

La méthode Franck

Pour réussir à coup sûr vos accords plats-vins



Alain Franck

Michel Meiffren (photographies)

lemuscadier

Revue de presse



22 octobre 2012

Site Web
www.lhommeaumasculin.com

<http://www.lhommeaumasculin.com/vous-ne-savez-pas-accorder-le-vin-a-votre-cuisine-12384/>

La méthode Franck
Pour réussir à coup sûr vos accords plats-vins

66 recettes originales et leurs accords

Cuisine »

Vous ne savez pas accorder le vin à votre cuisine ?

écrit par Nadine Chazeau • Lundi 22 octobre 2012 •

0 Tweets

7 Shares

Méthode Franck à la rescousse !

Ce n'est pas une honte ! Avant d'être capable de le faire, il faut en général en savoir un peu plus sur le vin, sur la recette qui l'accompagnera et surtout, sur vos goûts ! Sans ça, vous aurez toujours quelques difficultés avant de réussir à marier le vin et la cuisine. En effet, il ne faut pas qu'un vin soit trop puissant au risque de cacher les subtilités d'une recette et inversement.

Après on peut très bien choisir de servir de bons vins mais sans plus en répétant la même simplicité qu'une majorité de la population a adopté (*on l'a tous fait une fois*) : rouge = viande, blanc = poisson, rosé = grillade et apéritif. C'est sûr, de cette façon on ne se trompe pas vraiment. Mais pourtant, quelques blancs révèlent toutes leurs facettes en accompagnant une viande et non un poisson !





22 octobre 2012

Site Web
www.lhommeaumasculin.com

Si vous êtes du genre à sauter sur toutes les occasions pour vous lancer dans de nouvelles aventures culinaires, même les plus osées et risquées, la *Méthode Franck* est pour vous ! Mise au point par *Alain Franck* (d'où le nom, forcément !) la *Méthode Franck* est un ouvrage proposant une méthode simple, amusante et efficace pour apprendre à associer soi-même, en fonction de son profil gustatif, les plats avec les vins.

L'auteur a réuni ici les résultats des différents tests et expériences qu'il a eu l'occasion de mettre en œuvre tout au long de sa carrière particulièrement riche dans les milieux de la gastronomie et de l'œnologie, pour les mettre à la disposition du public amateur. En effet, *Alain Franck*, avant de se lancer dans la rédaction de cet ouvrage, qui j'en suis sûr attisera en vous l'envie d'en savoir plus, était un chef cuisinier mais aussi un chef d'entreprise (*création de plats en conserves référencées en grande partie chez Fauchon*) entre les années 80 et 90 avant de devenir formateur à l'école des *Vins de Bourgogne*. Il se spécialisera dans les accords plats-vins avant de mettre au point sa méthode au fil des ans avec ses stagiaires. En s'appuyant sur la connaissance de nos 5 sens et des 5 saveurs fondamentales, la *Méthode Franck* a pour objectif d'apprendre au lecteur à analyser ses propres choix gustatifs et à ouvrir sa palette de goûts.

<http://www.lhommeaumasculin.com/vous-ne-savez-pas-accorder-le-vin-a-votre-cuisine-12384/>



Alain Franck © DR



22 octobre 2012

Site Web
www.lhommeaumasculin.com

<http://www.lhommeaumasculin.com/vous-ne-savez-pas-accorder-le-vin-a-votre-cuisine-12384/>

Grâce à des outils simples et à la portée de tous, chacun va ainsi pouvoir expérimenter le plaisir de bien manger et bien boire en harmonie, et découvrir que les accords entre les plats et les vins relèvent essentiellement du bon sens à travers des questions simples comme « *lequel de mes cinq sens sera le plus important pour apprécier ce plat ?* », « *un second sens entre-t-il en jeu et, le cas échéant, lequel ?* », « *quel adjectif définit le plus justement le goût de ce plat ?* », « *ce plat présente-t-il une saveur dominante et, dans l'affirmative, laquelle ?* », « *quelles sont les circonstances du repas (le motif, la saison, le nombre et le type de convives, etc.) ?* ». et enfin la plus importante : « *quel montant suis-je prêt à consacrer au repas, et donc à l'achat du vin ?* »

Alors, fini les idées préconçues, fini les accords faits d'avance, fini les accords de circonstance... Nos 5 sens sont en éveil, prêts à la dégustation !

Cet ouvrage propose également 60 recettes traditionnelles ou originales, illustrées et accompagnées des accords plats-vins correspondants qui vous permettront de mettre en pratique ce que vous aurez appris dans le livre. Les conseils et suggestions de l'auteur, qui puise en toute liberté dans un très large éventail d'appellations françaises et étrangères, émerveilleront les papilles des sommeliers en herbe !

On demandera bientôt vos conseils en titre de connaisseur en vin grâce à cette méthode !

Plus d'informations

La Méthode Franck – Pour réussir à coup sûr vos accords plats-vins

Édition Le Muscadier

Nombre de pages : 240

Prix TTC : 19 euros



ÉDITION. Le chef Alain Franck et le photographe Michel Meiffren viennent de sortir un livre.

Trouver l'accord parfait

C'est le casse-tête des repas quand on n'est pas spécialiste. Quel vin va pouvoir accompagner mon plat ? Le chef Alain Franck a mis au point une méthode pour réussir.

