

La recette traditionnelle : le Melsat

La recette traditionnelle de cette semaine nous emmène dans le sud Aveyron, à l'Auberge de la Vallée, à **Saint-Félix de Sorgues** plus exactement. Merci à Anne-Claire TALLEC et Antoine VILLEMEN de nous avoir divulgué leurs secrets sur le **Melsat**.

Le **Melsat** est une charcuterie traditionnelle du Sud Aveyron (et du Tarn, ne nous fâchons pas avec nos voisins). Il s'agit d'une saucisse mi-sèche préparée avec des œufs, du pain et de la viande de porc. Cependant, à l'**Auberge de la Vallée**, nous le préparons en bocaux stérilisés, très pratiques pour improviser une entrée de dernière minute.



© Auberge de la Vallée

Ingrédients

Pour environ 12 bocaux de 500 ml, il vous faut :

- 2 kg de chair à saucisse non assaisonnée
- 1,5 kg de pain
- 1,5 kg d'œufs (sans les coquilles !) soit environ 30 œufs

Préparation

Casser les œufs dans un cul de poule, fouetter pour homogénéiser. Couper le pain en petits dés. Dans un grand récipient, malaxer longuement le pain et les œufs, puis ajouter la chair à saucisse, 90 g de sel, 10 à 15 g de poivre, du thym mondé. Bien malaxer de nouveau en cassant les mottes de viande si nécessaire. Le mélange doit devenir un peu collant.

Mettre dans les bocaux en chassant l'air, en tassant, en laissant un peu d'espace car la préparation va gonfler à la cuisson. Bien nettoyer le rebord des verrines, mettre la capsule, visser le couvercle. Stériliser 2 h à partir de l'ébullition. Vérifier en cours de stérilisation que l'eau recouvre toujours les couvercles d'au moins 2 cm



Pour l'utiliser

Sortir le melsat du bocal, couper en tranches ou en dés, passer à la poêle bien chaude avec un fond de graisse de canard, servir avec une salade ou comme des croûtons avec une soupe.