette période qu'il perd son duvet jaune pour un plumage gris, qu'il atteint sa taille adulte et qu'il peut enfin voler.*

*Les oies des neiges se reproduisent à partir de l'âge de 3 ans et les couples sont stables, les partenaires s'accouplant pour la vie. Cette espèce d'oiseau vit en colonies de plusieurs centaines de couples. C'est cependant la famille qui est le groupe social le plus important et les parents s'occupent de leurs petits durant une année.*

*La structure sociale est donc fondée sur le groupe familial constitué des deux parents et des jeunes de l'année. Il arrive que des familles se querellent avec d'autres ou avec des individus non reproducteurs, pour se placer avantageusement sur les aires d'alimentation.*

### **Régime alimentaire**

*La grande oie des neiges est herbivore. Elle se nourrit principalement de racines et de feuilles d'une grande variété de plantes, ainsi que de maïs. Près du fleuve Saint-Laurent, les oies s'alimentent surtout des rhizomes (les racines) du scirpe d'Amérique (une plante semi-aquatique poussant sur les battures). Lors de ces haltes près du fleuve, les oies vont dans les champs – surtout au printemps – afin d'y brouter du trèfle et de l'herbe; mais surtout afin de se régaler des grains d'avoine et de maïs. Durant les années 1960, les oies se nourrissaient presque exclusivement de scirpes, dans les marais. Au fil des ans, elles ont gagné les champs de maïs au printemps, afin de s'y nourrir.*

*En Arctique, leur lieu de nidification, les oies se nourrissent de jeunes pousses de plantes herbives, riches en protéines. L'été, comme il y fait clair 24 heures par jour, l'oie peut manger à tout moment.*

## **Prédateurs**

*Les principaux prédateurs de l'oie des neiges sont le renard arctique et les oiseaux rapaces qui mangent ses œufs. Les renards peuvent s'emparer d'œufs et d'oisons, mais ne sont pas assez forts pour affronter les parents. Quant aux labbes (oiseaux rapaces semblables aux goélands), ils réussissent à manger certains œufs, bien que l'oie les recouvre de duvet avant de quitter le nid.*

## **Chasse et conservation**

*Au début du XX<sup>e</sup> siècle, on estimait à 3 000 oiseaux la population globale de grandes oies des neiges. Leur nombre s'élève maintenant à plus de 800 000. Plusieurs causes sont responsables de cette hausse vertigineuse.*

*D'abord, en 1908, quelques chasseurs ont loué des terres marécageuses au Cap Tourmente, près de Québec. Ils ont alors formé un club de chasse à droits exclusifs, ce qui a assuré un meilleur contrôle des prises à cette importante halte naturelle pour les oies. Ensuite, en 1916, le Canada et les États-Unis ont signé un traité sur les oiseaux migrateurs, rendant illégale la chasse à ces oiseaux, y compris la chasse printanière aux oies des neiges.*

*De plus, la création de refuges où la chasse est interdite, la protection de certains habitats (au Canada comme aux États-Unis), mais surtout la modification des habitudes alimentaires de l'espèce (la fréquentation des champs par les oies) ont contribué à l'augmentation des populations de cet oiseau migrateur.*

*Maintenant, les oies sont si nombreuses, que pour diminuer les effets nuisibles sur les habitats arctiques, les gouvernements canadien et américain permettent, depuis 1999, une chasse printanière de l'oie (en plus de la chasse automnale).*

*On a d'ailleurs constaté que les oies sont moins grosses à leur retour de l'Arctique (étant donné leur trop grand nombre dans les aires d'alimentation), et qu'elles envahissent de plus en plus les terres agricoles lors de leur halte dans la vallée du Saint-Laurent. Ces terres cultivées sont devenues une partie intégrante de l'habitat de cette espèce, tant lors de son passage au Québec que sur son aire d'hivernage aux États-Unis. Même au Cap Tourmente, où les marais à scirpe sont parmi les plus productifs de l'estuaire, les terres cultivées font partie de l'habitat des oies.*

*Un rapport rédigé par des scientifiques canadiens et américains a déjà souligné que la surpopulation de la grande oie des neiges fait peser une lourde menace sur ses habitats et ceux qu'elle partage avec d'autres espèces. Ces experts ont recommandé d'intervenir, afin de stabiliser la population de cet oiseau migrateur.*

*Afin de stabiliser la population d'oies à moins d'un million d'oiseaux, on calcule que les chasseurs devront en prélever 140 000 par année, pendant quelques années (alors que seulement 70 000 étaient prélevées avant l'instauration de la chasse printanière). En fait, ces chercheurs ont proposé que le taux de prélèvement passe de 12 % à 24 % des individus. Ayant depuis longtemps été impliqués dans la gestion de cette ressource faunique, les chasseurs ont accepté de collaborer à ce nouveau plan visant la conservation des habitats de la grande oie des neiges.*

**Cette section est tirée du volume «Faune-Jeunesse – Volet II» produit par Sécurité nature.**



# Conseils pratiques du chef Jean-Luc Boulay

## **Plumaison**

*Avant de procéder à l'éviscération d'un oiseau, il faut de préférence enlever les plumes afin d'éviter de souiller l'intérieur de la carcasse.*

*La méthode du plumage à froid, bien qu'elle soit difficile à réaliser, s'avère idéale lorsque l'on désire conserver la peau de l'oie. Cette technique possède l'avantage de protéger la chair destinée à la congélation ou à la cuisson. L'oiseau se plumera plus facilement immédiatement après sa mort, lorsqu'il est encore chaud; une fois refroidi, la plumaison sera plus ardue à réaliser. Dans ce dernier cas, pour faciliter la tâche, plongez la carcasse dans un bain d'eau bouillante.*

*Une fois les plumes enlevées, il faudra alors flamber avec un chalumeau, les petits duvets qui resteront sur la peau. Il est déconseillé d'utiliser du papier journal enflammé à cette fin, puisque la peau de l'oie prendrait fort probablement une odeur d'encre brûlée. Une autre méthode pour enlever le duvet résiduel consiste à plonger la carcasse de l'oiseau dans une eau bouillante dans laquelle on a fait fondre de la paraffine (3 morceaux pour 6 pintes d'eau) et de retirer la carcasse immédiatement. La cire fondue colle alors au corps de l'oiseau. Durcie, la paraffine s'enlève comme une écale, emportant avec elle le duvet indésirable. Bien entendu, cette opération doit se faire avant l'éviscération de l'oiseau.*

*Il est aussi possible de retirer la peau avec les plumes. Cette méthode est plus rapide et plus facile que la plumaison. Il suffit de décoller la peau autour du corps avec les doigts, en commençant par le jabot, la poitrine et les cuisses. Il faut alors prendre soin de sectionner les pattes, la tête et les ailes. Avec ce procédé, la viande n'aura plus aucune protection et il faudra donc l'envelopper immédiatement avec un emballage adéquat.*

## **Éviscération et abats**

*Lors du transport des oies, il est préférable de les garder entières. Toutefois, celles-ci doivent être éviscérées le jour même de la chasse, surtout par temps chaud, puisque les viscères : foie, cœur et gésier, sont très fragiles et très propices au développement de bactéries. Certains recommandent même d'éviscérer le plus tôt possible les premiers oiseaux tués dans la journée, en particulier si la température est trop chaude, et ce, afin d'accélérer le refroidissement de la chair. Idéalement, il serait approprié de porter des gants de type chirurgical au moment de cette étape.*

*Pour procéder à l'éviscération, inciser avec un couteau entre l'anus et le bréchet, couper la gorge de l'oie, dégager la trachée artère et vider en dégageant le poumon et les viscères. Retirer la vésicule biliaire du foie, qui communiquerait un goût très désagréable à celui-ci. Par la suite, fendre le gésier entre les deux lobes afin d'enlever la nourriture qui s'y trouve. Les abats doivent être consommés le plus rapidement possible ou sinon, ils doivent être congelés immédiatement. Finalement, il est recommandé d'enlever les glandes uropygiales, situées au-dessus de la queue de chaque côté du croupion, car elles peuvent donner mauvais goût lors de la cuisson.*

### **Faisandage**

*Suspendre les oies éviscérées par les pattes dans un endroit frais et sec afin que la viande se repose, s'attendrisse et se bonifie. Ce procédé se nomme le faisandage. Toutes les oies doivent être rassies avant d'être consommées ou congelées. Deux jours sont suffisants pour les jeunes oies de l'année. Quant aux oies adultes, ces dernières nécessitent une période de faisandage d'une durée de quatre jours.*

### **Congélation**

*Il est préférable de congeler les oies après un temps de repos, puisque la congélation n'attendrit pas la viande. L'emballage sous vide demeure la meilleure façon de conserver la viande le plus longtemps possible. Sinon, les oies peuvent être congelées entières, vidées et éviscérées, enveloppées de papier cellophane et ensuite, de papier d'aluminium. Étant donné que la viande doit être décongelée au réfrigérateur, il faut donc prévoir de la sortir la veille de la préparation. Il est important d'éviter de laver la viande qui doit être congelée. Au besoin, essuyer le surplus de sang ou les autres saletés à l'aide d'un chiffon sec.*

### **Conseils culinaires**

*Je ne suis pas un adepte de la marinade, qui à mon avis peut dénaturer le goût du gibier. La marinade était surtout utilisée au siècle dernier, afin de conserver le gibier plus longtemps. Cependant, la marinade est encore employée pour attendrir les oies plus âgées. Il en existe trois sortes : crue, cuite, et sèche.*

*Les jeunes oies se cuisinent comme une viande rouge. Les poitrines peuvent être cuites entières ou coupées en tranches et la cuisson idéale est rosée, 65 °C à cœur.*

*Les cuisses peuvent être confites ou servir à la confection de terrines, pâtés, saucisses ou plats mijotés. La carcasse, le cou et les ailerons serviront à réaliser les bouillons, les consommés, les sauces et les jus qui rehausseront le goût de l'oie. Les abats, cœur et gésier seront confits ou incorporés dans les différentes farces.*

*Jean-Luc Boulay*

*Chef et co-propriétaire du restaurant Le Saint-Amour*

### **Conseil pratique de Michel Huot**

*Les poitrines et les cuisses de l'oie des neiges ne sont pas de même nature et ne peuvent pas être cuites ensemble, sauf dans un ragôut.*

# Remerciements

*Ce livre de recettes entièrement consacré à l'oie des neiges se veut une réussite basée sur le travail bénévole de plusieurs personnes qui marient chasse et art culinaire en général. Les recettes furent obtenues de chasseurs et d'amateurs de sauvagine, tout comme de grands chefs dont le nom figure parmi les plus connus au Québec et ailleurs. Ces personnes ont mis en commun leurs connaissances et leur temps pour offrir aux Québécois cet ouvrage. Elles sont :*

- *Monsieur Serge Dulac, membre de longue date de la Fédération et déjà auteur du livre de recettes des sauvaginiens du lac Saint-Pierre. Monsieur Dulac a assuré la recherche et la classification des données dans le projet de création d'un livre de recettes entièrement voué à l'oie des neiges.*
- *Monsieur Jean-Luc Boulay, chef et co-propriétaire du restaurant Le Saint-Amour, qui nous a offert sa précieuse collaboration et ses excellents conseils.*
- *Monsieur Jean-Paul Grappe, de l'Institut de technique hôtelière du Québec (ITHQ), chef reconnu et auteur. Monsieur Grappe a généreusement offert ses recettes.*
- *Monsieur Michel de Courval, pour ses conseils et pour avoir aimablement contribué à l'ouvrage avec sa recette spéciale.*
- *Monsieur Marcel Bouchard, chef et propriétaire de l'Auberge des 21, qui a également collaboré à cet ouvrage en nous offrant des recettes d'une grande qualité.*
- *Le Café du Monde qui nous a transmis d'excellentes idées culinaires.*
- *Le livre de recettes de sauvagine du Regroupement des sauvaginiens du lac Saint-Pierre dans lequel nous avons puisé des recettes de Michel Vallières et de Louise Veilleux de Baie-du-Febvre, ainsi que celle de Jean Trépanier de Saint-Étienne-des-Grès.*
- *Monsieur Alain Cossette de Saint-Augustin-de-Desmaures qui a gracieusement offert la viande d'oie, afin de faire la dégustation de nos recettes.*
- *Tous les membres de la Fédération et nos partenaires qui ont fourni leurs recettes personnelles et éprouvées.*
  - *Pascal Alarie, Charlesbourg*
  - *Mario Aubin, Blainville*
  - *Daniel Baril et Lyne Jolivet, Rouyn-Noranda*
  - *Bernard Beaudin, Québec*
  - *Todd Bending, Cambridge, Ontario*
  - *Aurèle Blais, Alma*
  - *Carmen Boivin, Clermont*
  - *Marcel Bouchard, lac Saint-Pierre*
  - *Michel Bouchard, Association des sauvaginiens du Saguenay-Lac-Saint-Jean*
  - *Alain Cossette, Saint-Augustin-de-Desmaures*
  - *Julien Cabana, Journal de Québec*
  - *Louise Faucher, Cap Saint-Ignace*

- *Clément Fortin, Tewkesbury*
- *Nancy Fradet, Jonquière*
- *Jean-Yves Gagnon, Saguenay*
- *Merlo Gauvreau, Charlesbourg*
- *Denis Goupil, Daveluyville*
- *Lucien Gravel*
- *Lucie Hamel, Cap Rouge*
- *Michel Huot, Québec*
- *André Juneau, Daveluyville*
- *Roger Lachance et Doris B. Lachance, Montmagny*
- *Ronald Leclerc, Saint-Eustache*
- *François Légaré, Charlesbourg*
- *Nicole Levesque, Trois-Rivières*
- *Donald Martel, Jonquière*
- *Marc Plourde, Fédération des pourvoiries du Québec*
- *Réserve nationale de la faune du Cap Tourmente*
- *Gilles Shooner, Loretteville*
- *Serge Tanguay, Québec*
- *Daniel Thibodeau, Québec*
- *Guy Vézina, L'Ange-Gardien*
- *André Villeneuve, responsable du PESCOF Centre du Québec*