C'est un ouvrage qui pourrait aider de nombreux cuisiniers amateurs. Après des années d'enseignement à l'école des vins à Beaune, la création d'une conserverie et la gestion d'un restaurant, Alain Franck a décidé d'écrire un livre sur son savoir-faire. « J'ai une méthode pour réussir son accord mets-vins », indique le chef qui tient aujourd'hui une maison d'hôte avec sa femme à Allériot.

Un livre didactique

Bien sûr dans le livre, il y a des recettes. Une soixantaine en tout, accompagnée à chaque fois de son accord en vin. Des recettes simples, plus ou moins élaborées, réalisables



Alain Franck (à gauche) livre sa méthode pour réussir l'accord mets-vins dans un ouvrage illustré par le photographe chalonnais Michel Meiffren (à droite). Photo G. J.

par tous. Mais cet ouvrage est avant tout fait pour arriver à cet accord. La méthode Franck est simple : s'appuyer sur les cinq sens et les cinq saveurs fondamentales pour parvenir à l'accord parfait en analysant ses propres choix.

Une carte d'identité gourmande

La première partie de l'ouvrage consiste en effet à trouver sa carte d'identité gourmande. Entre salé et sucré, amer et acide, chacun est invité à partir vers sa propre

expérience et ses goûts. Le « c'est bon » attendu maintes fois après une dégustation cache en effet beaucoup de choses que chacun ressent différemment. Ensuite, le bon sens entre en action. On repère les caractéristiques du

“ Il faut prendre conscience de son identité gourmande.”

Alain Franck, cuisinier

plat et on les traduit par des adjectifs. Il ne reste qu'à trouver le vin en faisant le parcours inverse : traduction des adjectifs vers le type de vin recherché. Exemple simple avec un radis, du sel, du beurre face à de l'eau gazeuse, du vin et du vin rouge. Un radis se mange avec l'eau. Un radis-sel avec du vin blanc et un radis sel-beurre avec du vin rouge. Chaque plat a des qualités face auxquelles on peut associer un vin. C'est aussi simple que cela.

GRÉGORY JACOB

• La méthode Franck, pour réussir à coup sûr vos accords plats-vins, édition Le Muscadier, 19 €, vendu dans toutes les librairies de Chalons et sur Internet.



► LA METHODE FRANCK, POUR REUSSIR A COUP SUR VOS ACCORDS PLATS-VINS

Première évidence, la gastronomie est l'art de bien manger et de bien boire. Elle est à la portée de toute personne, mais surtout elle est la seule activité humaine à utiliser nos cinq sens. Chaque sens est plus ou moins développé d'un individu à l'autre, mais tous sont nécessaires – voire indispensables – dans l'appréciation des plaisirs de la table – quelle que soit cette table. Il est nécessaire de bien connaître ces sens, de les évaluer et de leur donner une véritable éducation pour mieux comprendre pourquoi nous aimons manger certains produits et pourquoi nous en apprécions moins d'autres. C'est l'un des objectifs de cet ouvrage.



Le mariage entre le manger et le boire est difficile à appliquer et surtout à expliquer. Ce livre propose une méthode simple et amusante pour y parvenir. Il propose un tour d'horizon de toutes nos aptitudes gustatives replacées dans un contexte à la fois pragmatique et expérimental, en s'appuyant sur la connaissance de nos réactions sensorielles. Faire le lien avec les accords entre les plats et les vins coule alors de source et devient un exercice très agréable, auquel nous invite l'auteur de cet ouvrage.

Cette méthode est complétée par 60 recettes traditionnelles ou originales, accompagnées des accords plats-vins correspondants, qui permettront au lecteur de mettre en pratique ce qu'il aura appris dans le livre.

PARUTION OCTOBRE 2012 - 224 pages - Prix : 19 € TTC ■



Découvrir "la méthode Franck" à l'Athenaeum

Réussir à coup sûr ses accords mets et vins. Depuis qu'existe l'analyse sensorielle, beaucoup d'auteurs ont cherché à le proposer dans des ouvrages pas toujours convaincants. Aujourd'hui, c'est Alain Franck qui s'y colle et... réussit. Parce qu'avant le faire-savoir, il a le savoir-faire. Explications.

"La méthode Franck, pour réussir à coup sûr vos accords plats vins", c'est le titre d'un livre qui vient de paraître aux éditions Le Muscadier (une toute jeune maison qui offre un espace d'expression à toutes celles et à tous ceux qui ont envie d'écrire en gros ce que les autres pensent en petit) et dont l'auteur, Alain Franck sera l'invité "dédicaces" de l'Athenaeum rue de l'Hôtel-Dieu, le samedi 24 novembre de 15 à 17 heures.

« Un de plus », diront les sceptiques en déroulant la [trop ?] longue liste des ouvrages qui depuis qu'existe la dégustation moderne, déferlent sur le marché et dont il aurait été préférable, le plus souvent, de ne pas faire tout un... plat.

« Un de mieux » rétorqueront ceux qui l'ont "feuilleté" et lu, mais aussi ceux qui connaissent l'auteur, Alain Franck, dont le parcours, depuis presque 40 ans, s'est toujours inscrit dans le savoir-faire bien avant

le faire-savoir, dans l'être avant le paraître. Tour à tour — ou simultanément — restaurateur, créateur d'une entreprise de plats en conserves référencés par Fauchon, formateur à l'école des Vins de Bourgogne, Alain Franck est logiquement devenu un spécialiste des accords mets-vins et créateur d'une méthode qui, en prenant le contrepied de ce qu'on lit habituellement, revient, finalement aux sources originelles de la dégustation.

