DU GOÛT, DU GOÛT... DU GARD !

Livret de Recettes





la Région Languedoc Roussillon Sud de France

LE GARD
MILITANT DU GOÛT
www.militantdugout.gard.fr

Retrouvez dans ce livret toutes les recettes concoctées par les chefs de la cuisine centrale

Ils mettent à l'honneur les produits de saison savoureux qui vous inspireront pour vos repas de fêtes de fin d'année...

Sommaire

Entrées

Trio d'œufs 4

La religieuse de chez nous 5

Brandade de morue 6

Œuf mollet frit sur son velouté de poireaux & son écume de lard 7

Plats

Mousse de boudin noir à l'oignon doux des Cévennes & la pomme du Vigan, filet de maquereau juste raidi, éclats de maïs grillés 8

Coques d'oignons doux des Cévennes farcies de cochon à la châtaigne & à la sauge .. 9

Rôti de lotte aux huîtres & tartare de couteaux à la crème de chou-fleur 10

Cannelloni de suprême & palourdes à l'encre de seiche, jus de coquillages et petits légumes & basilic 11

Fine purée de châtaignes, espuma de maïs, huile de truffe 12

Desserts

Verrine d'automne, tiramisu poires spéculoos 13

Far breton 14

Moulage de chocolat, ganache aux cèpes 15

Cannelés garnis aux pommes reinettes du Vigan 16

Pressé de pommes fondantes, tuiles framboise & caramel au beurre salé 17

Le petit breton, cupcake caramel beurre salé & vanille 18

Praliné bio, noix de cajou, amandes, noisettes au rapadura 19

Panacotta à la fève tonka, poires sautées au romarin & sirop d'érable, émulsion café & orgeat 20

Trio d'œufs

Ingrédients *(pour 1 assiette)*

1ère garniture :
1 carotte
1 mini poireau
1 oignon grelot

2ème garniture :
1 artichaut
1 champignon de Paris
2 radis roses
1 tomate cerise

Omelette :
1 œuf frais
20g de saumon fumé

Œuf brouillé :
1 œuf frais
1 tomate rouge
1 aubergine
1 échalote

Œuf poché :
1 œuf frais de petit calibre
1 poivron rouge
1 courgette

Divers :
1 litre de fond de veau
Sel, poivre, ciboulette, cerfeuil
beurre
huile d'olive, vinaigre blanc
farine

Préparation

Éplucher et tailler tous les légumes, les cuire dans le fond de veau. Réaliser la garniture à base de carotte et la garniture à base d'artichaut. Réaliser un maki à l'aide d'un film alimentaire avec l'aubergine cuite et l'œuf brouillé. Cuire l'omelette dans une poêle à blinis et mettre le saumon fumé dessus. Réaliser dans un emporte-pièce rond une arène avec la courgette et le poivron, cuire l'œuf poché dans le vinaigre et le poser sur l'arène. Refroidir le tout et dresser tous les éléments sur une assiette de forme choisie.

Restaurant La Table Gourmande
à L'hôtel Le Relais le Sarrasin
1870 RD 936 chemin de Bercaude - 30360 Vézénobres
Tél. 04 66 83 55 55 - www.le-relais-sarrasin.com
Alexandre FOURNIER - Apprenti

La religieuse de chez nous

Ingrédients *(pour 4 personnes)*

Pâte à choux
250 gr eau
80 gr beurre
150 gr farine
4 œufs
1 pincée de sel

Crème de chèvre
4 pélardons
200 gr de crème épaisse

Tapenade
200 gr olives noires
1 gousse ail
2 feuilles de Basilic
50 gr de tomates en dès

Préparation

Mixer la crème et les pélardons pour obtenir une mousse au pélardon.
Mixer les olives, la gousse d'ail, le basilic et les tomates en dés pour obtenir une tapenade.
Faire fondre le beurre et le sel dans l'eau, incorporer la farine et faire dessécher la pâte à choux sur le feu. Incorporer hors du feu les œufs 1 à 1 pour obtenir une pâte nette et lisse.
Pocher 4 choux de 4 cm de diamètre et 4 choux de 2 cm de diamètre.
Farcir les choux de 4 cm de mousse de pélardon et les choux de 2 cm de tapenade.
Superposer le chou de 2 cm sur le chou de 4 cm et ainsi former une religieuse.