- *Stéphanie Boucher, Alain Cossette et Annie Guertin pour l'excellent travail accompli, dont la coordination dans la conception et la publication de ce livre.*

*Ce livre est avant tout le travail de bénévoles et de passionnés de la nature.*

*Merci à tous pour votre collaboration!*



Bouchées,  
entrées, soupes,  
accompagnements  
et conserves



## Bouchées d'oie à la Teriyaki

### Ingrédients

2 poitrines d'oie coupées en cubes de 1 pouce  
1/2 tasse de sauce Teriyaki VH  
1 c. à table de sauce soya VH  
1 c. à table d'huile de tournesol  
1 1/2 c. à table de gingembre frais, haché finement  
8 à 10 tranches de bacon, coupées en deux  
16 à 20 morceaux d'ananas

### Préparation

- Combiner les 5 premiers éléments dans un sac Ziploc et laisser mariner pendant une heure ou plus, en retournant le sac à toutes les 15 minutes
- Placer 1 cube d'oie et 1 morceau d'ananas sur un morceau de bacon
- Enrouler le tout et fixer avec un cure-dent
- Placer les bouchées sur une tôle à biscuits et faire cuire au four à « griller » (broil) pendant 10 à 12 minutes (jusqu'à ce que le bacon soit croustillant)

*Tirée du livre Recettes de sauvagine  
du Regroupement des sauvaginaires du lac St-Pierre*

*Adaptée d'une recette de Michel Vallières et de Louise Veilleux  
Baie-du-Febvre*



*S'accompagne bien d'un vin blanc savoureux  
moyennement corsé ou d'un vin rosé*

suggestions

- France, Vallée du Rhône, Tavel (rosé)
- France, Alsace, Tokay-pinot gris
- France, Vallée du Rhône, Saint-joseph (blanc)

## Billettes d'oie des neiges au calvados

### Ingrédients

2 kg de viande d'oie coupée en cubes  
600 g de gras de flanc de porc en cubes  
500 g de porc haché  
2 pommes pelées et coupées en petits morceaux  
2 oignons jaunes coupés en petits morceaux  
35 ml de calvados  
1 feuille de laurier  
1/2 c. à thé d'estragon frais  
1/2 c. à thé de thym frais  
Sel et poivre  
Sachet de gélatine

### Préparation

- Jeter le flanc de porc dans une casserole pour le faire fondre
- Ajouter l'oignon, la chair d'oie et le porc haché
- Laisser cuire pendant quelques minutes
- Ajouter les pommes, le calvados, les herbes, le sel et le poivre
- Laissez cuire lentement pendant au moins 6 heures
- Brasser de temps en temps
- Retirer du feu et laisser refroidir sur le comptoir
- Lorsque le tout commence à figer, mettre dans un moule rectangulaire et placer au réfrigérateur
- Préparer le sachet de gélatine et verser sur le tout

*Serge Tanguay  
Québec*



*S'accompagne bien d'un vin rouge léger à moyennement  
corsé avec des notes fruitées*

suggestions

- Italie, Vénétie, Valpolicella
- Italie, Vénétie, Bardolino
- France, Vin de pays, Merlot



## Rillettes d'oie

### Ingrédients

Oie et porc en quantité égale : porc gras dans l'épaule + panne de porc\* (100 g/kg de viande)  
1 litre de vin blanc sec  
3 branches de thym  
3 feuilles de laurier  
1 c. à thé de paprika  
1 c. à thé de poudre de 4 épices (ou piment de la Jamaïque - un équivalent)  
1 c. à thé de muscade râpée  
1 petite poignée de gros sel  
Sel (15g/kg de chair hachée)  
Poivre en grains, moulu  
8 gousses d'ail

### Préparation

- Partager l'oie en morceaux grossiers de 4 cm x 4 cm, ainsi que le porc
- Déposer tous ces morceaux dans une grande marmite, ajouter le vin blanc, le thym, le laurier, le gros sel
- Faire cuire à feu doux pendant 3 h 30. Surveiller la cuisson afin que le liquide ne s'évapore pas (au besoin, ajoutez un peu d'eau)
- Travailler ensemble, à la fourchette, les chairs d'oie et le lard et défaire en filaments. Si les chairs vous paraissent sèches, ajoutez une partie du bouillon et son gras, et mélanger
- Peser les rillettes et saler selon leur poids, ajouter le poivre, le paprika, les 4 épices, la muscade et l'ail
- Mettre à nouveau sur le feu de 30 minutes à une heure
- Lorsque la cuisson est terminée, verser dans des plats de plastique. Couvrir d'une mince couche de saindoux
- Laisser refroidir, couvrir et laisser reposer 24 heures au réfrigérateur avant de congeler

\* **panne** : couche épaisse de graisse qui entoure certaines parties de la carcasse du porc, surtout les rognons et le filet.

Bernard Beaudin  
Québec



*S'accompagne bien d'un vin rouge léger  
à moyennement corsé avec des notes fruitées*

suggestions

- France, Beaujolais, Morgon
- France, Bourgogne, Bourgogne (rouge)
- France, Sud-Ouest, Buzet

## Entrée de salade d'oie tiède

### Ingrédients

Poitrines d'oies désossées  
1/2 tasse d'huile d'olive  
1/2 tasse de vin rouge  
1 gousse d'ail  
1/2 cuillère à thé de thym  
1/2 cuillère à thé de romarin  
Sel et poivre

### Préparation

- Faire mariner les poitrines 12 heures
- Saisir sur le grill rapidement quelques minutes de chaque côté pour garder la viande rosée au centre

Couper en fines tranches et présenter sur une salade de mesclun avec un filet d'huile d'olive.

Pascal Alarie  
Charlesbourg



## Mousse de foie d'oie au sortilège

### Ingrédients

1 livre de foie d'oie  
1/2 de tasse de sortilège\*  
Sel et poivre  
1/2 citron  
8 c. à soupe d'oignon râpé  
3 gousses d'ail haché  
4 c. à soupe de persil haché  
2 c. à table de pesto  
2 c. à thé de fructose  
(ou 4 c. à thé de sucre)  
1/2 livre de beurre

### Préparation

- Parer les foies et laisser macérer avec 1/4 de tasse de sortilège
- Égoutter
- Cuire les foies dans une casserole avec un peu de beurre à feu doux, jusqu'à ce qu'ils soient rosés
- Retirer les foies et réserver
- Ajouter l'oignon, l'ail, le persil, le fructose, le sel, le poivre et le pesto et cuire 5 minutes à feu doux dans la même casserole
- Égoutter, y ajouter les foies et passer le tout au robot culinaire jusqu'à ce que la texture soit lisse et mousseuse
- Quand le mélange est tiède, ajouter 1/4 de tasse (ou plus au goût) de sortilège et le reste du beurre
- Amalgamer le tout à l'aide du robot
- Réfrigérer au moins 2 heures avant de déguster
- Servir sur pain maison, biscotte ou croûton

### Se congèle très bien.

\***Sortilège** : liqueur du terroir québécois. Elle est issue d'un mélange de whisky canadien et de sirop d'érable

Lucie Hamel  
Cap Rouge



*S'accompagne bien d'un vin rouge aux arômes dominés par les fruits*

## suggestions

- Italie, Toscane i.g.t., Sangiovese
- France, Val de Loire, Bourgueil, chinon
- France, Beaujolais, Fleurie

## Poitrines d'oie fumée

### Ingrédients

Désosser les 8 poitrines et mettre en saumure épicée soit :  
1/2 tasse de gros sel  
1 pincé de thym, de sarriette et de marjolaine  
10 tours de moulin à poivre

Laisser saumurer au frigo durant 24 heures

1/2 tasse de moutarde de Meaux (à l'ancienne)

### Préparation

- Essuyer après cette période le surplus et assécher quelques heures dans un torchon sec
- Étendre la moutarde sur les poitrines de façon uniforme (1/2 tasse)
- Fumer dans un fumoir à chaud de type boucanier durant 2 heures ou dans un fumoir à froid durant 2 jours
- Réfrigérer 4 jours avant de servir en tranches aussi minces que possible en ajoutant un filet d'huile d'olive

**Peut aussi accompagner une salade avec la vinaigrette de votre choix**

Marcel Bouchard  
Auberge des 21  
La Baie





## Poitrine d'oie des neiges fumée

### Ingrédients

Poitrines de jeunes oies des neiges  
(les poitrines des oies plus vieilles  
ne sont pas assez tendres)

Gros sel non iodé

Cassonade

### Préparation

- Retirer la peau et laisser vieillir les poitrines 3 jours au réfrigérateur
- Par la suite, saumurer 6 à 10 heures au réfrigérateur. Pour ce faire, utiliser à part égale du gros sel non iodé et de la cassonade
- Couvrir de la moitié de ce mélange et en une mince couche, le fond d'un plat en acier inoxydable ou en plastique
- Déposer les poitrines et saupoudrer l'autre moitié du mélange sur celles-ci
- Passer les poitrines à l'eau froide pour enlever la saumure
- Les éponger et les déposer dans le fumoir préalablement chauffé. De préférence, utiliser un bois de fruitiers. Sinon, du chêne, de l'érable ou de l'aulne. Ajuster votre temps de fumage en fonction de la température de votre fumoir. Par exemple, aux environs de 325 °F, compter 2 heures. Le fumage devrait les amener à une cuisson proche de médium
- Emballer individuellement et congeler. Gardées à -20 °C, elles pourront se conserver un an
- Pour les servir, couper vos poitrines lorsqu'elles sont froides, en tranches très minces. Puis, les laisser prendre la température de la pièce.
- Étaler les tranches dans l'assiette et les accompagner d'une mayonnaise de votre choix

Bernard Beaudin  
Québec



*S'accompagne bien d'un vin rouge souple avec des notes légèrement boisées*

## suggestions

- États-Unis, Californie, Merlot
- Italie, Toscane i.g.t., Sangiovese
- France, Vallée du Rhône, Costières-de-nîmes, côtes-du-rhône-villages

## Sauce du diable

### Ingrédients

2 tasses d'oignon haché

1 tasse de ketchup

1/2 tasse d'eau

3 c. à table de sauce soya

2 c. à table de sucre à glacer

Sel et poivre

2 c. à table de sauce Worcestershire

2 c. à table de vinaigre

6 c. à table d'huile

1 gousse d'ail

1 c. à table de fécule de maïs

1 c. à thé de moutarde sèche

### Préparation

- Faire bouillir de 20 à 30 minutes à feu doux

**Note :** mettre en cruchon lorsqu'on cuisine en grande quantité. Dévisser de 3/4 de tour le couvercle et faire bouillir à 350 °F. Sortir et serrer le couvercle et tourner le cruchon du côté du couvercle pour ne pas que ça colle au fond.

Même technique au micro-ondes : le couvercle ne réagit pas au micro-ondes.

Aurèle Blais  
Alma



## Won-tons d'oie avec une sauce aigre-douce

### Ingrédients

#### Pour la sauce

- 6 c. à table de jus d'ananas
- 2 c. à table de sucre brun
- 2 c. à table de sauce hoisin
- 1 c. à table de vinaigre de vin de riz
- 2 c. à thé de fécule de maïs

#### Pour les won-tons

- 225 g de viande d'oie, coupée en cubes ou hachée
- 225 g de fromage à la crème, ramolli
- 1 c. à thé de raifort préparé
- 2 oignons verts, hachés grossièrement
- 1 paquet de 454 g d'enveloppes de won-tons
- Huile d'arachide ou de canola pour la friteuse

### Préparation

#### La sauce

- Dans un petit bol, mélanger le jus d'ananas, le sucre brun, la sauce hoisin, le vinaigre et la fécule de maïs
- Faire chauffer au four à micro-ondes à intensité élevée (700 watts) environ une minute, ou jusqu'à ce que la sauce commence à bouillir et épaississe un peu
- Mettre de côté (la sauce est meilleure à la température de la pièce)

#### Les won-tons

- Dans un robot culinaire, mélanger la viande d'oie, le fromage à la crème et le raifort
- Apprêter jusqu'à ce que le mélange soit haché grossièrement, en arrêtant et en activant 1-2 secondes à la fois, 4 à 5 fois
- Quand cela est terminé, ajouter l'oignon vert haché grossièrement et mélanger à la main
- Placer les enveloppes de won-tons sur une planche à découper, 4-5 à la fois
- Mettre 1 c. à thé de garniture dans le centre de chaque
- Humecter légèrement les bords des enveloppes
- Puis plier en deux, coin à coin, pour former un triangle
- Plier les bouts longs ensemble, humecter les coins et presser pour sceller
- Répéter jusqu'à ce que le tout soit terminé
- Préchauffer l'huile de la friteuse (pour de meilleurs résultats, la température devrait se situer autour de 375 °F)
- Faire cuire les won-tons en lots, en évitant d'en avoir trop à la fois, jusqu'à ce qu'ils soient croustillants et brun doré, environ 2 minutes, en retournant une fois pour brunir uniformément
- Assécher sur des essuie-tout alors que vous faites cuire le prochain lot
- Pour servir, tremper dans la sauce aigre-douce

#### Donne environ 60 won-tons

**Note :** vous pouvez soit emplir et plier les won-tons et les garder réfrigérés jusqu'à ce que vous soyez prêts à les cuire et à les manger, ou seulement aller jusqu'au bout et maintenir les won-tons finis dans un four à 250 °F jusqu'à une heure.