"Vos" ACCORDS

Car dans le titre de ce livre "La méthode Franck, pour réussir à coup sûr vos accords plats vins", le mot le plus important, c'est "vos". « Vos accords », annonce Alain Franck au lecteur potentiel. C'est que, s'appuyant sur le croisement des 5 sens et des 5 saveurs fondamentales, la méthode Franck ne schématise pas,

ne "catégorise" pas, ne détermine pas, n'impose pas "son" point de vue, ne décide pas à la place du lecteur, elle lui apprend à décider par lui-même, après qu'il eut évalué ses propres choix gustatifs et fait l'analyse de ses propres goûts. Et c'est à partir de ce profil gustatif personnel, entre le bon et le bon sens, que le lecteur va entrer en communion avec... lui-même, loin des clichés "vin blanc-poisson", "vin rouge-gibier", "rosé-barbeque" et va décider d'embarquer ses convives dans ses propres aventures culinaires, plutôt que de les faire monter d'un bloc dans le wagon des schémas tout faits de la "bienpensance" œnologique.

Si dans ce livre, les outils d'approche sont simples, la méthode, fruit de presque 2 décennies d'études et d'expériences, n'est en rien simpliste. Elle est au contraire, innovante et originale.

Et si les 60 recettes — illustrées de superbes photographies de Michel Meiffren — sont toutes accompagnées d'accords plats-vins — "préconçus" plus que préconçus — ce n'est pas pour les imposer au lecteur (ni le vin, ni le plat, ni l'accord), ils sont là comme de véritables travaux pratiques d'illustration aux enseignements du livre. Dans la préface de



son Dictionnaire philosophique portatif, Voltaire écrivait « les livres les plus utiles sont ceux dont les lecteurs font eux-mêmes la moitié », alors, à l'évidence "la méthode Franck" est de ceux-là. Parce qu'avec elle, c'est sûr, les amateurs de vins et de gastronomie « étendent les pensées dont on leur présente le germe [...] corrigent ce qui leur semble défectueux, et fortifient par leurs réflexions ce qui leur paraît faible » conduisant la philosophie des Lumières en développant son... bon sens.

"La méthode Franck, pour réussir à coup sûr vos accords plats vins", aux éditions Le Muscadier. Dédicace à l'Athenaeum le samedi 24 novembre de 15 à 17 heures.

22 nov. 12

La méthode Franck pour réussir à coup sûr vos accords plats-vins



La méthode Coué est-elle compatible avec la gastronomie ? En matière de dégustation, suffit-il de vouloir pour pouvoir ? A en croire Alain Franck, ancien restaurateur bourguignon et producteur de conserves fines pour Fauchon, Bernard Loiseau ou Georges Blanc, **accorder au mieux les vins avec les plats d'un repas est plus simple qu'il y paraît. Comme certains ont l'oreille absolue, chacun d'entre nous peut avoir le "goût absolu", il suffit juste de s'entraîner en suivant la méthode Franck...** Pour cet intervenant chevronné de l'Ecole des vins de Bourgogne à Beaune, réussir à coup sûr ses accords plats-vins exige que le gourmet qui sommeille en chacun de nous exerce son esprit critique et ses capacités d'analyse: *"Je commence par un simple test. Devant chaque convive, je pose une assiette avec un radis, du sel et du beurre et trois verres: le premier rempli d'eau gazeuse, le second de vin blanc sec, le troisième de vin rouge. Et tout le monde tombe d'accord sur les associations parfaites. Avec le radis, seule l'eau convient. Ajoutez un peu de sel à votre radis, et c'est alors le vin blanc sec qui emporte le morceau. Avec le beurre, la rondeur du rouge s'impose".* C'est l'un des messages à retenir: *"Ajoutez ne serait-ce qu'un ingrédient à un plat, vous en changez l'équilibre gustatif. Il vous faut donc changer la boisson qui l'accompagne".*

Dans son livre "La méthode Franck" (Editions Le Muscadier), l'auteur présente une soixantaine de recettes traditionnelles ou plus tendance avec les vins recommandés pour leur dégustation. Un ouvrage qui tranche avec les habituels cours de dégustation que l'on croirait réservés aux possesseurs d'un Bac Sciences option Chimie. **La recherche du bon accord mets-vins serait-il à la portée du plus humble des néophytes ? A ses lecteurs, Alain Franck propose de venir tester l'efficacité de sa méthode dans les chambres d'hôtes qu'il tient à Allériot, près de Châlons sur Saône...** Preuves à l'appui

La méthode Franck pour réussir à coup sûr vos accords plats-vins, Alain Franck, Editions Le Muscadier

<http://bruitcotecuisine.canalblog.com/archives/2012/11/22/25641568.html>

CHALON : " La Méthode Franck ..." Gastronomie et photos... deux arts pour un ouvrage

17 déc 2012 - DERIOT Daniel

Voilà un ouvrage à mettre entre toutes les mains et qui ne devrait pas quitter la cuisine. "La méthode Franck" ce n'est donc pas seulement 60 recettes originales et leurs accords, mais une encyclopédie originale et régionale.



