

# HAPPY SUNDAYS

**Dimanche 13 décembre à partir de 12h**

**Coulis de riz, brisure de truffes  
et champignons**

**Gigot d'agneau à la chapelure  
et ses légumes**

**Tome de la Ferme de Raillette**

**Gâteau des rois et mousse abricot**



**Réservation :**

0565387329 ou 067603 47 17

[reception@grandcouventgramat.fr](mailto:reception@grandcouventgramat.fr)

*Dans la limite des places disponibles*

**Noël au Grand Couvent**

**Fête du pain**

**Pains produits sur place**

**L'histoire :**

Un repas issu des moines aux saveurs médiévales, les Happy Sundays vous font voyager dans le temps un dimanche par mois !

Produits de saison, circuit court, mélange gustatif et historique, découvrez la cuisine d'époque au **Grand Couvent de Gramat**.



*\*Hors boisson*

# HAPPY SUNDAYS



Focus sur :

## Coulis de riz

Inspiré d'une recette monastique italienne de potage de riz aux truffes du père Dellepiane, ce plat se faisait toute l'année et pouvait se manger chaud ou froid. A l'époque les truffes étaient conservées dans le vinaigre, rincées à l'eau et ajoutées au potage en fin de cuisson. Dans notre recette, les truffes cuisent avec le riz et sont mixées ensemble afin d'obtenir un délicieux coulis.

## L'histoire de Noël

Noël trouve son origine dans la célébration chrétienne de la naissance de Jésus-Christ. Les Évangiles de Matthieu et de Luc racontent sa naissance à Bethléem, auprès de Marie et de Joseph.

C'est au IV<sup>e</sup> siècle que le 25 décembre s'impose progressivement comme date de célébration à Rome. Cette période correspondait déjà à d'importantes fêtes liées au solstice d'hiver et au retour de la lumière.

La fête de la Nativité se développe ensuite dans tout le monde chrétien.

Au Moyen Âge, les représentations de la naissance du Christ se multiplient dans les églises.

Au XIII<sup>e</sup> siècle, saint François d'Assise contribue à populariser la crèche, notamment avec la célèbre crèche vivante de Greccio en 1223.

La liturgie chrétienne fait de Noël l'une des grandes fêtes de l'année, célébrant le mystère de l'Incarnation.

Aujourd'hui encore, la messe de Noël et la crèche rappellent aux chrétiens la naissance du Christ et le message d'espérance qui l'accompagne.

Vous trouverez à la chapelle l'exposition "chemin de crèches" où 48 crèches du monde sont exposées nous rappelant que Noël demeure une fête profondément ancrée dans l'histoire et la tradition chrétiennes à travers le monde.



## L'arbre des Fêtes

Dans la tradition biblique, l'arbre est une représentation de la Vie qui unit la Terre( racines) au Ciel (feuilles). L'arbre a, de tous temps, été objet de culte, en particulier, les arbres à feuillage persistants jugés bienfaisants. Au Moyen Âge, et selon les régions, on suspend à sa porte des branches de pin et de sapin ou des rameaux de buis, houx, genévrier... pour ainsi éloigner démons, sorcières et autres mauvais esprits... A cette époque, en Europe, on avait coutume de jouer vers la période de Noël des scènes de la bible sur le parvis des églises l'arbre coupé pouvait ainsi facilement être déplacé. Dans ces scènes appelées « **les mystères** » on trouve la scène du jardin d'Eden et de la Tentation nécessitant d'avoir un pommier chargé de fruits. La saison ne s'y prêtant guère, on utilisait alors un arbre vert (sapin, épicéa...) décoré de pommes rouges. Progressivement le sapin va entrer dans les églises, et être « décoré », comme avec « **des oublies** » (gaufrettes confectionnées à partir d'une pâte à hostie), et des fleurs en papier Les premiers écrits faisant mention de sapins sur pied décorés datent de la 2ème moitié du XVIème siècle et sont d'origine alsacienne. Le sapin entre dans les maisons dans les pays germaniques, fixé sur un pied en bois ou planté dans un seau de sable il est sur une table au centre de la salle commune, ou au centre du salon dans les familles un peu plus aisées. Il est décoré de denrées comestibles : bonbons, biscuits et de guirlandes composées de fruits. « À Noël, on distribuait ces friandises, « l'arbre des fêtes », porteur de présents sera conservé jusque dans les années 1940.



# HAPPY SUNDAYS Gigot d'agneau



Au XVème, les terres des abbayes servent aussi aux troupeaux. Les premières fermes destinées à l'élevage furent créées par les moines cisterciens. Au delà de la nourriture, du lait, les troupeaux étaient précieux pour la laine, la peau, la corne. Les premières traces de l'agneau dans le Quercy remontent à 1770, il était dit, dans le Quercy, pays de collines, sec et aride, on trouve de beaux moutons à la chair délicate. Chênes, genévriers et épineux influençant sans doute la qualité de la viande. Pendant 2 siècles, la qualité va perdurer jusqu'à être remise en cause car, voulant profiter de la réputation de cette viande, de nombreux éleveurs extérieurs venaient faire abattre leurs troupeaux dans le Lot dans le but de revendre leurs bêtes sous l'appellation "Quercy". C'est vers 1980 qu'est créé le cahier des charges régissant la race, le lieu d'élevage et l'âge permettant d'être dans l'appellation. Label rouge depuis 1990, l'Agneau fermier du Quercy est l'un des fleurons de notre région.



## Gâteau des rois "Gorenflot"

Au moyen-âge Le royaume de France se partageait alors entre la langue d'oc où l'on fabriquait toujours un gâteau des rois (la recette variant suivant les régions : flammusse de Bresse, patissous du Périgord, coque des rois ariégeoise, etc.) et la langue d'oïl où l'on préparait dès le XVe siècle un dessert de pâte sablée fourré de crème d'amandes qui devient plus tard une pâte levée à la levure de bière nommée "gorenflot". C'est le premier gâteau dans lequel on introduisit une fève. Les gorenflots étaient confectionnés dans des moules octogonaux, destinés à sept convives, la huitième part étant réservée à Dieu. Le nom « Gorenflot » viendrait du nom du moine qui confectionna le 1er ce gâteau, mais... Gorenflot est aussi un moine lâche, peureux, et gourmand, créé par Alexandre Dumas père, personnage que l'on retrouve dans plusieurs de ses textes (les Quarante cinq, la Reine Margot...).