Serge Dulac  
Trois-Rivières-Ouest



*S'accompagne bien d'un vin blanc léger à mi-corsé*

suggestions

- France, Bordeaux, Bordeaux, entre-deux-mers
- France, Vin de pays, Sauvignon blanc
- États-Unis, Californie, Sauvignon blanc



## Oie dans des paniers phyllo

### Ingrédients

- 1/4 de tasse de beurre
- 2 c. à table d'oignon, haché finement
- 1 gousse d'ail, haché finement
- 115 g de viande d'oie, hachée finement
- 55 g de champignon shitaki (ou morilles)
- 2 c. à table de Madère
- 1 c. à table de farine
- 1/4 de tasse de crème épaisse
- 1/4 c. à thé de sel
- Pâte phyllo (dégelée 12 heures à l'avance, dans le réfrigérateur)

### Préparation

- Dans une grande casserole, faire fondre le beurre sur un feu moyen
- Faire sauter l'oignon et l'ail jusqu'à ce qu'ils soient attendris, environ 2 minutes, puis ajouter la viande d'oie, les champignons et le Madère, en faisant cuire jusqu'à ce que la casserole soit presque sèche
- Saupoudrer la farine sur les champignons, et faire sauter jusqu'à ce que la farine disparaisse
- Ajouter la crème et le sel, en brassant constamment et continuer à cuire jusqu'à ce que la crème soit absorbée
- Enlever la chaleur et laisser refroidir à la température de la pièce
- Tout ceci ne devrait pas prendre plus de 8-10 minutes
- Sur un comptoir plat et non chauffé, développer 1 ou 2 feuilles de pâte et couper en carrés de 7,5 cm
- Couvrir le reste avec une pellicule en plastique pour conserver l'humidité
- Préchauffer le four à 350 °F
- Empiler 4 de ces carrés, chaque couche brossée avec du beurre (ou légèrement aspergée d'huile) les uns sur les autres
- Placer 1 c. à thé de mélange champignon-oie dans le centre de chaque carré
- Replier les coins et tortiller (il n'y a pas besoin de sceller, elle restera en place)
- Mettre sur une tôle à biscuits et couvrir les carrés prêts pour le four avec une pellicule de plastique pour conserver l'humidité
- Cuire jusqu'à ce que la pâte phyllo soit juste dorée, de 12 à 15 minutes
- Enlever de la tôle à biscuits (utiliser une spatule si nécessaire) et laisser refroidir 10 minutes sur une tablette de refroidissement de gâteau en treillis métallique avant de servir

**Donne environ 40 carrés**

Serge Dulac  
Trois-Rivières-Ouest



*S'accompagne d'un vin blanc corsé et boisé*

suggestions

- États-Unis, Californie, Chardonnay
- Chili, Chardonnay
- Australie, Chardonnay



## Galantine à l'oie, au poulet et au porc

### Ingrédients

3 poitrines d'oie  
3 cuisses de poulet  
3 tranches de rôti de porc cuit  
(1/2 pouce d'épaisseur)  
1 oignon moyen haché  
1 gros os de bœuf  
1 sachet de gélatine Knox  
sans saveur  
Sel et poivre  
Laurier

### Préparation

- Faire bouillir les 3 cuisses de poulet jusqu'à ce que la viande se pique facilement avec une fourchette
- Enlever la peau et les os et faire bouillir pendant 2 heures en ajoutant un gros os de bœuf : assaisonner de sel, de poivre et de laurier
- Couler ce bouillon
- Faire des émincés d'oie (1/4 de pouce d'épaisseur) et faire rôtir l'oie dans la poêle
- Couper avec un hachoir (ou robot) le porc, l'oie, le poulet et les oignons; mélanger le tout en y ajoutant le bouillon de poulet
- Laisser mijoter pendant environ 5 minutes à feu moyen en y ajoutant la gélatine sans saveur que vous avez délayée dans de l'eau froide
- Déposer le tout dans un plat et laisser refroidir à la température de la pièce pendant 1 heure
- Conserver au réfrigérateur pendant quelques heures

Donne environ 20 portions

*Tirée du livre Recettes de sauvagine  
du Regroupement des sauvagiers du lac St-Pierre  
Jean Trépanier  
Saint-Étienne-des-Grès*



*S'accompagne bien d'un vin rouge léger*

suggestions

- France, Beaujolais, Brouilly
- France, Bourgogne, Passe-tout-grain
- Italie, Vénétie, Valpolicella

## Bouillon à fondue chinoise

### Ingrédients

4 oignons de grosseur moyenne  
2 boîtes de consommé de bœuf  
2 boîtes d'eau  
1/2 bouteille de vin rouge  
3 c. à table de Bovril  
2 feuilles de laurier  
3 gousses d'ail entières  
3 c. à table de sauce chili  
Poivre au goût

### Préparation

- Faire revenir les oignons dans le beurre et ajouter les autres ingrédients
- Laisser mijoter

*Merlo Gauvreau  
Charlesbourg*



## Pâté d'oie et de faisán

### Ingrédients

2 oies  
4 faisans  
1 c. à table de sel  
1 pincée de farine  
1 pincée de thym  
1 feuille de laurier  
2 branches de céleri  
2 oignons coupés en morceaux  
4 carottes en morceaux  
2 gousses d'ail  
Eau  
1 1/2 tasse de farine  
1 1/2 tasse de beurre  
5 à 6 tasses de bouillon

### Pâte

5 tasses de farine  
3 c. à thé de sel  
1 c. à thé de vinaigre  
1 livre de shortening  
1 œuf  
1 tasse d'eau froide

### Préparation

- Placer les oies, les faisans, la farine, les herbes et les légumes dans un chaudron et recouvrir d'eau
- Faire cuire à feu doux 1 heure ou jusqu'à ce que la viande se détache des os
- Couper la viande en petits morceaux et mettre de côté
- Réduire le bouillon à approximativement 6 tasses
- Tamiser le bouillon
- Faire fondre le beurre
- Ajouter la farine et brasser
- Ajouter le bouillon chaud et brasser jusqu'à la consistance désirée
- Ajouter les morceaux de viande à la sauce
- Préparer la pâte et la placer dans des assiettes allant au four
- Y déposer la sauce et recouvrir d'une pâte
- Cuire immédiatement au four à 450 °F pendant 30 minutes, ou congeler et cuire au four à 375 °F pendant environ 1 heure, pour bien cuire la pâte du fond

**Donne environ 25 petits pâtés de 3 pouces**

**Note :** les étapes du bouillon et de la sauce peuvent être faites la veille, mais la pâte ne doit pas être faite à l'avance.

Nicole Levesque  
Trois-Rivières



*S'accompagne bien d'un vin blanc assez corsé avec des notes épicées ou un rouge léger*

## suggestions

- France, Alsace, Tokay-pinot gris
- France, Val de Loire, Saumur (rouge)
- France, Beaujolais, Beaujolais-villages

## Conserves d'oie sauvage à Roger

### Ingrédients

Bien nettoyer les poitrines d'oies : ça prend environ 2 poitrines pour des pots de 500 ml  
Couper les poitrines en gros cubes et mettre dans un pot Masson  
Ajouter 1 tranche d'oignon par-dessus la viande  
1/4 c. thé de sel  
1/4 c. thé de poivre  
Environ 10 petits cubes de lard salé

### Préparation

- Fermer le pot hermétiquement
- Déposer les pots dans un grand chaudron rempli d'eau à égalité du dessous du couvercle du pot Masson
- Faire bouillir pendant 4 heures
- Ajouter de l'eau chaude au besoin pour que l'eau soit toujours à égalité du dessous du couvercle

Roger Lachance et Doris B. Lachance  
Montmagny

Mêmes suggestions de vins que « Conserves d'oie des neiges à la façon de grand-mère »



## Conserves d'oie des neiges à la façon de grand-mère

### Ingrédients

2 c. à table de beurre  
2 c. à table d'huile d'olive  
6 oies découpées en morceaux  
(dans mon cas, je retire les  
poitrines)  
300 g de gras de porc coupé en  
cubes  
2 oignons coupés en rondelles  
2 tasses d'eau  
Sel et poivre  
Pots de conserve et couvercles  
neufs

### Préparation

- Dans une casserole, faire revenir l'oignon dans le beurre et l'huile.
- Saisir les morceaux d'oies sur toutes leurs faces
- Ajouter le porc, l'eau, le sel et le poivre, et faire mijoter jusqu'à ce que la viande se détache des os
- Retirer du feu
- Passer au chinois afin de conserver le jus de cuisson
- Séparer la viande et les os
- Bien tasser la viande dans les pots jusqu'au trois quarts
- Couvrir du jus de cuisson
- Sceller

Serge Tanguay  
Québec



*S'accompagne bien d'un vin blanc moyennement corsé ou vin rouge moyennement corsé*

suggestions

- États-Unis, Californie, Chardonnay
- France, Bordeaux, Bordeaux (rouge)
- France, Languedoc-Roussillon, Minervois (rouge)

## Soupe aux abats d'oie

### Ingrédients

6 tranches de bacon  
1 c. à soupe de beurre  
1 livre d'abats mélangés (cœur, gésier  
et foie d'oie)  
1 gros oignon jaune haché grossièrement  
3 branches de céleri haché grossièrement  
2 carottes coupées en tranches  
1 pomme de terre moyenne coupée  
en dés  
6 tasses d'eau  
2 boîtes de consommé de bœuf  
1 1/2 tasse de nouilles mélangées  
Sel et poivre  
1 c. à soupe de persil séché

### Préparation

- Couper les abats en dés
- Dans un chaudron, faire revenir le bacon et ajouter 1 c. à soupe de beurre
- Ajouter les abats et les faire dorer
- Ajouter graduellement les légumes et mélanger le tout
- Par la suite, ajouter l'eau, le consommé de bœuf, le sel et le poivre (au goût), le persil séché et faire cuire jusqu'à ébullition
- Ajouter les nouilles et laisser mijoter jusqu'à ce qu'elles soient cuites

### Donne 6 portions

Tirée du livre Recettes de sauvagine  
du Regroupement des sauvaginiens du lac St-Pierre  
Michel Vallières  
Baie-du-Febvre



*S'accompagne bien d'un vin rouge léger car cette soupe fait guise de repas*

suggestions

- France, Languedoc-Roussillon, Minervois
- France, Beaujolais, Brouilly, beaujolais-villages
- France, Bourgogne, Bourgogne rouge



## *Soupe du chasseur d'oie*

Cette soupe, lorsque transportée dans un contenant de type thermos sur les lieux de chasse, est parfaite pour vous réchauffer. Elle est aussi très appréciée des chasseurs qui rentrent de la chasse après une journée pluvieuse et froide.

### **Ingrédients**

Abats au choix de 2 oies (cœur, gésier, foie)  
2 poitrines d'oie  
2 litres d'eau  
4 oz de concentré Bovril au poulet  
2 gros oignons espagnols  
5 branches de céleri  
12 oz de jus V8  
1 tasse de riz  
1/2 tasse de vermicelle  
Sel et poivre noir  
Poudre de cari  
Paprika

### **Préparation**

- Dans un grand chaudron, mettre deux litres d'eau et 4 oz de Bovril au poulet
- Ajouter 12 oz de V8
- Verser les oignons et le céleri grossièrement hachés
- Ajouter le riz et le vermicelle
- Faire bouillir jusqu'à ce que les oignons et le céleri commencent à être tendres
- Réduire la chaleur
- Verser les abats et les poitrines d'oie coupées en dés, couvrir le chaudron et laisser mijoter pendant une heure
- Ajouter le sel, le poivre et les épices au goût pour que le mélange soit légèrement piquant

### **Déguster très chaud**

**Note :** une fois refroidie, la soupe deviendra épaisse, car les liquides sont absorbés par les pâtes et le riz. Ce qui rend cette soupe intéressante, c'est qu'elle devient une base de bouillon, lorsque vous y ajoutez de l'eau.

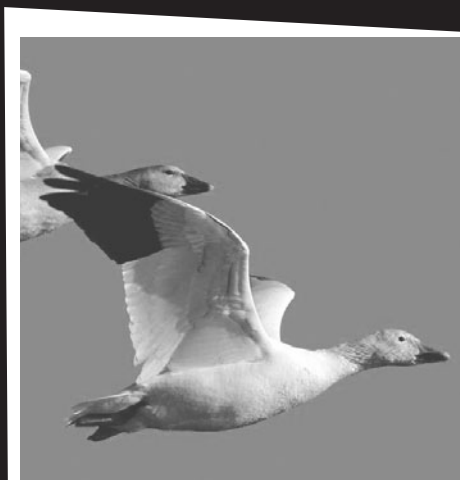
*Marcel Bouchard  
Lac Saint-Pierre*



*S'accompagne bien d'un vin blanc moyennement corsé température de service 10 °-12 °C*

suggestions

- Italie, Vénétie, Soave-classico
- France, Bourgogne, Mâcon
- France, Vallée du Rhône, Condrieu ou vin de cépage viognier



## Plats de résistance

Oies entières, cuisses,  
poitrines, abats et en pâté



## Plats de résistance



### *Oie sauvage*

#### **Ingrédients**

- 4 oies
- 2 gros oignons en tranches
- 1/2 tasse de brandy
- 3 tasses de vin rouge
- 2 branches de persil
- 1/2 c. à thé de thym sec
- 2 feuilles de laurier
- 1/4 de livre de porc salé en dés
- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- 2 gousses d'ail
- 1/2 livre de champignons frais

#### **Préparation**

- Couper les oies en quatre et les laver
- Dans un bol en verre, mariner viande, légumes, vin et herbes
- Couvrir et laisser reposer au réfrigérateur pour la nuit
- Frir le lard salé dans l'huile d'olive
- Retirer les lardons et les réserver
- Faire revenir les quartiers d'oie
- Dans une cocotte, placer la viande et la marinade
- Couvrir et faire mijoter 2 heures à feu doux
- Ajouter les champignons et les lardons 1/2 heure avant de servir
- Épaissir la sauce si désiré

Clément Fortin  
Tewkesbury



*S'accompagne bien d'un vin rouge moyennement corsé à corsé*

suggestions

- France, Sud-Ouest, Cahors
- Argentine, Malbec
- Australie, Shiraz

### *Oie des neiges aux pommes sur tapis d'oignons*

#### **Ingrédients**

- 1 oie des neiges complète sans la peau
- 1/4 lb de bacon
- 3 pommes rouges en cubes
- 2 gros oignons tranchés
- 1/4 litre de vin rouge
- 1/2 c. à thé d'herbe de Provence
- Sel et poivre au goût

#### **Préparation**

- Tapiser le fond de la marmite avec les 2 gros oignons tranchés
- Sur le tapis d'oignons déposer l'oie farcie de pommes rouges en cubes
- Étendre les tranches de bacon sur le dessus de l'oie en prenant soin de la couvrir entièrement
- Ajouter ensuite le vin, les herbes de Provence, le sel et le poivre
- Mettre au four à 325 °F pour un minimum de trois heures

Guy Vézina  
L'Ange-Gardien



*S'accompagne bien d'un vin rouge moyennement corsé à corsé*

suggestions

- Italie, Toscane, Chianti classico riserva
- Argentine, Malbec
- France, Provence, Côtes-de-provence



## Plats de résistance

### *L'oie des neiges surprise*

Il existe des recettes très élaborées, et aux mérites culinaires indiscutables. Toutefois, il arrive que ces savantes mixtures soient compliquées et difficiles à réussir pour le néophyte, et que les résultats ne soient pas toujours ceux promis par l'auteur. Voici une recette à sa plus simple expression qui aura le mérite, je vous le garantis, d'ajouter le titre de « grand chef » à celui de grand chasseur, dans l'esprit de vos invités.