Originale car elle est le fruit d'une longue préparation, concoctée par un chef qui n'est pas seulement derrière les fourneaux mais qui est un chercheur et vulgarisateur de nouvelles recettes.

L'ART DE LA GASTRONOMIE ET DE LA PHOTO

Régionale : car ce sont des recettes qui ont été conçues par Alain Franck qui successivement a tenu un restaurant fort sympathique et convivial à Allériot au milieu des années soixante dix. Cet établissement avait pour nom "La frairie de Saône" Un restaurant qui est devenu par la suite une entreprise au label dont la réputation a rapidement dépassé les frontières régionales .Ce personnage- car Alain Franck est avant tout un novateur- a eu l'idée de mettre des spécialités en conserves de verres et de les commercialiser au plus grand, c'est à dire Fauchon, excusez du peu ! C'est ensuite les célèbres chefs Bernard Loiseau et Georges Blanc qui commercialisent dans leurs épicerie fines, les fabrications d'Allériot.



Si la Bourgogne est fière de sa gastronomie, elle possède aussi un autre art, celui de la photographie . Heureuse alchimie donc entre l'art culinaire et les plats photographiés par Michel Meiffren qui a lui aussi un parcours non moins original. Il a débuté comme figurant puis comme technicien sur le tournage "Les demoiselles de Rochefort" bien avant de s'établir dans notre ville comme professionnel de courts métrages, axant ses reportages dans le monde de l'industrie mais aussi dans les domaines de l'action sociale.

UNE VOCATION PÉDAGOGIQUE AFFIRMÉE

La première partie de l'ouvrage est pédagogique. Alain Franck qui a été également formateur à l'école des vins de Bourgogne à Beaune, revient sur les cinq sens pour retrouver "le bon sens". La présentation n'a rien d'académique mais se décline d'une façon agréable à la lecture, parfaitement illustrée. Cette première partie n'est pas seulement une mise en bouche théorique, elle suscite de suite le désir d'aller plus loin, d'approfondir ses connaissances et l'aspect ludique n'est pas très loin avec, en conclusion de cette première partie, la carte d'identité gustative individuelle (C.I.G.I).



Chacun d'entre nous possédant, à partir de ses goûts, une CIGI établie à partir du sel, du sucre, du doux et du fort, Alain invite le lecteur à établir sa propre carte, puis à la confronter à d'autres. C'est là que le jeu devient subtil...

LES ACCORDS PLATS VINS

A l'approche des fêtes de Noël et de fin d'année, mais pas seulement, la confection d'un menu est l'heureux mariage entre les plats et les vins. L'ouvrage a été conçu avec une méthode simple et ludique mais aussi très efficace. Pas moins de 60 recettes sont détaillées sur la page de gauche alors que sur page de droite figure en guise d'illustration une photo de l'autre chef Michel Meiffren.



Des photos superbes, inspirées de nature morte, suscitent également le désir, donnent l'envie et c'est toute l'invitation gustative de l'ouvrage qui ne dormira pas dans les bibliothèques !



D'un format carnet de recettes, 260 pages constituant une invitation à découvrir ou redécouvrir la cuisine.

Une suggestion originale de cadeau également pour 19 euros . Les éditions "Le Muscardier" ont aussi réussi aussi un coup de maître pour la présentation de cet ouvrage.



Samedi 22 décembre
2012

Radio

Ce samedi 22 décembre 2012, Alain Franck est invité par Florence Gallice à participer à l'émission **Les amis du samedi**, diffusée tous les samedis de 11h30 à 12h30 sur France Bleu Bourgogne.

<http://muscadier.fr/alain-franck-sur-france-bleu-bourgogne/>



LE VAGABOND DES VIGNOBLES

Etreennes... utiles

VOUS digérez avec (ou sans) méthode les festivités des réveillons, l'esprit encore embrumé des vapeurs d'alcool (faut pas trop le dire, sinon gare !) et le système digestif encombré de bienfaits de la cuisine à l'état de ruines. Et vous vous promettez que «n-i ni» c'est bien fini, on ne vous y reprendra plus à glouglouter sans discernement et à surestimer les viandes au détriment des légumes. Par ailleurs, vous n'êtes pas prêts à renoncer aux plaisirs de la table lesquels, bien compris et fignolés avec soin, sont compatibles avec l'équilibre. Deux livres, très bien écrits, présentés avec art, devraient vous conforter dans ces idées.

La Méthode Franck. De son passage à l'École des vins de Beaune où il fut un formateur écouté, Alain Franck a gardé un sens aigu de la didactique. Il y a acquis cette «idée-force» que l'acte qui consiste à faire «passer par tétamine» tout un ensemble de connaissances, relève presque autant de la manière que du contenu à intégrer. Aussi son livre qui traite des (trop ?) célèbres accords mets-vins n'emprunte-t-il pas à ces phraséologies incantatoires que dispensent tant de gourous de plateaux télévisés. Cela ne signifie pas pour autant que la seule lecture de cet ouvrage va vous transformer illico en chef étoilé. En bon pédagogue, Alain Franck suscite