Auberge des Voutins
409 chemin des écoles - 30430 Mejannes Les Alès
Tél. 04 66 61 38 03 - www.auberge-des-voutins.fr
Florent MANSARD

Brandade de morue

Ingrédients *(pour 4 personnes)*

500 gr de morue dessalée
10 cl d'huile d'olive AOP de Nîmes
Ail
Laurier

Préparation

Faire pocher à basse température avec une feuille de laurier, les filets dessalés.
Désarêter et émietter la morue.
Avec le pilon en effectuant des mouvements circulaires et réguliers, réduire la morue en purée, monter à l'huile d'olive que l'on aura fait tiédir avec des gousses d'ail.
A consommer chaud ou froid.

Corps des Ecuyers
Confréries des Restaurateurs de Métier du Gard
www.restaurateurgard.fr

Œuf mollet frit sur son velouté de poireaux & son écume de lard

Ingrédients

Poireaux
Beurre
Crème fleurette
Lard
Œufs
Chapelure
Brisure de marrons et de noisettes

Préparation

Le velouté de poireaux
Laver et émincer les poireaux. Les faire cuire à l'anglaise. Après cuisson, les débarrasser et les mixer. Ajouter de la crème, du sel et du poivre à votre goût (et une noix de beurre pour un aspect plus brillant). Réserver au chaud.
Ecume de lard
Faire chauffer de la crème et y faire infuser du lard pendant 20 min puis retirer le lard, assaisonner et émulsionner au moment à l'aide d'un mixeur plongeant.
Œuf mollet frit
Faire cuire les œufs dans de l'eau vinaigrée pendant 5 min 30, stopper la cuisson en les plongeant dans des glaçons. Les écaler. Préparer la parure à l'aide de chapelure, de brisures de marrons et de noisettes mixées. Paner les œufs mollets à l'anglaise (farine, jaunes d'œufs, chapelure). Les frire 2 min au dernier moment.
Dressage
Dans une assiette creuse chaude, verser 2 pochoirs de velouté, parer délicatement une extrémité de l'œuf afin de le poser verticalement au centre de l'assiette. Emulsionner l'écume du lard et la disposer autour de l'œuf. Décorer d'une feuille de cerfeuil.

La Ferme de Cornadel
Route de Générargues - 30140 Anduze
Tél. 04 66 61 79 44
www.cornadel.fr
Stephan LAPORTE

Mousse de boudin noir à l'oignon doux des Cévennes & la pomme du Vigan, filet de maquereau juste raidi, éclats de maïs grillés

Ingrédients *(pour 8 personnes)*

1 oignon doux des Cévennes
1 pomme du Vigan
300 gr de boudin noir
125 gr de pomme de terre cuite en robe des champs
100 gr d'eau de cuisson des pommes de terre
55 gr de beurre
Cidre
90 gr de maïs salé grillé

Pour le décor opaline de maïs
130 gr de fondant
70 gr de glucose
8 filets de maquereau
Huile d'olive
Sel, poivre

Préparation

Mousse de Boudin : faire suer au beurre les oignons émincés, les pommes épluchées et coupées en quartier, le tout sans coloration, puis ajouter le boudin coupé en tranches, déglacer au cidre et laisser mijoter à feu doux 20 min. Ajouter l'eau de cuisson chaude des pommes de terre puis les pommes de terre cuites en robe des champs préalablement coupées en morceaux, porter à ébullition. Mixer le tout. Passer au chinois, rectifier l'assaisonnement. Mettre en bombe siphon avec 2 cartouches de gaz. Réserver au bain marie (50°C).

Filets de Maquereau : saisir les filets sur la peau dans une poêle avec un filet d'huile d'olive. Le filet est cuit lorsque la chair est nacrée. Sel, poivre.