#### **Ingrédients**

2 oies entières (écorchées, car il est très difficile de plumer une oie)

1 boîte de poires en conserve coupées en moitiés

3 oz de beurre

1 verre d'eau

Sel et poivre

#### **Préparation**

Se lever à l'heure des chasseurs et avant de partir pour la chasse du matin :

- Dans une lèchefrite, coucher les deux oies
- Insérer les poires dans les parois abdominales des oies
- Verser le jus des poires dans la lèchefrite
- Badigeonner les oies avec le beurre
- Ajouter l'eau
- Saler et poivrer

**Simple? Ce n'est pas tout, voici le secret : cuire au four à 150 °F pendant 8 heures minimum.**

**Augmenter la température à 350 °F pour 15 minutes, avant de servir avec du riz pilaf, ou des nouilles.**

**La surprise? Les oies seront tendres et juteuses et les poires délicieuses.**

*Marcel Bouchard  
Lac Saint-Pierre*



*S'accompagne bien d'un vin blanc moyennement corsé à corsé*

## suggestions

- France, Bourgogne, Mercurey
- États-Unies, Californie, Chardonnay
- France, Alsace, Tokay-pinot gris

### *Oie farcie à Doris*

#### **Ingrédients**

1 oie

6 pommes moyennes coupées en quartiers

2 verres de cognac

2 c. à table de moutarde sèche

Sel et poivre au goût

Thym, feuille de laurier, persil (au goût et facultatif)

#### **Préparation**

- Bien nettoyer l'oie et déposer dans une terrine
- Mélanger les pommes, le sel et le poivre
- Farcir l'oie avec la moitié de ce mélange, et fermer l'ouverture à l'aide de brochettes
- Étendre le reste du mélange sur l'oie
- Faire un mélange avec du beurre, de la moutarde et un peu de farine. Disposer sur l'oie
- Ajouter les épices au goût
- Cuire 3 h 1/2 à 350 °F et arroser souvent, ne pas couvrir si elle a tendance à sécher
- Pendant la cuisson, ajouter un verre d'eau et un verre de cognac

*Roger Lachance et Doris B. Lachance  
Montmagny*

## Plats de résistance



# L'oie du Cap Tourmente

### Ingrédients

1 oie  
2 carottes hachées finement  
2 branches de céleri haché  
1 oignon haché  
3 c. à soupe de beurre  
8 grains de poivre  
2 pommes coupées en morceaux  
1 feuille de laurier  
1 pincée d'épices (herbes variées)  
1/2 c. à thé de sel  
1/2 chopine de crème 35 %  
2 c. à table de farine  
1 c. à thé de moutarde forte  
Jus de citron  
4 oz de vin blanc sec  
1 paquet de champignons frais  
1/2 c. à thé de sucre  
1 tasse de fond de viande  
ou de consommé de bœuf

### Préparation

- Chauffer le four à 350 °F
- Dans une cocotte, faire revenir dans le beurre, les carottes, le céleri et l'oignon
- Ajouter le poivre, la feuille de laurier, le sucre, les épices et le fond de viande
- Placer l'oie assaisonnée au milieu de la cocotte
- Mettre au four et laisser cuire en arrosant souvent
- Lorsqu'elle est cuite, l'enlever de la cocotte et la garder à la chaleur
- Sur le feu, faire chauffer la sauce et ajouter la crème dans laquelle vous aurez délayé la farine
- Ajouter la moutarde et le jus de citron
- Passer la sauce au mélangeur (robot culinaire ou, si vous n'en possédez pas, prenez simplement un mélangeur électrique) et remettre sur le feu
- Faire revenir les champignons dans un peu de beurre et les ajouter à la sauce
- Ajouter le vin blanc
- Vérifier l'assaisonnement

**Vous pouvez flamber l'oie avec un peu de cognac, au moment de servir**



*Réserve nationale de la faune du Cap Tourmente*

*S'accompagne bien d'un vin blanc moyennement corsé avec une texture assez grasse et un vieillissement en fûts de chêne*

## suggestions

- France, Bourgogne, Meursault
- France, Bordeaux, Pessac-léognan
- France, Vallée du Rhône, Châteauneuf-du-pape (blanc)

## Steak d'oie

### Ingrédients

Poitrines d'oie  
Poivre  
Cognac  
Sauce au vin ou au poivre

### Préparation

- Prendre les poitrines d'oie, les couper en tranches minces d'environ 1/4 de pouce d'épaisseur et les faire cuire comme un steak dans une poêle
- Ajouter du poivre et flamber au cognac
- Servir avec une sauce au vin ou une sauce au poivre
- Les cuisses peuvent être utilisées dans un ragoût

*Réserve nationale de la faune du Cap Tourmente*

*S'accompagne bien d'un vin rouge corsé avec des arômes épicés*

## suggestions

- France, Bordeaux, Haut-Médoc
- Italie, Campanie, Taurasi
- Espagne, Vieille-castille, Ribeira del Duero



# Oie rôtie à l'orange

### Ingrédients

1 jeune oie d'environ 3 kg  
8 oranges  
1 verre de cognac  
25 g de beurre  
1 c. à table de fécule de maïs  
8 tranches de mie de pain de 3 mm d'épaisseur  
Sel et poivre

### Préparation

- Vider l'oie et mettre le foie de côté
- Éplucher 3 oranges et garder les fruits pour la décoration du plat
- Barder la poitrine de l'oie avec les pelures d'orange
- Mettre à l'intérieur de l'oie, un morceau de pelure d'orange et 1 cuillerée de cognac
- Saler, poivrer et coudre l'ouverture
- Faire fondre le beurre dans une casserole et badigeonner l'oie avec le beurre fondu puis la placer dans la lèchefrite au four
- La faire cuire au four à 350 °F pendant 2 heures 20 minutes
- Au fur et à mesure de la cuisson, retirer la graisse fondue
- Saler et poivrer à mi-cuisson
- Presser 3 oranges et arroser l'oie de temps en temps avec le jus
- Passer le foie réservé à la moulinette et le mettre dans une casserole
- Ajouter la fécule au foie écrasé
- Délayer avec le jus de 2 oranges
- Arroser avec le reste de cognac
- Faire cuire à feu doux sans cesser de tourner pendant environ 10 minutes
- Saler et poivrer
- Couper les tranches de mie de pain en triangles
- Chauffer un peu de graisse d'oie fondue dans une poêle
- Y faire frire les tranches de pain 1 à 2 minutes de chaque côté
- Ébouillanter un grand plat de service. L'essuyer, le garnir avec les croûtons frits et découper l'oie
- Passer la sauce foie-cognac-orange au chinois et en napper les croûtons
- Dresser les morceaux d'oie sur les croûtons recouverts de cette sauce
- Couper les oranges pelées en rondelles et en décorer le plat
- Dégraisser le jus de cuisson, le verser dans une saucière et servir très chaud
- Ajouter le reste de beurre et l'huile, incorporer la chair de saucisse et faire cuire légèrement
- Dans un bol, mélanger la marinade, la préparation d'oignon, de céleri et de pain, la préparation de chair à saucisse, puis ajouter l'œuf et les assaisonnements
- Mettre le tout de côté
- Préparer les oies, les assécher, saler et poivrer l'intérieur
- Farcir avec la préparation
- Ficeler les oies avec de la corde et des broches pour retenir la farce
- Placer dans une casserole avec couvercle, ajouter une tasse de bouillon de poulet
- Couvrir et faire cuire au four à 325 °F pendant 1 heure à 1 heure 1/2 selon la grosseur
- Vers la fin de la cuisson, retirer le couvercle et ajouter 1 tasse de vin rouge
- Retirer les oies
- Faire cuire la sauce quelques minutes pour l'épaissir
- Ajouter des tranches de beurre manié
- Cuire 5 minutes et servir nappé de sauce

Jean-Yves Gagnon

Tirée du site Internet [www.jean-yvesgagnon.qc.ca](http://www.jean-yvesgagnon.qc.ca)



*S'accompagne d'un vin rouge mi-corsé  
aux saveurs fruitées*

- Italie, Piémont, Barbera d'asti
- France, Vin de pays, Merlot
- Canada, Vallée du Niagara, Pinot noir



# Oie rôtie à la façon de Carmen

### Ingrédients

2 oies des neiges  
8 oz de pruneaux  
2 foies de poulet hachés finement  
2 oz de cognac  
1 oignon assez gros haché finement  
2 branches de céleri coupé finement  
4 tranches de pain coupé en cubes  
1 livre de chair de saucisses  
1 œuf battu  
1 c. à table de persil  
1 c. à thé de thym  
1 c. à thé de sel  
1/2 c. à thé de poivre  
1/4 de tasse de beurre  
1/4 de tasse d'huile  
1 tasse de bouillon de poulet  
8 oz de vin rouge

### Préparation

- Dans un bol, mélanger la marinade : le foie de poulet coupé en petits morceaux avec les pruneaux et le cognac
- Couvrir avec de l'eau
- Faire mariner le tout au moins deux heures (de préférence toute une nuit)
- Dans une poêle à fond épais, faire chauffer à feu moyen la moitié du beurre et l'huile
- Ajouter l'oignon et le céleri
- Faire cuire légèrement jusqu'à transparence de l'oignon
- Ajouter les cubes de pain, faire légèrement dorer et mettre de côté

Carmen Boivin  
Clermont

### Beurre manié

1/4 de tasse de farine  
1/4 de tasse de beurre  
Mélanger le beurre mou et la farine  
Faire une pommade (il est recommandé de la faire à l'avance)  
Former un rouleau et faire refroidir au réfrigérateur  
Ajouter en petites tranches dans la sauce  
Toujours incorporer à la sauce avec un fouet



*S'accompagne d'un vin rouge mi-corsé aux saveurs de fruits noirs*

suggestions

- France, Languedoc-roussillon, Côtes-du-roussillon villages
- Espagne, Rioja, Tempranillo
- Portugal, Tras-os-montes, Douro



### *Oie aux fruits*

#### **Ingrédients**

Oies ou autre variété de canards barboteurs (les oiseaux doivent être de la même grosseur pour assurer une cuisson uniforme)

Lard salé

Thym, persil

Fruits (pommes, oranges, pêches, poires)

Sel et poivre

Vin rouge

#### **Préparation**

- Faire tremper les oiseaux dans l'eau et un peu de vinaigre, jusqu'à ce qu'ils soient dégelés
- Bien les essuyer et les déposer dans une lèchefrite, la poitrine sur le dessus
- Mettre au four à griller (broil)
- Retourner les oiseaux
- Dans chaque cavité, déposer une tranche de lard salé et les fruits coupés en dés
- Ajouter le thym, le persil, le sel et le poivre
- Couvrir de vin rouge sec
- Couvrir et faire cuire au four à 375 °F, jusqu'à ce que les oiseaux soient cuits

André Villeneuve  
Bécancour



*S'accompagne bien d'un vin rouge avec des caractères de fruits*

## suggestions

- France, Beaujolais, Moulin-à-vent
- Italie, Vénétie, Valpolicella, vénétie i.g.t
- France, Vallée du Rhône, Tavel (rosé)

### *Marinade pour oie sauvage*

#### **Ingrédients**

1 oie en quartiers

500 ml de vin rouge

30 ml d'huile de canola

1 carotte tranchée

1 oignon tranché

1 branche de céleri tranché

1 feuille de laurier

1 pincée de thym

2 gousses d'ail

Persil

#### **Préparation**

- Couper les légumes
- Placer dans un plat en verre avec la viande, le vin et l'huile ainsi que les assaisonnements
- Si nécessaire, ajouter du vin, suffisamment pour couvrir la viande
- Laisser mariner toute la nuit au réfrigérateur
- Cuire selon la méthode utilisée pour le canard

Clément Fortin  
Tewkesbury



*S'accompagne bien d'un vin rouge moyennement corsé avec une légère finale épicée*

## suggestions

- France, Vallée du Rhône, Côtes-du-Rhône
- Argentine, Malbec
- Italie, Piémont, Barbera-d'Alba



## Plats de résistance

### *Oie blanche à la Marie-Hélène*

#### **Ingrédients**

1 oie entière  
1 gros oignon rouge  
1 rôti (environ 2 kilos) de caribou,  
d'orignal ou de chevreuil  
4 grosses carottes  
4 branches de céleri  
1 tasse de bouillon de poulet  
1/2 tasse d'huile végétale  
Sel et poivre  
Fines herbes au goût  
1 tasse de vin rouge

#### **Préparation**

- Utiliser une bonne rôtissoire et y déposer l'huile végétale
- Déposer l'oie bien lavée et égouttée
- Ajouter le rôti de gros gibier
- Découper les oignons en rondelles et les céleris en dés, puis les déposer dans la rôtissoire
- Arroser le tout avec le bouillon de poulet et le vin rouge
- Saler et poivrer au goût et finalement ajouter les fines herbes
- Placer la marmite au four à 350 °F et faire cuire au moins une heure et 1/2, avant de vérifier si le tout est cuit. Ajouter 1/2 heure si nécessaire

**Lorsque c'est prêt, désosser l'oie et servir avec des légumes et du riz en accompagnement**

Le rôti de gibier servira à recueillir une partie du gras de l'oie blanche qui se détachera de l'oiseau en grande quantité.