Les réveillons ont réveillé nos vieux instincts carnassiers. Difficile, pour l'esprit de résister en effet, aux aubades culinaires de ces fiestas aux connotations religieuses, cé-



lébrant les transports des sens qui s'étourdissent aux rencontres gustatives avec foies, rôtis et volailles parés de belle graisse. L'immense mérite du livre de Ségolène Lefèvre (Le Goût des Légumes), c'est de nous montrer que l'excellence de la cuisine peut s'appuyer sur une riche utilisation des produits du potager. Ce constat peut paraître banal tant semble exister aujourd'hui une gastro-

nomie qui prend en compte l'équilibre alimentaire et la volonté de manger sain, voire écologique. Ségolène Lefèvre ajoute à ce fait de société une dimension culturelle. Non contente de nous faire saliver à la lecture des recettes proposées par Michel Portos, elle exhume de l'histoire botanique tous les secrets de l'arrivée des légumes sur nos tables. L'ouvrage n'en devient que plus séduisant, l'aspect spectacle de la démonstration étant, lui, assuré par de magnifiques photographies



le désir de «frotter et limer sa cervelle» cuistancière avec la sienne. Il n'impose pas, il suggère. Ce livre présente pourtant un danger : il est si captivant que vous n'avez plus envie de le lâcher et ce, au détriment de vos fourneaux qui, par voie de conséquence, risquent de somnoler. La remarque vaut aussi compliment.

Alain Franck. La méthode Franck. Pour réussir à coup sûr vos accords plats-vins. 240 pages. Format 25,5 x 13,5. Editions le Muscadier. Prix : 19 €.

d'Anne Lanta.

Ségolène Lefèvre. Le goût des légumes. Du jardinage à l'art culinaire. 171 pages. Format 24x26. Editions Féret. Prix : 33,50 €.

Bonnes lectures !

PIERRE CARBONNIER



Dimanche 13 janvier
2013

Radio

ON VA DÉGUSTER



**"La méthode Franck,
ça fonctionne !"**

Dominique Hutin, oenologue,
journaliste expert en vins (et chroniqueur de l'émission)

par François-Régis Gaudry,
les dimanches de 11h à 12h

<http://www.franceinter.fr/emission-on-va-deguster-mets-et-mots>

Je le veux
Art de vivre



retour



Donnez une note à cet article



votes

L'accord mets vins pour les nulles

Préparer un **bon petit plat** c'est bien, mais le servir **avec le bon vin** qui mettra en valeur toutes les saveurs des produits cuisinés c'est encore mieux. Pour en finir avec les faux pas qui peuvent facilement nous gâcher le repas, on suit « La méthode Franck ».

Dans son **livre**, Alain Franck, restaurateur passionné de cuisine et formateur à l'école des vins de Bourgogne, nous apprend de manière **ludique et hyper didactique** comment réussir à coup sûr l'accord plats-vins, **même pour les nulles en oenologie!**

Le must: 60 recettes accompagnées de l'accord plat-vin correspondant, comme la charlotte au brochet de bleu de Bresse à servir avec un marsannay-la-côte rosé, un aligoté nerveux ou un côte de provence vif et fruité pour un **effet mix and match** garanti.

On aime aussi: les petits **trucs et astuces illustrés** par des photos, comme par exemple soigner la présentation des plats pour donner l'illusion d'une assiette plus fournie et bluffer ses amis!

La méthode Franck d'Alain Franck

Le muscadier

240 pages, 19 €

<http://www.doitinparis.com/fr/art-de-vivre/je-le-veux/laccord-mets-vins-pour-les-nulles-13848>



La méthode Franck



Réussir un bon mariage entre plats et vins n'est pas toujours chose facile. Cette quête du meilleur accord relève même souvent de la gageure, tant elle est, de nos jours, artificiellement entourée de mystères insondables savamment entretenus par quelques experts auto-proclamés.

Pourtant, l'exercice n'est pas si compliqué que cela. C'est ce que démontre avec brio le chef Alain Franck qui publie un livre très pratique. Une méthode simple, amusante et redoutablement efficace pour apprendre à accorder avec subtilité les plaisirs du bien manger et du bien boire.

En s'appuyant sur la connaissance de nos cinq sens et des cinq saveurs fondamentales, la méthode Franck nous permet d'analyser nos propres choix gustatifs et d'ouvrir notre palette de goûts. Grâce à des outils véritablement à la portée de tous, chacun va ainsi découvrir que les accords entre plats et vins relèvent essentiellement du bon sens.

Parmi ces outils, on trouve notamment un tableau des accords, qui se décline en fonction des caractéristiques de chaque plat – c'est ce tableau que l'on retrouve dans les quatre recettes qui suivent, tirées de la soixantaine que propose l'ouvrage. En répertoriant les sens principaux mis en œuvre lors de la dégustation, la saveur dominante du plat ou encore les circonstances du repas, on évite les erreurs causées parfois par des idées préconçues, et on définit avec un maximum de certitude le meilleur vin à servir. La méthode Franck est innovante et très convaincante. Mise en bouche...

L'auteur

Pendant toute sa carrière, Alain Franck a voulu pratiquer une cuisine simple, découvrir des vins bien faits et chercher une gastronomie à la portée de tous. Ses expériences de cuisinier restaurateur, de conservateur de produits haut de gamme et de formateur à l'École des vins de Bourgogne à Beaune lui ont permis de mettre au point cette méthode originale, qui démystifie l'art des accords plats-vins.