Eclats de maïs grillés : éclater les grains de maïs grillés : (Pour un dressage d'assiette plus original) Tube d'opaline maïs : cuire à 160°C le fondant et le glucose. Hors du feu ajouter le maïs et laisser durcir la préparation. Mixer au robot de sorte à obtenir une poudre. Disposer la poudre sur une feuille de cuisson silicone (pour donner une forme originale vous pouvez utiliser un chablon) cuire 2 min au four à 160°C.

Dressage de l'assiette : disposer la mousse de boudin en fond d'assiette, déposer le filet de maquereau et saupoudrer d'éclats de maïs ou bien disposer la mousse de boudin dans le tube d'Opaline maïs.

Restaurant SKAB
7 rue de la république - 30000 Nîmes
Tél. 04 66 21 94 30 - www.restaurant-skab.fr
Damien SANCHEZ

Coques d'oignons doux des Cévennes farcies de cochon à la châtaigne & à la sauge

Ingrédients *(pour 4 personnes)*

4 gros oignons
400 gr de farce de veau
Un peu de 4 épices
Quelques feuilles de sauge
150 gr de châtaignes cuites
75 gr de beurre

Préparation

Éplucher les oignons, les couper en deux et détacher les couches extérieures les plus grandes.
Les passer 5 min à la vapeur, puis les farcir avec le cochon (la farce est travaillée avec un peu de 4 épices et de sauge) et les façonner en ogives.
Plaquer et arroser d'un beurre noisette et de 4 épices.
Enfourner à 180° durant 20 min environ.
Pendant ce temps, émincer le reste des oignons et les faire suer au beurre.
Ajouter les châtaignes et mixer finement pour réaliser un velouté.
Assaisonner et dresser dans une assiette (ou une verrine) le velouté puis disposer les coques d'oignons. Décor à la sauge.

Restaurant Vincent CROIZARD
17 rue des Chassaintes
30900 Nîmes
Tél. 04 66 67 04 99 - www.restaurantcroizard.com
Vincent CROIZARD

Rôti de lotte aux huîtres & tartare de couteaux à la crème de chou-fleur

Ingrédients *(pour 4 personnes)*

4 rondins de lotte de 100 gr chacun
4 couteaux
200 gr de chou-fleur
50 cl de crème fraîche épaisse
1 tomate
1 échalote
50 cl de vin blanc
Sel poivre
12 tranches de lard
Huile d'olive
4 bouquets de mâche

Préparation

Mettre à plat les rôtis de lotte afin de les farcir avec les huîtres, poivrer puis les rouler et les serrer à l'aide des tranches de lard afin de réaliser les rôtis. Mettre au froid. Cuire le chou-fleur puis réaliser une crème en les mixant. Ajouter un peu de crème fraîche, puis réserver. Cuire les couteaux à la marinière, décortiquer les. Ensuite les mettre en tartare. Mélanger avec la tomate en petits dés et un peu d'échalote. Prendre un peu de crème de chou-fleur, garnir les coquilles d'huître et poser dessus le tartare de couteaux. Mettre de côté. Cuire les rôtis de lotte à la poêle durant 20 min environ. Dresser le reste de la crème de chou-fleur sur 4 assiettes. Poser dessus un rôti de lotte puis à côté une coquille et décorer avec un bouquet de mâche. Arroser du restant de crème que l'on aura fait réduire auparavant.

Restaurant La Table Gourmande
à L'hôtel Le Relais le Sarrasin
1870 RD 936 - Chemin de Bercaude - 30360 Vézénobres
Tél. 04 66 83 55 55 - www.le-relais-sarrasin.com
Jean-Louis FENAYROU

Cannelloni de suprême & palourdes à l'encre de seiche, jus de coquillages & petits légumes & basilic

Ingrédients

Pâte à l'encre de seiche
500 gr de farine T55
265 gr d'œufs entiers
7 sachets d'encre

Farce cannelloni
100 gr de poisson
100 gr de crème
500 gr d'encornets poêlés en très fines brunoises au thym, ail et basilic ciselé

Sauce encre
Cuire les têtes d'encornets à l'encre froide (non lavées) au fond d'un blanc, ajouter encre en sachet si besoin.