*Julien Cabana  
Journal de Québec*

### *Cuisses d'oie blanche aux poivrons*

#### **Ingrédients**

6 à 8 cuisses d'oie des neiges  
(ou poitrines)  
2 poivrons verts en grosses lanières  
1 poivron rouge en grosses lanières  
1 pomme à cuire en dés  
2 oignons en grosses lanières  
1 à 2 tasses de liquide  
(jus de pomme et/ou vin blanc  
et/ou bouillon de gibier)  
Moutarde de Dijon  
Sel et poivre

#### **Préparation**

- Préchauffer le four à 350 °F
- Mettre les poivrons, les oignons et la pomme au fond d'une lèchefrite
- Badigeonner les cuisses de moutarde de Dijon et les déposer sur les lanières de légumes
- Saupoudrer le tout de sel et de poivre
- Ajouter du liquide pour recouvrir les cuisses et les poitrines
- Couvrir et mettre au four pour environ 1 1/2 à 2 heures

*Ronald Leblanc  
Saint-Eustache*



*S'accompagne bien d'un vin rouge de cépage  
cabernet franc ou merlot*

suggestions

- France, Val de Loire, Chinon, bourgueil
- Canada, Ontario, Colombie-Britannique, Cabernet franc
- France, Bordeaux, Bordeaux, bordeaux supérieur



## Plats de résistance

### *Cuisses d'oie à l'autocuiseur*

Cette recette s'apparente à celles de nos aïeux qui laissaient mijoter des mets longuement et à feu doux, au coin du poêle à bois.

#### **Ingrédients**

6 à 7 oz de cuisses d'oie avec os par personne  
2/3 de tasse d'huile d'arachide  
300 g de chou de Savoie  
2 oignons  
4 clous de girofle  
2 gousses d'ail  
2 branches de thym  
2 carottes  
4 baies de genièvre  
1/2 feuille de laurier  
1 litre de fond brun de canard ou d'oie, non lié  
Sel et poivre

#### **Préparation**

- La veille, saler et poivrer les morceaux d'oie et les enrober d'huile d'arachide
- Dans une poêle, chauffer l'huile d'arachide, faire revenir les morceaux d'oie, puis les déposer dans l'autocuiseur
- Blanchir le chou de Savoie et le couper en quatre
- Ajouter les ingrédients suivants dans l'autocuiseur : le chou, les oignons entiers, les clous de girofle, l'ail et le thym, les carottes entières, les baies de genièvre, le laurier et le fond de canard
- Mettre le tout au réfrigérateur
- Le lendemain, régler le thermostat de l'autocuiseur à environ 180 °F
- Couvrir en isolant bien avec une pâte à luter : 8 à 9 heures plus tard les cuisses seront cuites, et leur odeur parfumerà la maison. Servir dans une assiette creuse, accompagnée de pommes de terre cuites à l'eau salée.

*Jean-Paul Grappe*

*Tirée de Gibier à poil et à plumes  
Les Éditions de l'homme*



*S'accompagne d'un vin rouge mi-corsé souple  
aux saveurs d'épices*

## suggestions

- Australie, Shiraz
- Chili, Merlot
- France, Sud-ouest, Cahors

### *Cuisses d'oie confites*

#### **Ingrédients**

12 cuisses d'oie

#### **Mélanger**

1 tasse de gros sel  
Poivre  
Thym et sarriette

#### **Préparation**

- Recouvrir les cuisses de la saumure durant 24 heures
- Rincer à l'eau fraîche
- Dans une marmite, déposer les cuisses, puis recouvrir de graisse de canard
- Ajouter 8 gousses d'ail, 12 grains de poivre, 1 feuille de laurier et une tasse de vin blanc
- Cuire durant 3 heures (en frémissant à peine) ou jusqu'à ce que la chair se détache de l'os
- Refroidir dans sa graisse de cuisson
- Les cuisses d'oie se consomment grillées entières, accompagnées d'une bonne salade

*Marcel Bouchard  
Auberge des 21  
La Baie*



*S'accompagne d'un vin rouge mi-corsé, fruité  
et souple*

## suggestions

- Italie, Toscane, Chianti classico
- Chili, Merlot
- France, Bordeaux, Première-côtes-de-blaye





## Plats de résistance

### Confit d'oie

#### Ingrédients

8 cuisses d'oie  
150 g sel de mer  
8 feuilles de laurier  
1 grosse pincée de thym entier  
2 litres de gras de canard fondu

#### Préparation

- La veille, dans un plat, mélanger les cuisses avec le thym, le laurier et le sel de mer
- Réfrigérer 24 heures
- Le lendemain, chauffer le gras de canard
- Nettoyer les cuisses du sel, du thym et du laurier
- Plonger les cuisses dans le gras très chaud
- Une fois celles-ci dorées, baisser le feu et cuire environ une heure
- Arrêter la cuisson quand elles sont tendres
- Laisser refroidir

**Au moment de servir, chauffer les cuisses dans le gras et dégustez avec des pommes de terre rissolées à l'ail**

*Café du Monde  
Québec*

Mêmes suggestions de vins que « Cuisses d'oie confites »

### Cuisses d'oie au Bovril

#### Ingrédients

Cuisses d'oie  
Bovril au poulet  
Poudre d'ail au goût  
Poivre  
Veloutine

#### Préparation

- Badigeonner les cuisses avec le Bovril et les saupoudrer d'ail et de poivre
- Faire revenir dans une poêle environ de 4 à 5 minutes
- Déposer les cuisses dans un grand chaudron
- Déglacer la poêle avec de l'eau et du Bovril et ajouter aux cuisses
- Recouvrir les cuisses avec le bouillon
- Laisser mijoter 3 à 4 heures
- Lorsque les cuisses sont cuites, enlever du bouillon et épaissir le bouillon avec la veloutine
- Ajouter les cuisses dans la sauce et laisser mijoter 30 minutes

**Ne pas ajouter de sel, car le Bovril au poulet suffit**

*Louise Faucher  
Cap Saint-Ignace*



*S'accompagne bien d'un vin rouge moyennement corsé avec des saveurs nettes et franches*

suggestions

- France, Val de Loire, Chinon
- Chili, Merlot
- Canada, Ontario, Cabernet franc



## Plats de résistance

### *Cuisses d'oie de Toulouse aux haricots rouges*

#### **Ingrédients**

120 g de morceaux de cuisses d'oie avec os par personne  
400 g de haricots rouges  
150 g de graisse de canard ou d'oie  
2 oignons entiers  
2 gousses d'ail  
2 carottes entières  
1/2 feuille de laurier  
1 branche de thym  
1 morceau de 200 g de lard entrelardé fumé  
1/2 crosse d'un jambon fumé (demander au boucher)  
2 litres de fond brun de canard ou d'oie  
Sel et poivre

#### **Préparation**

- Pendant 12 heures, faire tremper les haricots rouges dans beaucoup d'eau froide
- Faire chauffer la graisse de canard dans une poêle épaisse et bien faire colorer les morceaux de cuisses d'oie
- Dans une marmite, mettre les cuisses d'oie avec tous les ingrédients (oignons, ail, carottes, haricots rouges égouttés, laurier, thym, lard entrelardé et crosse de jambon)
- Couvrir avec le fond brun
- Ne pas saler avant la cuisson
- Couvrir hermétiquement et cuire à feu doux 194 à 198 °F
- En fin de cuisson, retirer l'oignon et couper les carottes; les mettre dans la marmite
- Assaisonner
- Servir dans une assiette creuse en coupant le lard ou la crosse de jambon en morceaux, que l'on déposera à côté des morceaux de cuisses d'oie

*Tirée de Gibier à poil et à plumes  
Jean-Paul Grappe  
Les Éditions de l'homme*



*S'accompagne d'un vin rouge mi-corsé  
aux tannins souples*

## suggestions

- France, Languedoc-roussillon, Faugère
- France, Bordeaux, Bordeaux
- Italie, Vénétie, Valpolicella classico

### *Magrets d'oie des neiges*

#### **Ingrédients**

Magrets d'oie (les demi-poitrines)  
Gras de canard (ou autre gras animal ou de l'huile)  
Poudre d'ail  
Vin ou vinaigre de framboise

*Michel Huot  
Société de la faune et des parcs du Québec  
Québec*

#### **Préparation**

- Prélever les magrets
- Assaisonner de poudre d'ail si désiré
- Mettre le gras de canard dans une poêle de fonte très chaude
- Saisir les poitrines dans le gras (griller un peu de chaque côté)
- Mettre au four à 450 °F pendant 5 minutes
- Retirer et laisser reposer de 10 à 15 minutes
- Avant de servir remettre au four à 450 °F pour réchauffer durant 5 à 10 minutes
- Trancher en minces tranches sur le travers du filet et servir en éventail
- Déglacer le fond de la poêle au vin ou au vinaigre de framboise et faire une sauce

*S'accompagne bien d'un vin rouge moyennement  
corsé aux accents fruités*

- France, Bordeaux, Saint-Émilion
- France, Languedoc-Roussillon, Saint-Chinian
- États-Unis, Californie, Merlot

## suggestions





# Magret d'oie blanche au vinaigre de framboise

### Ingrédients

1 poitrine entière d'oie blanche  
désossée  
1/2 tasse de vinaigre de framboise  
1/2 tasse de vin rouge  
1 tasse de crème 35 %  
1 oignon moyen  
5 échalotes  
1/2 tasse de beurre  
Sel et poivre  
Thym, romarin et herbes  
de Provence

### Préparation

- Hacher l'oignon finement et les échalotes en rondelles
- Faire revenir le tout dans une poêle assez profonde à feu moyen avec la moitié de la portion de beurre
- Saler et poivrer
- À ce fond de cuisson, ajouter le vinaigre de framboise, le vin rouge et la crème
- Laisser mijoter le tout afin que les saveurs se mélangent et que la sauce épaississe
- À mi-cuisson, y ajouter les fines herbes
- Pendant que votre sauce mijote à feu doux, faire des petites tranches dans les deux côtés de la poitrine désossée
- Dans une poêle, faire saisir à feu vif, en utilisant le reste du beurre et les tranches de poitrines
- Ne pas trop les faire cuire pour éviter qu'elles ne durcissent
- Déposer les tranches dans vos assiettes de service et les napper de votre sauce
- Vous pouvez accompagner le tout de pâtes au beurre

Julien Cabana  
Journal de Québec  
Québec

# Oie canadienne à Doris

### Ingrédients

1 tasse de jus de pomme  
1/4 tasse d'huile  
Poivre au goût  
1 feuille de laurier  
1/4 tasse de vinaigre  
1 oignon  
Thym au goût ou autre(s) épice(s)  
au choix  
Mariner les poitrines pendant  
environ 24 heures et les retourner  
de temps en temps

### Préparation

- Poitrines d'oie selon les convives (la recette est pour 1 poitrine)
- 4 tranches de lard salé minces
  - 1 c. à thé de cassonade
  - 3 c. à table de beurre
  - 1 c. à thé de moutarde sèche
- Faire rôtir les tranches de lard salé
  - Lorsqu'elles sont dorées ajouter la poitrine d'oie marinée
  - Incorporer l'oignon tranché mince, le sel, le poivre et verser de l'eau bouillante
  - Faire cuire à feu moyen, une fois que l'ébullition est commencée, mettre au four à 350 °F de 30 à 50 minutes
  - Arroser quelques fois durant la cuisson, la viande est cuite lorsqu'elle se détache facilement

**La sauce doit être assez abondante pour arroser la viande**

Roger Lachance et Doris B. Lachance  
Montmagny



## Plats de résistance

# Magret d'oie blanche au coulis de framboise

### Ingrédients

100 ml de vin blanc  
100 ml de fond de veau  
ou consommé de bœuf  
50 ml de crème 35 %  
25 ml de coulis de framboise  
Alcool ou liqueur de framboise

### Préparation

- Saisir les magrets dans le beurre et bien dorer des deux côtés
- Réserver au chaud
- Déglacer la poêle avec le vin
- Ajouter le fond de veau (ou consommé de bœuf) et le coulis de framboise
- Laisser mijoter quelques minutes
- Arroser les magrets avec de l'alcool ou la liqueur de framboise et laisser reposer 2 minutes
- Placer les magrets dans la poêle avec un peu d'alcool de framboise et le jus qu'ils ont dégagé
- Saler et poivrer
- Verser la crème et laisser épaissir
- Rectifier l'assaisonnement
- Trancher mince et servir; arroser avec la sauce

**Les magrets ne doivent pas être trop cuits, idéalement saignants**

*Tirée de : 101 Recettes de la cuisine de la chasse  
Michel de Courval  
Éditions du Pélican, 1988*



*S'accompagne bien d'un vin rouge marqué par la jeunesse et haut de gamme*

## suggestions

- France, Bourgogne, Chassagne-montrachet
- États-Unis, Californie, Pinot noir
- Australie, Pinot noir