Le photographe

C'est à l'âge de 16 ans, alors qu'il est figurant puis technicien sur le tournage du film *Les Demoiselles de Rochefort* de Jacques Demy, aux côtés de Catherine Deneuve et de Françoise Dorléac, que Michel Melffren trouve en l'image sa vocation. Après des études d'architecture, il se dirige vers la photographie, principalement dans l'édition et dans l'industrie. Il réalise également des courts métrages à vocation socioculturelle, dont il compose et produit lui-même la musique.



L'ŒIL DU CHEF
La douceur de ce plat et la rondeur boisée du goût des amandes vont vous réchauffer en cette soirée encore fraîche du mois de mai. Sans complication, vous proposez à vos amis un plat gourmand et chaleureux. N'oubliez pas de griller les amandes juste avant le service pour qu'elles restent croquantes.

Sauté d'agneau aux amandes

- 1,5 kg d'épaule d'agneau désossée coupée en gros morceaux de 50 g environ
- 250 g de vin blanc doux (un muscat par exemple)
- 25 g de vin de liqueur (pineau des Charentes, macvin du Jura, floc de Gascogne, ratafia de Bourgogne, etc.)
- 350 g de fond brun de viande
- 120 g d'oignons
- 100 g de carottes
- 50 g de poudre d'amandes
- 80 g d'amandes effilées
- 30 g d'ail
- 1 filet d'huile de noix

6 personnes
Préparation : 30 mn Cuisson : 1h30 mn

- Prenez une cocotte allant au four, dorez les morceaux de viande dans un peu d'huile sur toutes les faces. Salez, poivrez et réservez. Jetez dans la cocotte oignons et carottes coupés en petits morceaux, remuez. Déglacez avec le fond de viande. Ajoutez le vin blanc, l'ail et posez les morceaux de viande dessus. Couvrez et enfournez à 150 °C pendant 1h30.
- Toutes les demi-heures, retournez et arrosez les morceaux. À la fin de la cuisson, sortez la cocotte du four. Retirez la viande, réduisez la sauce sur un feu vif si nécessaire et ajoutez la poudre d'amandes et le vin de liqueur choisis. Remuez, rectifiez l'assaisonnement et remettez la viande au chaud.
- Dans une poêle, grillez à sec les amandes pour parsemer au moment du service les morceaux de viande avec éventuellement un filet d'huile de noix. Servez à l'assiette ou dans un plat chaud.

Caractéristiques du plat		Comment en parler ?	
		Plat	Vin
Sens principal	goût	suave	rond
Sens secondaire	odorat	fruits secs	aromatique
Goût		gourmand	tendre – moelleux
Saveur dominante	salé et doux	chaleureux	généreux
Circonstances	au printemps encore un peu frais – un repas chaleureux entre amis		
Accompagnement	une fondue d'aubergines		
Cave	un vin dans les blancs avec des notes de fruits secs ou d'amandes		
Suggestions	un Côtes-du-jura chardonnay et savagnin - le chardonnay apportera le rond et le tendre, le savagnin l'aromatique et la puissance – une autre possibilité est de basculer dans un léger moelleux, par exemple un pacherenc-du-vic-bilh ou un jurançon sec		



Fleur aux trois saumons

4 personnes Préparation : 1 h + 24 h Cuisson : 10 mn

480 g de saumon frais de très bonne qualité
20 g + 20 g d'huile d'olive
60 g de court-bouillon sur 1 litre préparé
40 g de crème fraîche
3 g de sel et une pincée de poivre blanc
5 g de piment doux ou de paprika
1 citron vert
3 à 4 feuilles d'oseille
quelques feuilles de roquette
4 belles tranches de saumon fumé
4 belles tomates

• Du saumon frais, prélevez 180 g de chair sans arête que vous escaloperez en fines tranches et que vous placerez sur une grande assiette.