Préparation

Réaliser la pâte à lasagne en mélangeant les ingrédients. Reposer au frigo deux heures. Réaliser une farce mousseline poisson. Etaler la pâte très finement puis cuire à l'anglaise. Réaliser les rouleaux avec la pâte taillée en rectangle et farcir de la préparation mousseline. Cuire au four vapeur 100° environ 15 min. Dresser harmonieusement.

L'Atelier Gourmand
17 place de la république - 30100 Alès
Tél. 04 66 52 30 87 - www.l.atelier-gourmand.com
Sébastien RATH

Fine purée de châtaignes, espuma de maïs, huile de truffe

Ingrédients *(pour x personnes)*

Espuma de maïs
800 gr de maïs doux égouttés
100 gr de crème liquide
1 cuillère à café de sucre
1 trait d'huile d'olive

Purée de châtaigne
100 gr de châtaignes cuites
5 cl de crème liquide
5 cl de lait entier

Finition
Huile de truffe

Préparation

Espuma de maïs
Mixer finement les grains de maïs puis passer la purée obtenue au chinois. Verser dessus la crème liquide chaude, ajouter le sucre et l'huile d'olive. Placer le tout dans un siphon. Tener au chaud au bain marie.

Purée de châtaigne
Faites compoter les châtaignes dans le lait et la crème, mixer et passer au tamis. Conserver au chaud au bain marie.

Finition et dressage
Remplisser à moitié avec la purée de châtaigne. Couvrer une partie de la surface de la préparation d'espuma de maïs. Terminer avec un filet d'huile de truffe.

Restaurant Le Mas du Terme
Route de Bagnols sur Cèze - 30430 Barjac
Tél. 04 66 24 56 31 - www.masduterme.com
Olivier BOUZIGE

Verrine d'automne,
tiramisu poires spéculoos

Ingrédients *(pour 12 verrines)*

3 œufs
100 gr de sucre roux
1 sachet de sucre vanillé
250 gr de mascarpone
25 spéculoos
4 belles poires
4 cuillères à soupe de sucre roux
4 sachets de thé
1 gousse de vanille
2 bâtons de cannelle

Préparation

Pocher les poires pelées environ 40 min dans un litre d'eau frémissante avec le thé, la vanille, la cannelle. Laisser refroidir les poires. Dans un saladier, blanchir les jaunes d'œufs avec les sucres. Ajouter le mascarpone.
Dans un saladier, monter les blancs en neige et incorporer les délicatement à la préparation au mascarpone. Dresser dans les verrines en alternant une couche de spéculoos juste trempés dans le sirop de poires tiédi, une couche de crème mascarpone, une couche de poires en dés et ainsi de suite. Laisser reposer minimum 4h au frigo avant de déguster.

Les Gourmands disent
Pâtisserie à la commande
174 route d'Alès - 30140 Anduze
Tél. 06 09 45 00 19 - wwwmarielesgourmandisent.com
Marie KLAUSS

Far breton

Ingrédients *(pour x personnes)*

1 l de lait entier
6 œufs frais
250 gr de farine
250 gr de sucre
5 cl de rhum brun
20 gr de beurre salé

Préparation

Faire chauffer votre four thermostat 5 (150°) à l'avance. Faire chauffer le lait dans une casserole. Dans une jatte mélanger énergiquement pendant 6/8 min les œufs et le sucre, ajouter la farine tamisée petit à petit. Une fois cette opération réalisée, ajouter le lait chaud en plusieurs fois en continuant de fouetter, ajouter le rhum et fouetter le tout encore 10 min. Beurrer votre moule avec le beurre demi-sel. Verser la pâte dans le moule, mettre du beurre demi-sel dessus et enfourner 1h30 dans le four.

FONDATION PAUL BOCUSE
Contact@fondation-paul-bocuse.com
Tél. 04 37 64 26 00

Créée en 2004, la Fondation Paul Bocuse a pour objectif la transmission des savoirs à travers la formation, l'insertion professionnelle et la valorisation des métiers de l'hôtellerie restauration auprès des jeunes de 13 à 25 ans.