## Oie blanche du guide

### Ingrédients

Poitrines d'oie tranchées  
1/4 tasse d'amandes (ou noisettes)  
2 échalotes grises  
1 tasse de vin rouge  
1 tasse de sauce demi-glace  
1/2 tasse de crème à cuire

### Préparation

- Saisir les poitrines dans de l'huile et du beurre
- Retirer et mettre au four à 200 °F
- Saisir les noisettes et les échalotes
- Déglacer avec le vin
- Ajouter la sauce demi-glace et la crème
- Laisser mijoter
- Ajouter les poitrines

*Lucien Gravel*



*S'accompagne bien d'un vin rouge moyennement corsé*

## suggestions

- États-Unis, Californie, Merlot
- Italie, Vénétie, Valpolicella superiore
- France, Vin de pays (rouge), Merlot



## Plats de résistance

### Linguinis à l'oie

#### Ingrédients

4 c. à soupe d'huile de tournesol  
4 c. à soupe de sauce soya  
1 tasse de céleri coupé en dés  
1 oignon moyen haché  
250 g de champignons frais coupés  
1 poivron vert coupé grossièrement  
1 poivron rouge coupé grossièrement  
1 poivron jaune coupé grossièrement  
1 kg de poitrines d'oie coupées en dés  
500 g de linguinis

#### Préparation

- Faire cuire les linguinis
- Faire chauffer 2 c. à soupe d'huile de tournesol et 2 c. à soupe de sauce soya sur un feu fort dans un wok
- Faire cuire les dés d'oie de 8 à 10 minutes dans l'huile de tournesol et la sauce soya
- Mettre les dés d'oie dans un plat
- Faire chauffer 2 c. à soupe d'huile de tournesol et 2 c. à soupe de sauce soya sur un feu moyen-fort dans un wok
- Débuter en faisant cuire le céleri pendant 2 minutes
- Ajouter ensuite les autres légumes et les faire cuire jusqu'à ce qu'ils soient croustillants
- Fermer le feu
- Bien mélanger l'oie aux légumes; le temps de parachever la cuisson des linguinis
- Servir sur un lit de linguinis

*Tirée du livre Recettes de sauvagine  
du Regroupement de sauvagiers du lac St-Pierre  
Adaptée d'une recette de Michel Vallières  
Baie-du-Febvre*



*S'accompagne bien d'un vin blanc aux arômes frais*

## suggestions

- France, Bordeaux, Premières-côtes-de-blaye
- Italie, Campanie, Lacryma-christi-del-vesuvio
- Nouvelle-Zélande, Marlborough, Sauvignon blanc

### Aiguillettes d'oie des neiges à la sauce au sirop d'érable et aux racines de gingembre sauvage

#### Ingrédients

4 poitrines d'oie  
(jeunes du printemps de préférence)  
3 c. à soupe d'huile  
1/4 tasse de sirop d'érable  
4 c. à thé de sucre d'érable cristallisé  
(pain de sucre râpé)  
1 tasse de fond de canard (à défaut,  
1/2 glace commerciale)  
4 racines de gingembre sauvage  
(à défaut, 4 tranches de racine  
de gingembre commercial)  
Sel et poivre  
4 gousses d'ail (facultatif)  
1 oz d'alcool d'érable (fine sève)  
à défaut 1 oz de whisky

#### Préparation

- Saisir dans l'huile les 4 poitrines et colorer des deux côtés – répartir le sucre d'érable en cristaux sur les 4 poitrines, cuire au four à 375 °F, pendant 10 minutes, en ayant pris soin d'ajouter les 4 gousses d'ail écrasées si vous les désirez
- Garder les poitrines au chaud
- Dégraisser la poêle
- Déglacer à la fine sève ou au whisky
- Mouiller avec le sirop, puis le fond, ajouter le gingembre écrasé et les 4 gousses d'ail rôties et laisser réduire jusqu'à ce que la sauce nappe le dos d'une cuillère
- Rectifier l'assaisonnement, passer au chinois, napper la sauce sur les assiettes chaudes, trancher les poitrines en aiguillettes et servir avec les légumes de votre choix

*Marcel Bouchard  
Auberge des 21  
La Baie*

## Plats de résistance



### Poitrine d'oie blanche à la poêle

#### Ingrédients

4 c. à table de beurre  
2 c. à table d'huile d'olive  
1 poitrine d'oie des neiges  
2 c. à thé de vinaigre balsamique  
de bonne qualité (ou de vinaigre  
de framboise)  
2 c. à table de vin rouge

#### Préparation

Parfois, plus c'est simple, meilleur est le plat! C'est le cas de cette recette.

- Faire fondre la moitié du beurre et l'huile d'olive dans une poêle chaude en évitant de laisser brûler
- Ajouter la poitrine d'oie et la faire saisir 3 à 4 minutes de chaque côté
- Retirer la poitrine de votre poêle et réserver au four à 225 °F
- Ajouter la deuxième moitié du beurre et laisser fondre
- Ajouter le vinaigre et par la suite, le vin rouge
- Mélanger à l'aide d'une cuillère de bois, presque jusqu'à la disparition complète du liquide
- Verser sur la poitrine que vous avez coupée en tranches minces et servir

Serge Tanguay  
Québec



*S'accompagne bien d'un vin rouge moyennement corsé*

## suggestions

- France, Vin de pays, Merlot
- Italie, Vénétie, Valpolicella
- France, Languedoc-Roussillon, Côtes-du-roussillon-villages

### Poitrine d'oie

#### Ingrédients

3 poitrines d'oie coupées en lanières  
2 poivrons coupés en grosses lanières  
1 oignon coupé en grosses lanières  
2 branches de céleri coupé en dés  
Bouillon de poulet  
Fécule de maïs  
Crème 35 % pour cuisson  
Sel et poivre

#### Préparation

- Préchauffer le four à 350 °F
- Mettre les légumes et les poitrines dans un plat allant au four
- Ajouter le bouillon de poulet jusqu'au-dessus des ingrédients
- Saler et poivrer
- Couvrir et cuire au four environ 2 à 3 heures (vérifier la tendreté de la viande)
- Épaissir la sauce avec la fécule de maïs et ajouter la crème

Ronald Leblanc  
Saint-Eustache



*S'accompagne bien d'un vin blanc moyennement corsé avec peu d'acidité*

## suggestions

- France, Vallée du Rhône, Crozes-hermitage
- États-Unis, Californie, Marsanne / malvoisie
- Australie, Chardonnay



## Plats de résistance

### Burger d'oie

#### Ingrédients

4 poitrines d'oie  
2 pommes  
2 oranges  
Épices au goût  
1/2 bouteille de sauce BBQ  
ou aigre-douce ou Mesquite  
Pains kaiser ou pains hamburger

#### Préparation

- Placer les poitrines d'oie dans une mijoteuse
- Ajouter les pommes et les oranges en quartiers
- Ajouter des épices au goût
- Faire cuire l'oie à feu doux pendant 6 à 8 heures
- Lorsqu'elle est cuite, retirer l'oie de la mijoteuse, et jeter les fruits
- Déchiqueter les poitrines d'oie à l'aide de deux fourchettes
- Placer les poitrines d'oie déchiquetées dans un chaudron et ajouter la demi-bouteille de sauce
- Cuire à feu doux pendant 30 minutes
- Servir sur des pains kaiser ou des pains hamburger, accompagnés de chips ou de pommes de terre frites

Donne 6 portions

Todd Bending  
Cambridge, Ontario



*S'accompagne bien d'un vin rouge léger et fruité,  
ou pourquoi pas une bière*

## suggestions

- Allemagne, Ale, Hefe-weisse (bière)
- Canada, Québec, Maréchal-foch
- France, Beaujolais, Beaujolais-villages

### Raclette à l'oie accompagnée d'une sauce à l'échalote

#### Ingrédients

Filets de poitrine de 2 oies  
1/2 tasse de sauce chili  
1/4 tasse d'huile végétale  
1/4 tasse de sauce soya  
4 gousses d'ail, haché finement  
Sel et poivre

#### Sauce d'accompagnement

1/2 tasse de sauce chili  
4 échalotes hachées  
2 c. à table de cognac

#### Préparation

- Couper les filets de poitrine en fines lanières de 1/8 de pouce
- Dans un bol, mélanger les ingrédients et faire mariner pendant 24 heures
- Cuisson individuelle lors de la raclette
- Servir avec la sauce d'accompagnement

Donne 4 portions

Alain Cossette  
Saint-Augustin-de-Desmaures



*S'accompagne d'un vin rouge souple et mi-corsé*

## suggestions

- Italie, Toscane, Chianti classico
- France, Val-de-loire, Bourgueil, chinon
- Chili, Merlot



## Plats de résistance

### *Cassoulet d'oie des neiges*

#### **Ingrédients**

450 g de viande d'oie des neiges, cuite et hachée grossièrement  
 454 g de fèves blanches séchées  
 454 g de saucisses de porc, douces  
 1 1/2 tasse de vin blanc  
 1 tasse d'oignon, haché grossièrement  
 1/2 tasse de miettes de pain séché  
 1/2 tasse de tomates en purée  
 1/2 tasse de persil frais, haché grossièrement  
 1/4 tasse de beurre  
 2 brins de persil frais  
 2 gousses d'ail  
 1 feuille de laurier  
 1 brin de thym ou de marjolaine frais  
 2 c. à thé de sel  
 1 c. à thé de poivre noir

#### **Préparation**

- Faire tremper les fèves toute la nuit dans de l'eau pour couvrir
- La journée suivante, ajouter aux fèves la feuille de laurier, les brins de persil, le thym ou la marjolaine, le sel, le poivre et une gousse d'ail, faire mijoter jusqu'à ce qu'elles soient presque tendres
- Hacher finement la gousse d'ail restante et faire sauter avec la saucisse émietlée et l'oignon haché, jusqu'à ce que la saucisse soit brunie
- Au fond d'une grande casserole, mettre une couche de fèves cuites
- Ajouter une couche de viande d'oie, puis de fèves et puis de saucisses
- Continuer à faire des couches de cette manière tout près du haut de la casserole
- Mélanger le vin et la purée de tomates et verser sur le dessus de la casserole
- Recouvrir avec des miettes de pain séché mélangées avec le persil et le beurre
- Faire cuire à 350 °F jusqu'à ce que les fèves soient tendres

Serge Dulac  
Trois-Rivières-Ouest



*S'accompagne d'un vin rouge moyennement corsé*

suggestions

- France, Sud-ouest, Buzet
- France, Languedoc-roussillon, Corbière, minervois
- Italie, Toscane i.g.t., Sangiovese

### *Cœur et foie d'oie en toute simplicité*

#### **Ingrédients**

Foies  
 Cœurs (coupés en deux)  
 2 oignons  
 Huile  
 Beurre  
 Poivre au goût  
 Lait

#### **Préparation**

- Faire tremper les foies et les cœurs dans le lait pour un minimum de deux heures
- Lorsque vous êtes prêts à faire cuire, essuyer les foies et les cœurs avec un essuie-tout
- Mettre le beurre et l'huile dans le poêlon
- Ensuite combiner tous les ingrédients et faire revenir dans la poêle
- Assurez-vous de ne pas trop cuire

**Optionnel : si vous aimez le bacon, n'hésitez pas à en ajouter**

Alain Cossette  
Saint-Augustin-de-Desmaures



*S'accompagne bien d'un vin blanc moyennement corsé sans agressivité ou vin rouge léger*

suggestions

- Chili, Chardonnay
- France, Vin de pays, Chardonnay
- France, Bourgogne, Bourgogne (rouge)





## Plats de résistance

### *Pépites d'oie des neiges*

#### **Ingrédients**

1/2 tasse de farine  
2 œufs, légèrement battus  
1 tasse de biscuits soda émiettés  
(environ 24)  
225 g de viande de poitrine,  
en cubes de 2 cm

#### **Préparation**

- Mettre la farine, les œufs et les miettes de biscuits soda dans 3 bols séparés
- Assécher les cubes de viande avec des essuie-tout
- Préchauffer une friteuse profonde, remplie d'huile de canola ou d'arachide, jusqu'à 375 °F
- Alors que l'huile réchauffe, tremper les cubes dans la farine, puis dans les œufs et rouler doucement dans les miettes de biscuits soda
- Déposer soigneusement les cubes enrobés dans l'huile chaude, plusieurs en même temps (laisser beaucoup d'espace entre les morceaux)
- Faire cuire environ 1-2 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient dorés à brun foncé

**Donne 24 morceaux**

*Serge Dulac  
Trois-Rivières-Ouest*



*S'accompagne d'un vin rouge léger et souple*

suggestions

- France, Vin de pays, Pinot noir, Merlot
- France, Beaujolais, Juliéna
- France, Val-de-loire, Touraine, anjou

### *Poitrine d'oie au chocolat*

#### **Ingrédients**

2 poitrines d'oie  
Chocolat à 70 % de cacao minimum  
Crème à cuisson au goût  
1/2 tasse de bouillon de poulet  
1/2 tasse de vin rouge  
Corps gras  
Sel et poivre

#### **Préparation**

- Préchauffer le four à 350 °F – 375 °F
- Saisir les poitrines à feu vif dans un corps gras, 3 minutes de chaque côté
- Retirer du poêlon et trancher sur le sens de l'épaisseur pour y insérer le chocolat
- Mettre au four durant 7 à 10 minutes selon l'épaisseur
- Pendant ce temps, déglacer le poêlon avec le vin rouge et le bouillon de poulet
- Réduire de moitié
- Ajouter la crème
- Laisser réduire jusqu'à la consistance désirée
- Saler et poivrer
- Servir avec du riz et des légumes