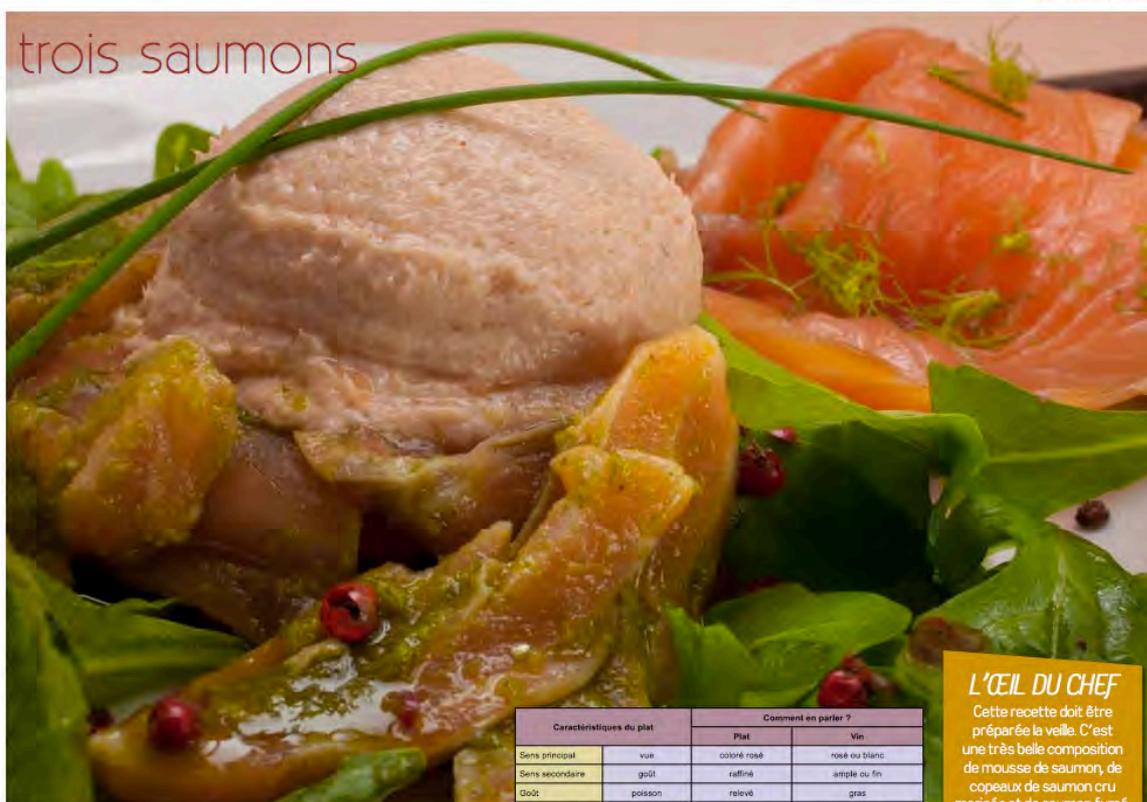
• Dans un bol mixer, versez le zeste râpé du citron vert et 12 g de son jus, 20 g d'huile d'olive, les feuilles d'oseille équeutées et lavées. Salez et mixez le tout.

• Quand l'ensemble est homogène, tapotez-en les tranches de saumon des deux côtés avec un pinceau. Réservez au froid sous un film alimentaire.

• Pour la mousse, préparez 1 litre de court-bouillon et faites cuire pendant 5 minutes le reste de saumon.

• Égouttez puis retirez la peau et les arêtes. Versez-le dans le bol mixer avec 20 g d'huile d'olive, 60 g de court-bouillon, la crème fraîche, le sel, le poivre et le piment doux. Mixez le tout jusqu'à l'obtention d'une mousse aérée. Rectifiez l'assaisonnement si besoin. Réservez au froid.

• Avant de servir, réunissez tous les ingrédients. Dans l'assiette, déposez au centre la mousse dans une demi-formate évidée avec un boulier à glace. Entourez ce cœur avec les copeaux de saumon marinés, parsemez de salade et posez la tranche de saumon fumé en formant un pil harmonieux.



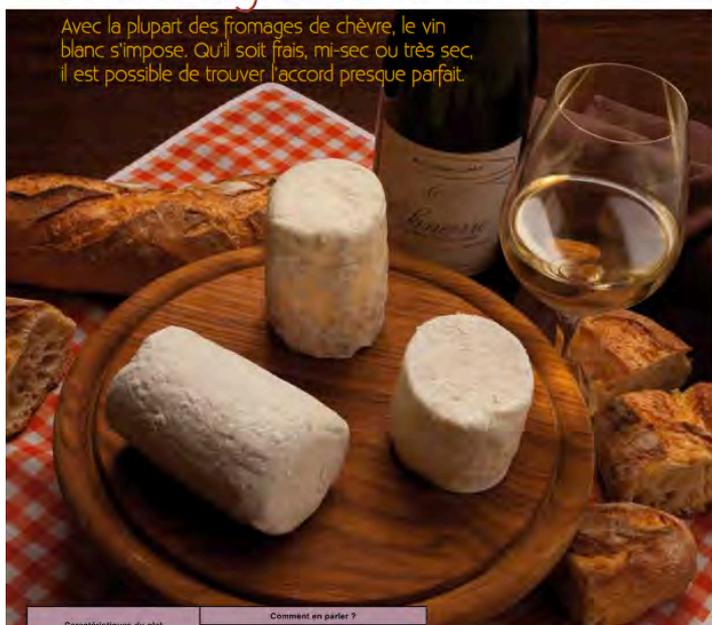
Caractéristiques du plat	Comment en parler ?		
		Plat	Vin
Sens principal	vue	coloré rosé	rosé ou blanc
Sens secondaire	goût	raffiné	ample ou fin
Goût	poisson	relevé	gras
Saveur dominante	salée et acide	soutenu	puissant ou subtil
Circonstances	de préférence au printemps et en été – un repas de fête		
Accompagnement	du pain brioché sédi		
Cave	surtout pas de vin passe-partout – un vin d'une bonne tenue en bouche, complexe et équilibré		
Suggestions	un rouleguy blanc – un pouilly-fumé		

L'ŒIL DU CHEF

Cette recette doit être préparée la veille. C'est une très belle composition de mousse de saumon, de copeaux de saumon cru marinés et de saumon fumé. L'ordre de dégustation doit aller *crescendo* : d'abord le saumon fumé, puis la mousse, et enfin le saumon mariné.



Fromage de chèvre



Avec la plupart des fromages de chèvre, le vin blanc s'impose. Qu'il soit frais, mi-sec ou très sec, il est possible de trouver l'accord presque parfait.