Moulage de chocolat ganache aux Cèpes

Ingrédients

400 gr de chocolat noir
40 gr de beurre de cacao
40 gr de cèpes séchés
Noix de muscade

Préparation

Faire fondre 400 gr de chocolat noir avec 40 gr de beurre de cacao. Ajouter 40 gr de cèpes séchés coupés en petits dés et un peu de noix de muscade.
Couler dans des moules en silicone et laisser prendre au froid pendant deux heures.
Dresser ces mignardises sur dentelles.

Restaurant Vincent CROIZARD
17 rue des Chassaintes - 30900 Nîmes
Tél. 04 66 67 04 99 - www.restaurantcroizard.com
Vincent CROIZARD

Cannelés garnis aux pommes reinettes du Vigan

Ingrédients *(pour environ 12 gros cannelés)*

50 cl de lait
25 gr de beurre
3 jaunes d'œuf et 1 œuf
250 gr de sucre semoule
125 gr de farine
½ gousse de vanille
1.5 cl de rhum
Le zeste d'un citron
2 pommes reinettes du Vigan
10 gr de beurre
30 gr de sucre

Préparation

1. Eplucher et couper les pommes en petits dés. Dans une poêle faire revenir un peu de beurre et du sucre, faire caraméliser les pommes, réserver au frais jusqu'au lendemain. Faire bouillir le lait, le beurre, le zeste et la gousse de vanille. Laissez tiédir à couvert
2. Mélanger les œufs et le sucre y ajouter la farine et mélanger.

Mélanger **1.** et **2.** de sorte à avoir une pate lisse et homogène. Laisser reposer au moins 12 heures au frigo. Sortir à température ambiante. Préchauffer le four à 220°. Beurrer les moules et les garnir au ¾ ajouter quelques morceaux de pommes caramélisées. Faire cuire les cannelés 6 min à 220°, ensuite baisser le four à 180° et continuer la cuisson 30 min environ jusqu'à l'obtention d'une couleur brun foncé.

Restaurant La Porte des Cévennes
2300, Route de Saint Jean du Gard - 30140 Anduze
Tél. 04 66 61 99 44 - www.hotel-restaurant-porte-cevennes.fr
Denis HAON

Pressé de pommes fondantes, tuiles framboise & caramel au beurre salé

Ingrédients

3 kg de pommes Golden
Caramel
Crème liquide
Beurre
Sel
Sucre vanillé

Préparation

Peler les pommes Golden et les évider. Chemiser une terrine en porcelaine de caramel. Avec le reste de caramel, mouiller de crème liquide et faire réduire. Pour finir, ajouter le beurre et le sel (très peu).
Couper les pommes en très fines tranches puis alterner les pommes et le sucre vanillé (très peu). Monter jusqu'à 2 cm au-dessus de la terrine en tassant de temps en temps.
Cuire à 170°C pendant 1h40.
Laisser reposer minimum 72 heures.

Restaurant Lou Cante Perdrix
Le Château - 30530 La Vernarede
Tél. 04 66 61 50 30 - www.canteperdrix.fr
Stéphane ABBE

Le petit breton
Cupcake caramel beurre salé & vanille

Ingrédients *(pour 12 cupcakes)*

2 œufs
120 gr de beurre salé
100 gr de sucre
130 gr de farine
1/2 sachet de levure chimique
6 cl de crème liquide
200 gr de caramel beurre salé
50 cl de crème liquide
35 gr de sucre glace
Extrait de vanille

Préparation

Fouetter le beurre mou avec le sucre. Ajouter les œufs, la farine et la levure. Détendre avec la crème liquide. Disposer la préparation dans des caissettes en papier. Enfourner environ 15 min dans votre four à 180°C.
Une fois les cupcakes refroidis, y faire un trou au centre afin d'y déposer une cuillère de Caramel. Monter la crème liquide en chantilly avec le sucre glace et l'extrait de vanille. A l'aide d'une poche et de sa douille, recouvrir le moelleux au Caramel.