*François Légaré  
Charlesbourg*



*S'accompagne d'un vin rouge mi-corsé aux tannins souples*

suggestions

- France, Bourgogne, Mercurey
- Australie, Merlot
- Italie, Pouilles, Primitivo



## Plats de résistance

### *Fajitas d'oie des neiges*

#### **Ingrédients**

450 g de viande d'oie des neiges coupée en lanières minces  
 1 poivron vert  
 1 poivron rouge  
 1 poivron jaune  
 1 oignon rouge  
 115 ml de bière ou de jus de pomme  
 2 c. à table d'huile végétale  
 2 c. à table de poudre de piment  
 1/2 lime, pressée  
 1/4 de c. à thé de poivre de cayenne  
 Sel et poivre au goût  
 Tortillas à la farine  
 Salsa  
 Crème sure

#### **Préparation**

- Trancher tous les légumes en lanières
- Faire chauffer l'huile dans une rôtissoire en fonte jusqu'à ce qu'elle fume
- Ajouter la viande d'oie et les épices
- Faire sauter jusqu'à ce que la viande soit médium-saignant, puis ajouter les légumes et faire sauter sur un feu élevé, jusqu'à ce que les légumes soient croustillants (environ 3-5 minutes)
- Ajouter la bière ou le jus de pomme et le jus de lime en continuant de bien mélanger
- Disposer dans les tortillas et garnir de salsa et de crème sure au goût

*Serge Dulac  
Trois-Rivières-Ouest*



*S'accompagne d'un vin rouge léger et souple*

## suggestions

- France, Vin de pays, Merlot, pinot noir
- France, Bourgogne, Bourgogne
- France, Languedoc-roussillon, Côtes-du-roussillon

### *Oie rôtie*

#### **Ingrédients**

2 poitrines d'oie  
 1 c. à table de beurre  
 1 c. à table d'huile  
 1 oignon moyen tranché  
 1/2 c. à thé de thym  
 6 à 7 grains de genévrier  
 Quelques tranches de lard salé ou bacon ou quelques noisettes de beurre  
 1 tasse d'eau froide  
 1 pomme en dés  
 1/4 de tasse de raisins secs

#### **Préparation**

- Dans une casserole qui va au four, mettre le beurre et l'huile
- Faire revenir les poitrines des deux côtés
- Sortir les poitrines, mettre dans la casserole l'oignon tranché
- Faire revenir quelques minutes, remettre les oiseaux par-dessus
- Saler, poivrer, ajouter le thym et les grains de genévrier
- Mettre sur les poitrines quelques tranches de lard salé ou bacon ou quelques noisettes de beurre
- Ajouter l'eau froide, la pomme et les raisins secs
- Cuire au four à 375 °F pendant 15 minutes
- Baisser le feu à 300 °F, cuire pendant 1 1/2 heure à 2 heures

*Donald Martel  
Jonquière*



*S'accompagne bien d'un vin rouge léger à moyennement corsé aux saveurs de fruits et aux tannins souples*

## suggestions

- France, Beaujolais, Juliéna, Saint-amour
- France, Languedoc, Minervois
- France, Bourgogne, Bourgogne (rouge)



## Plats de résistance

### *Boulades d'oie sauvage aux herbes fraîches et parmesan*

#### **Ingrédients**

4 filets d'oie  
100 g de véritable parmesan Reggiano  
1 botte de persil plat (italien)  
1 botte de basilic frais  
30 g de poivre vert frais  
4 c. à soupe d'huile d'olive  
Sel et poivre  
1/4 de bouteille de vin rouge de bonne qualité  
100 g de miel liquide  
1 feuille de laurier

#### **Préparation**

- Faire réduire au 3/4 le vin rouge, le miel et la feuille de laurier
- Pendant ce temps, effeuiller et ciseler le persil et le basilic
- Écraser et mélanger à l'aide d'une fourchette le parmesan émietté, le persil, le basilic, le poivre vert et la moitié de l'huile d'olive
- Saler et poivrer
- Escaloper chaque filet d'oie en deux
- Déposer un peu de votre mélange sur chacun des morceaux d'oie, placer chaque escalope sur une feuille de papier d'aluminium (luisant à l'extérieur) et faire rouler sur elle-même en serrant bien
- Emprisonner bien l'escalope et serrer les extrémités
- Arrêter la réduction du vin rouge lorsque légèrement sirupeuse
- Au besoin, rectifier l'assaisonnement
- Faire chauffer l'huile dans une poêle
- Saisir les rouleaux d'oie ensemble en posant les papillotes d'aluminium directement dans l'huile chaude
- Faire cuire de 8 à 10 minutes (selon l'épaisseur et la cuisson désirée) à feu moyen en les retournant
- Retirer délicatement le papier d'aluminium et découper les rouleaux d'oie en tranches épaisses; placer dans une assiette tiède
- Arroser doucement de vin au miel réduit, et accompagner les roulades d'une salade de trévisse ou de mesclun
- Déguster avec du vin rouge bien corsé



*S'accompagne bien d'un vin rouge moyennement corsé à corsé*

## suggestions

- France, Vallée du Rhône, Côtes-du-Rhône-villages
- France, Bordeaux, Bordeaux, première-côtes-de-blaye
- États-Unis, Californie, Merlot

### *Livet d'oie à la sologniote*

#### **Ingrédients**

6 suprêmes d'oie  
740 ml de vin rouge  
1 oignon moyen coupé grossièrement  
1 grosse carotte  
1 branche de céleri taillé en 3 ou 4 longueurs  
1 feuille de laurier  
2 branches de thym frais  
5 branches de persil plat (italien)  
Huile de colza ou une autre huile végétale (éviter l'huile d'olive)

2 à 3 c. à table de farine  
Bovril  
Eau  
Sel et poivre  
Beurre manié ou fécule de maïs  
250 g de lard non salé, coupé en lardons  
2 paquets de champignons frais  
1 petite gousse d'ail  
1 c. à table de persil frais haché  
1 verre de vin rouge (de bonne qualité)  
Pommes de terre rouges pelées et cuites à la vapeur



## Plats de résistance

### *Civet d'oie à la sologniote (suite)*

#### Préparation

- Dans un plat en verre, déposer les suprêmes d'oie coupés par la moitié, sans la peau
- Arroser de 750 ml de vin rouge (soit une bouteille de Pinot noir, de Passetoutgrain ou de tout autre vin de cette catégorie)
- Ajouter l'oignon, la carotte et le céleri
- Attacher ensemble, pour un bouquet garni, la feuille de laurier, les branches de thym frais, et les branches de persil
- Laisser mariner 48 heures dans un endroit frais
- Passer la préparation au chinois
- Réserver la marinade
- Éponger les morceaux de suprême en les pressant fortement sur un linge absorbant
- Récupérer les légumes et le bouquet garni
- Éponger légèrement, sans presser et réserver
- Dans une cocotte de fonte (genre creuset) faire sauter chaque morceau d'oie individuellement, avec l'huile
- Réserver les morceaux
- Une fois cette opération terminée, retirer la cocotte du feu et y mettre les morceaux dorés
- Saupoudrer les morceaux avec la farine disposée dans un petit chinois à mailles fines
- Laisser reposer
- Dans une casserole, porter la marinade à ébullition
- Avec un petit chinois à mailles fines, écumer complètement la broue qui se formera (ce qui donnera une marinade clarifiée)
- Retirer du feu et laisser reposer
- Verser la marinade clarifiée sur les morceaux d'oie
- Ajouter les légumes, le bouquet garni et un peu de Bovril
- Verser de l'eau pour couvrir le tout
- Saler et poivrer
- Faire mijoter à couvert, au four ou sur le poêle, pendant 2 heures à 2 h 1/4
- Vérifier le niveau de liquide en cours d'opération, tout comme le niveau de cuisson
- Après la cuisson, retirer les morceaux d'oie et réserver
- Passer le bouillon de cuisson au chinois, remettre dans la cocotte et épaissir si nécessaire, avec du beurre manié (ou de la fécule de maïs)
- Rectifier l'assaisonnement
- Remettre les morceaux dans la cocotte
- Dans une poêle, faire fondre le lard non salé
- Y faire sauter les champignons en petite quantité à la fois, afin d'éviter l'accumulation de liquide
- À la fin de l'opération, remettre tous les champignons dans la poêle et y verser la persillade
- Brasser
- Tout juste avant de servir, ajouter les champignons dans la cocotte et le verre de vin rouge
- Faire monter au bouillon pour réchauffer
- Servir avec des pommes de terre

**Note :** les poitrines d'oie des neiges adultes sont moins tendres que celles des jeunes oies. En tenant compte de cette réalité, il est préférable de ne pas mélanger ces viandes.

Gilles Shooner  
Loretteville



*S'accompagne bien d'un vin rouge aux saveurs riches et aux tannins souples*

- Portugal, Tras-Os-Montes, Douro
- Australie, Merlot
- États-Unis, Californie, Merlot



### *Oie des neiges aux cerises*

#### **Ingrédients**

1 ou 2 oie(s), poitrine(s) et pattes  
2 boîtes de cerises noires (16 oz)  
sucrées et dénoyautées  
1 petit oignon haché  
1 c. à table de beurre  
1 c. à table d'huile  
2 c. à table de farine  
1 tasse de bouillon d'oie  
2 c. à table de crème de sherry  
2 c. à table de cassonade  
1 c. à table de bouillon de bœuf  
1 tasse de crème  
1 c. à thé de cannelle moulue  
Veloutine

#### **Préparation**

- Dépecer la ou les oies en détachant les poitrines et les pattes
- Couper les poitrines en deux puis en 4 morceaux et mettre de côté
- Dans une casserole, mettre le beurre et l'huile et y faire attendrir l'oignon
- Ajouter les morceaux d'oie et les faire brunir légèrement de chaque côté
- Retirer les morceaux d'oie et mettre de côté
- Incorporer la farine avec les oignons dans la casserole et bien mélanger
- Ajouter le bouillon de canard et mélanger légèrement avec une cuillère de bois
- Remettre les morceaux d'oie et ajouter une boîte de cerises avec le jus, le sherry, la cassonade, et le bouillon de bœuf
- Porter à ébullition, couvrir et baisser le feu, faire mijoter 1 à 2 heures (je préfère mettre au four à 350 °F)
- Tourner les morceaux d'oie 1 ou 2 fois pendant la cuisson
- Lorsqu'ils sont bien tendres, retirer les morceaux et les garder au chaud
- Compléter la sauce en versant la deuxième boîte de cerises au complet ou en partie selon la quantité de sauce désirée
- Porter à ébullition et épaissir avec un peu de Veloutine
- Terminer la sauce en y versant 1 tasse de crème et bien mélanger
- Placer les morceaux d'oie dans les assiettes avec les légumes de votre choix et napper la viande de votre sauce avec les cerises

*Michel Bouchard  
Saguenay*

*Association des sauvaginaires du Saguenay-Lac-Saint-Jean  
Tirée du site Internet de Jean-Yves Gagnon  
[www.jean-yvesgagnon.qc.ca](http://www.jean-yvesgagnon.qc.ca)*



*S'accompagne d'un vin rouge souple et mi-corsé,  
au flaveurs de fruits noirs*

suggestions

- France, Languedoc-Roussillon, Saint-chinian
- Chili, Merlot
- Australie, Merlot



# Mijoté d'oie des neiges

### Ingrédients

1 poitrine d'oie des neiges  
1 petit oignon  
2 c. à table d'huile d'olive  
1 c. à table de beurre  
3 champignons  
1 tasse à 1 tasse 1/2 de bouillon de poulet ou de légumes  
Sel et poivre  
Graines de céleri  
Tamaris ou sauce soya  
Veloutine ou fécule de maïs ou sauce Knorr aux champignons

### Légumes d'accompagnement

Asperges  
Huile d'olive

### Préparation

- Sauter sur feu presque vif le petit oignon haché fin dans l'huile et le beurre
- Ajouter 3 champignons hachés finement et cuire 1 ou 2 minutes
- Ajouter la poitrine d'oie préalablement coupée en cubes d'environ 1 pouce; cuire environ 4 ou 5 minutes en tournant de temps en temps pour bien rôtir de tous les cotés
- Ajouter environ 1 tasse ou 1 tasse 1/2 de bouillon de poulet, ou de légumes pour couvrir la préparation de liquide
- Assaisonner avec le sel, le poivre, les graines de céleri et un peu de tamaris ou sauce soya
- Baisser le feu et laisser mijoter 45 à 60 minutes à feu très doux
- Ensuite épaissir légèrement avec de la Veloutine ou avec de la fécule de maïs; on peut aussi utiliser une sauce Knorr aux champignons en la faisant assez liquide. Il est important que ce ne soit pas trop épais

### Légumes d'accompagnement

- Laver et assécher les asperges
- Les enduire d'huile d'olive et de sel
- Cuire au four chaud à découvert, jusqu'à ce qu'elles soient tendres

Nancy Fradet  
Jonquière



*S'accompagne bien d'un vin rouge aux arômes de sous-bois*

- France, Bordeaux, Saint-Émilion
- Espagne, Catalogne, Penedès
- Argentine, Cabernet-sauvignon, merlot

## Plats de résistance



### *Oie au sirop d'érable, sauce 3 poivres et porto aux mûres*

#### **Ingrédients**

4 poitrines d'oie coupées dans le sens de la longueur pour en faire de petits steaks

1/4 de tasse de bouillon d'oie

2 enveloppes de sauce 3 poivres de Bovril : sauce Express

1/4 de tasse de sirop d'érable

1 tasse de porto aux mûres (ou autre porto)

Riz sauvage et riz brun

Légumes au goût, comme des pois mange-tout et des petites carottes

#### **Préparation**

- Dans une poêle, faire rôtir les poitrines d'oie à feu moyen
- Lorsqu'elles sont dorées, les déposer dans une casserole
- Déglacer la poêle avec le bouillon d'oie et garder le bouillon
- Dans une petite casserole, mettre les 2 enveloppes de sauce 3 poivres et 2 tasses d'eau froide
- Incorporer le sirop d'érable et le porto et porter à ébullition
- Lorsque la sauce est prête, mélangez-la au déglaçage et verser sur les poitrines d'oie
- Régler le four à 375 °F et laisser mijoter à couvert pendant environ 1 heure
- Faire cuire les 2 types de riz ainsi que les légumes
- Servir avec le riz et les légumes