Caractéristiques du plat	Comment en parler ?		
		Plat	Vin
Sens principal	goût	type chèvre	élégant
Sens secondaire	odorat	laitage	fruits mûrs
Goût	rond et gras	savoureux	gras
Saveur dominante	salé	épicé	chaudeur
Circonstances	toute l'année		
Accompagnement	un peu de mâche huilée et salée		
Cave	un vin blanc sans immixtion et sans acidité – même un petit blanc peut faire l'affaire.		
Suggestions	un cépage sauvignon, chenin ou chardonnay		



Tarte aux pommes

L'ŒIL DU CHEF
La reine des pâtisseries familiales peut proposer le meilleur comme le pire. Pour le meilleur, restez simple, avec une très bonne pâte sablée et une garniture gourmande.

8 personnes Préparation : 20 mn Cuisson : 30 à 40 mn

500 g de pâte sablée
1 cuillère à soupe de farine pour étaler
5 à 6 grosses pommes Chantecler
Pour la crème
4 œufs moyens entiers
180 g de crème fraîche
60 g de sucre en poudre
20 g de farine de poisettes ou de poudre d'amandes
1 pincée de cannelle

• La pâte sablée étant très friable, étalez-la en rond directement sur une feuille de papier cuisson légèrement farinée aux dimensions du moule (diamètre 28 cm) sur 5 mm d'épaisseur. Tirez la feuille de papier au-dessus du moule et forcez-le en marquant bien les bords. Coupez avec des ciseaux l'excédent de papier et reformez la bordure à une hauteur de 3 cm environ.

Caractéristiques du plat	Comment en parler ?		
		Plat	Vin
Sens principal	goût	pomme	fruité
Sens secondaire	vue	appétissant	désaltérant
Goût	chaudeur	gourmand	suave
Saveur dominante	délicatement sucré		
Circonstances	toute l'année – un repas de famille		
Accompagnement	un peu de crème fraîche épaisse de très bonne qualité		
Cave	une boisson à base de pommes		
Suggestions	un cidre brut – un jus de pomme pour les enfants		

• Épluchez et évidez les pommes, coupez-les en huit. Disposez-les sur la pâte, côte à côte, en commençant par la périphérie du moule, la partie la plus fine vers le centre. Taillez avec un couteau les morceaux pour obtenir à la fin une belle rasace.
• Versez les chutes dans un bol mixer avec les ingrédients de la crème. Mixez l'ensemble pendant 30 secondes et versez sur les pommes en comblant les espaces.
• Enfouissez à 180°C juste une heure avant de vous mettre à table – elle sera encore tiède au moment du service.

La méthode Franck chroniqué dans la
sélection livres de l'émission
Le magazine de la cuisine



<http://youtu.be/BGDBRvaobh0>

« C'est remarquable vraiment ! (...) Ça a presque la forme d'un livre politique sur l'alimentation et la cuisine sans être chiant comme un livre politique. »

Olivier Malnuit – *Grand Seigneur*

« On va vous apprendre comment fonctionne le palais, comment fonctionne l'odorat (...) c'est un livre extrêmement riche, extrêmement complet (...) Ce livre va vous ouvrir une vision de la gastronomie extrêmement différente. »

Sébastien Ripari – *Bureau d'étude gastronomique*

Chefs Saveurs

la passion des chefs inspire votre talent



Avril – mai -juin
2013

Presse écrite
Trimestriel

La méthode Franck. Pour réussir à coup sûr vos accords plats-vins

Réussir un bon mariage entre plats et vins n'est pas chose facile. Ce livre a été conçu pour aider le lecteur dans cette tâche délicate, mais ô combien excitante ! On y trouve une méthode simple, amusante et surtout redoutablement efficace pour apprendre à accorder aussi subtilement que possible ces plaisirs indissociables. Cet ouvrage propose aussi 60 recettes traditionnelles ou originales accompagnées des accords plats-vins correspondants.

Editions Le Muscadier
Auteur Alain Franck

Format 24 x 16 cm
240 pages
Prix 19,00 euros



L'accord des mets-vins vu par Alain Franck

En s'appuyant sur la connaissance des cinq sens et des cinq saveurs fondamentales, la méthode Franck apprend à analyser nos propres choix gustatifs. Chacun va pouvoir ainsi expérimenter le plaisir de bien manger et bien boire en harmonie et découvrir que les accords entre plats et vins relèvent essentiellement du bon sens. Conférence participative où plusieurs tests furent faits avec les vingt personnes présentes : radis sans sel et beurre, avec sel, avec beurre, sans vin, avec du vin ; chercher l'accord parfait entre les saveurs.



Alain Franck pendant les tests.

Pour assouvir sa passion de la cuisine, Alain Franck ouvre un petit restaurant de campagne, où il décide en 1979 de mettre ses spé-

cialités en conserves de verre et lance une gamme de plats cuisinés, immédiatement référencés par l'épicerie Fauchon, à Paris.

Ces produits sont repris par de grands restaurateurs. Pendant toute sa carrière, Alain Franck a voulu pratiquer une cuisine simple, découvrir des vins bien faits et chercher une gastronomie à la portée de tous. Ses expériences de cuisinier restaurateur, de conservateur de produits haut de gamme et en dernier lieu de table d'hôtes, lui ont permis d'écrire cette synthèse originale sur la gastronomie, et plus particulièrement sur les accords entre les plats et les vins, « La méthode Franck, pour réussir à coup sûr des accords plats vins ».