*Jean Trépanier*

*Saint-Étienne-des-Grès*

*Tirée du livre Recettes de sauvagine du  
Regroupement des sauvaginaires du lac St-Pierre*



suggestions

*S'accompagne d'un vin rouge mi-corsé aux arômes  
de fruits noirs et d'épices.*

- France, Vallée du Rhône, Côtes-du-Rhône-villages
- Australie, Shiraz
- France, Languedoc-Roussillon, Saint-chinian



### *Oie en pâté*

#### **Ingrédients**

1 oie, 1 poitrine de poulet  
et une patte de porc

Bouquet garni

4 tasses de jus de pomme

1 tasse de bouillon d'oie (à défaut,  
on peut prendre celui d'une autre  
volaille)

1 oignon

3 navets

9 carottes

6 branches de céleri

3 pommes

2 c. à table de sel  
et 1 c. à thé de poivre

3/4 de tasse de calvados

Pâte Brisée

#### **Préparation**

- Macérer l'oie (la découper en 3 ou 4 pièces pour plus de facilité), la poitrine de poulet et la patte de porc durant une nuit dans le jus de pomme, le bouquet garni et l'oignon qu'on aura finement tranché
- Faire mijoter le tout (ne rien jeter) environ 4 heures, en y ajoutant le bouillon ou jusqu'à ce que la viande de l'oie se détache facilement des os
- Désosser, filtrer le bouillon et réserver
- Trancher finement les navets, les carottes et le céleri, y ajouter les pommes tranchées, et cuire le tout dans le bouillon. Éviter de trop cuire, les légumes doivent demeurer croquants
- Ajouter la viande en morceaux assez fins
- Ajouter sel, poivre, calvados et épaissir si désiré avec une liaison de farine et de bouillon
- Laisser refroidir
- Donnera environ 4 pâtés de 9 pouces
- Recouvrir chacun d'une abaisse
- Pour servir, cuire à 350 °F pendant 30 minutes

**Se congèle très bien.**

*Lucie Hamel  
Cap Rouge*



*S'accompagne bien d'un vin blanc moyennement corsé avec des notes de fruits ou un vin rouge léger*

- France, Beaujolais, Beaujolais-villages
- France, Champagne, Champagne (vin mousseux)
- Italie, Vénétie, Valpolicella



## Plats de résistance



### *Pâté à l'oie des neiges*

#### **Ingrédients**

1 oie des neiges  
4 carottes  
7-8 pommes de terre  
1 poireau  
6 c. à table de beurre  
6 c. à table de farine  
Sel et poivre  
Cayenne  
Concentré de bouillon de poulet  
Thym  
Persil  
Herbes salées  
Dorure (1 œuf battu avec du lait)

#### **Préparation**

- Faire cuire l'oie en la faisant mijoter plusieurs heures à couvert, jusqu'à ce qu'elle soit tendre
- Désosser et couper l'oie en morceaux
- Conserver le bouillon
- Faire cuire les légumes coupés en petits morceaux
- Ceux-ci doivent rester al dente, car ils continueront de cuire une fois au four à l'intérieur du pâté
- Pour préparer la sauce béchamel, faire fondre le beurre et y jeter le poireau coupé en petits morceaux
- Ajouter la farine et bien mélanger, puis ajouter le bouillon
- S'il n'y a pas assez de liquide, ajouter le bouillon de cuisson des légumes
- La béchamel ne doit pas être trop épaisse, car elle épaissit encore pendant la cuisson du pâté au four
- Ajouter les assaisonnements et les herbes au goût
- Répartir la viande et les légumes dans des plats Pyrex (9 x 13 po) et verser la béchamel sur le tout
- Recouvrir d'une pâte sur le dessus
- Badigeonner de dorure
- Cuire au four à 350 °F de 45 minutes à 1 heure, jusqu'à ce que la pâte soit dorée

*Marc Plourde  
Fédération des pourvoiries du Québec  
Île d'Orléans*



*S'accompagne bien d'un vin blanc aux saveurs riches  
et avec une présence de gras ou d'un vin rouge léger*

47

suggestions

- France, Côte chalonaise, Montagny
- États-Unis, Californie, Chardonnay
- France, Beaujolais, Brouilly

## Plats de résistance



### *Pâté d'oie*

#### **Ingrédients**

2 livres d'oie hachée (poitrine)  
1 livre de porc haché mi-maigre  
1 oignon moyen haché finement  
1 gousse d'ail écrasée et coupée  
1/2 c. à thé de basilic  
1/2 c. à thé de thym  
1/2 c. à thé de marjolaine  
1/2 c. à thé de persil  
1 c. à thé de sel  
1 c. à thé de poivre  
1 à 2 clous de girofle selon le goût  
2 1/2 tasses de bouillon de poulet  
(maison si possible)

#### **Préparation**

- Mettre tous les ingrédients dans une casserole et bien mélanger
- Porter à ébullition et laisser cuire à découvert 20 minutes par livre, à feu doux en brassant assez souvent
- Refroidir et verser dans la pâte
- Cuire à 400 °F jusqu'à ce que la pâte soit bien dorée
- Servir chaud

*Louise Faucher  
Cap Saint-Ignace*

48



*S'accompagne d'un vin rouge souple  
avec des saveurs épicées*

suggestions

- France, Sud-ouest, Buzet
- France, Languedoc-Roussillon, Coteaux du Languedoc
- France, Côtes-du-Rhône, Lirac

## Plats de résistance



### *Poitrines d'oie glacées au miel et sauce moutarde*

#### **Ingrédients**

2 poitrines d'oie  
1/4 de tasse de miel  
1/2 tasse de vin blanc  
1/2 tasse de bouillon de poulet  
1/2 tasse de crème 35 %  
1 c. à table de moutarde forte  
Sel et poivre  
Corps gras

#### **Préparation**

- Préchauffer le four à 350 °F – 375 °F
- Dans un poêlon, fondre le corps gras
- Saisir les poitrines à feu vif, 3 minutes de chaque côté
- Retirer du poêlon et déposer dans un plat allant au four
- Enfourner 10 minutes
- Pendant ce temps, déglacer le poêlon avec le vin blanc et réduire de moitié
- Ajouter le bouillon de poulet
- Réduire du tiers
- Ajouter la crème et la moutarde forte
- Réduire jusqu'à la consistance voulue
- Saler et poivrer
- Retirer les poitrines du four
- Déposer dans l'assiette
- Napper de sauce
- Accompagner de riz et de légumes de saison

*François Légaré  
Charlesbourg*



*S'accompagne d'un vin blanc corsé et gras*

49

suggestions

- France, Vallée du Rhône, Châteauneuf-du-pape
- France, Bourgogne, Meursault
- Australie, Chardonnay



### *Poitrine d'oie au presto*

#### **Ingrédients**

3 poitrines d'oie  
Vin rouge  
Oignon  
Ail  
Navet  
Carottes  
Sauce pour bœuf Cordon Bleu  
ou jus de tomate  
Eau

#### **Préparation**

##### **Option 1**

- Faire mariner les poitrines 48 heures dans le vin rouge
- Couper les légumes en petits cubes
- Faire brunir les poitrines dans un poêlon
- Mettre les poitrines dans le presto avec le jus de tomate et un peu d'eau
- Cuire pendant 40 minutes
- Retirer le presto du feu, enlever la pression et ajouter les légumes et du jus de tomate
- Refermer le tout et faire cuire pendant 5 minutes

##### **Option 2**

- Retirer le presto du feu, enlever la pression et ajouter les légumes ainsi que la boîte de sauce pour bœuf
- Refermer le tout et cuire 5 minutes

**Déguster avec des petits pois verts ainsi qu'un vin rouge très corsé**

*Mario Aubin  
Blainville*



*S'accompagne bien d'un vin rouge moyennement corsé mais aux tannins souples*

- Argentine, Mendoza, Malbec, merlot
- France, Languedoc, Coteaux-du-languedoc
- France, Provence, Côtes-de-provence

## Plats de résistance



# *Filets d'oie au porto et plus...*

***Cuisiner 2 plats avec une seule oie!***

### **Ingrédients**

2 filets d'oie (poitrines)  
1/2 tasse de raisins secs  
1/2 tasse de céleri haché  
1 échalote française  
Thym, sel et poivre  
Beurre  
2 tasses de consommé de bœuf  
2 tasses de porto

**Note :** le porto peut être remplacé par du cidre, auquel on ajoutera 1 tasse de pommes taillées en cubes.

### **Préparation**

#### **Préparation des filets (donnera 4 portions)**

- Faire sauter les filets au beurre avec l'échalote et le céleri
- Ajouter sel, poivre, thym et raisins
- Ajouter le consommé et le porto
- Laisser mijoter à feu très doux environ 1 heure
- Si désiré, retirer les filets et passer la sauce au mélangeur pour obtenir une texture lisse
- Je préfère éviter cette étape, mais j'y ajoute un filet de crème pour rendre la sauce plus veloutée

#### **Préparation du reste de la carcasse**

- Faire cuire le reste de l'oie avec un bouquet garni et 3 tasses de bouillon au choix, pendant environ 2 heures à très basse température ou jusqu'à ce que la viande se détache facilement des os
- Désosser et remettre la viande dans la casserole. Ajouter des légumes selon leur disponibilité
- Continuer la cuisson jusqu'à ce que les légumes soient à point
- Épaissir si désiré au beurre manié (2 c. à soupe de beurre et 2 c. à soupe de farine) et rectifier l'assaisonnement au goût

**Cette casserole se réchauffe très bien**

*Lucie Hamel  
Cap Rouge*



suggestions

*S'accompagne bien d'un vin rouge moyennement corsé aux arômes de fruits confits et d'épices*

- Espagne, Rioja, Rioja crianza
- Italie, Vénétie, Valpolicella ripasso
- Australie, Shiraz



# Gésiers d'oie des neiges

### Ingrédients

Gésiers  
Gras de canard  
Persil  
Ail  
Fines herbes

### Préparation

- Préparer les gésiers : enlever les plaques broyeuses (de grosses plaques cornées (deux) au centre du gésier, couper en deux chacune des parties, et les « fileter », c'est-à-dire enlever le ligament blanc qui entoure le gésier; on les enlève comme on enlève la peau sur un filet de poisson)
- Ensuite mettre le tout dans un chaudron épais contenant assez de gras de canard fondu pour recouvrir les gésiers
- Assaisonner le gras au goût
- Faire mijoter lentement de 1 1/2 à 2 heures
- Égoutter les gésiers et les servir ou alors les conserver au réfrigérateur dans le gras de canard (peut se conserver quelques mois)
- Pour les réchauffer, poêler avec du persil, de l'ail ou d'autres fines herbes
- Servir en salade tiède avec des petites patates rondes

*Michel Huot  
Québec*



*S'accompagne bien d'un vin rouge léger aux arômes de fruits*

- France, Languedoc-Roussillon, Côtes-du-roussillon
- France, Beaujolais, Morgon, fleurie
- Italie, Sicile i.g.t., Nero d'avola

# Tableau de conversion

## Mesures liquides

Système américain	Système métrique
1/8 de cuillère à thé	1/2 ml
1/4 de cuillère à thé	1 ml
1/2 cuillère à thé	3 ml
1 cuillère à thé	5 ml
1/4 de cuillère à soupe	4 ml
1/2 cuillère à soupe	8 ml
1 cuillère à soupe	15 ml
1/8 de tasse	35 ml
1/4 de tasse	65 ml
1/3 de tasse	85 ml
3/8 de tasse	95 ml
1/2 tasse	125 ml
5/8 de tasse	160 ml
2/3 de tasse	170 ml
3/4 de tasse	190 ml
7/8 de tasse	220 ml
1 tasse	250 ml

## Chaleur du four

Système américain	Système métrique
150 °F	70 °C
200 °F	100 °C
250 °F	120 °C
300 °F	150 °C
350 °F	180 °C
400 °F	200 °C
450 °F	230 °C
500 °F	260 °C
Broil	Gril

## Chaleur du four – autres données

Chaleur	Fahrenheit
Très doux	150 °F
Doux	200 °F
Médium	350 °F
Chaud	425 °F
Très chaud	500 °F

## Mesures solides

Système américain	Système métrique
1/2 oz	15 g
1 oz	30 g
1/8 lb	55 g
1/4 lb	115 g
1/3 lb	150 g
3/8 lb	170 g
1/2 lb	225 g
5/8 lb	285 g
2/3 lb	310 g
3/4 lb	340 g
7/8 lb	400 g
1 livre	454 g
2,2 lb	1 kg

## Termes canadiens/américains Termes français

Sucre granulé ou à fruits	Sucre en poudre ou sucre semoule
Sucre à glacer	Sucre glace
Ciboule ou ciboulette	Cive, cébette
Échalote	Petits oignons frais
Échalote sèche	Échalote
Levure de boulanger	Levure fraîche
Levure sèche	Levure lyophilisée
Poudre à pâte	Levure chimique
Soda à pâte	Bicarbonate de soude
Farine tout usage	Farine type 55
Farine à pâtisserie	Farine type 45
Crème sure	Crème aigre
Crème 15 %	Crème fleurette ou liquide
Crème à fouetter, crème 35 %	Crème fraîche
2 c. de sucre + 1 c. à thé de vanille	1 sachet de sucre vanillé





## *Dans la même collection*

- *Ours noir, vin rouge*
- *Oie blanche, vin rouge*
- *Grands gibiers, Grands vins*
- *Petits gibiers, Grands vins*



**Prix : 21,40 \$/chaque** (taxes incluses)

Pour commander : 1 888 LAFAYETTE (523.2863)  
Région de Québec 418 626.6858  
info@fedecp.qc.ca