Les Gourmands disent
Pâtisserie à la commande
174 route d'Alès - 30140 Anduze
Tél. 06 09 45 00 19 - www.marielesgourmandisent.com
Marie KLAUSS

Praliné bio, noix de cajou, amandes, noisettes au rapadura

Ingrédients

140 gr de noix de cajou
130 gr d'amandes
130 gr de noisettes
150 gr de sucre
150 gr de rapadura
90 gr d'eau

Préparation

Torréfier les fruits secs au four à 160° pendant 12 min.
Préparer une plaque avec une feuille de papier cuisson.
Dans une grande casserole, mettre les sucres et l'eau, chauffer à 118°, couper le feu et rajouter les fruits secs encore chauds, bien mélanger avec une spatule.
Rallumer le feu et faîtes caraméliser tout en remuant en permanence. Quand le niveau de caramélisation est suffisant verser sur la feuille de papier cuisson et laisser refroidir.
Une fois refroidi verser le mélange dans un robot coupe et broyer le tout jusqu'à obtenir une pâte. Laissez refroidir.
Votre praliné est prêt à être dégusté ou intégré dans un gâteau, une crème, du chocolat…

Les Gourmands
17 rue Bouquerie - 30140 Anduze
Tél. 09 53 95 83 12 - www.les-gourmands-anduze.com
Corinne MAEGHT

Panacotta à la fève tonka, poires sautées au romarin & sirop d'érable, émulsion café & orgeat

Ingrédients *(pour 8 personnes)*

Panacotta
1 L de crème fleurette
160 gr de sucre candi
Zestes de citron et d'une orange
4 feuilles de gélatine
4 fèves de tonka

Tuile Sésame
75 gr de beurre pommade
75 gr de glucose
75 gr de sucre glace
25 gr de lait
100 gr de sésame

Emulsion café
1 dl de café corsé
2 dl de crème fleurette
2 cuillerées à soupe de sirop d'orgeat
50 gr de poudre d'amandes
50 gr de sucre

4 pièces de poires Rochas ou Comice
30 gr de beurre
1 dl de sirop d'érable
1 citron
Romarin (pm)

Glace de café (facultatif)
3 dl de lait
2 dl de crème fleurette
4 jaunes d'œufs
70 gr de sucre
1 gousse de vanille
2 grand expresso corsé
10 gr de grains de café

Préparation

Les panacottas
Faire tiédir la crème et y ajouter le sucre candi. Ajouter la fève tonka torréfiée et les zestes d'agrumes. Infuser et ajouter la gélatine. Filtrer. Couler dans des verrines et tenir au frais 2h minimum.

Les tuiles
Chauffer le lait et le glucose séparément. Mélanger le beurre et le sucre puis ajouter au premier mélange. Terminer avec le sésame ; refroidir. Confectionner des boules sur silpat et cuire à 180 °.

La glace au café
Tiédir le lait, crème, grains de café et vanille. Laisser infuser. Fouetter les jaunes et le sucre. Verser le lait dessus et cuire comme une crème anglaise (84°). Ajouter l'expresso et filtrer. Laisser maturé 24h et turbiner.

Les poires
Eplucher et tailler les poires en quartiers. Retirer les graines. Mettre du sirop d'érable dans un sautoir avec un peu de beurre. Faire caraméliser les poires avec le romarin. Réserver.

L'émulsion café & orgeat
Bouillir la crème avec le sucre, café, et poudres d'amandes. Ajouter le sirop d'orgeat. Laisser infuser et filtrer.

Auberge Cigaloise
3 route de Nîmes - 30170 St Hippolyte du Fort
Tél. 04 66 77 64 59 - www.aubergecigaloise.fr
Gilles GRANIER



DU GOÛT, DU GOÛT... DU GARD !

CHARTE D'AUTHENTICITÉ

Des produits de tradition gardoise

Tous les labels officiels de qualité (AOP, IGP…)

Le savoir-faire des artisans et des restaurateurs

Le respect de la saisonnalité

La garantie d'une qualité gustative optimale

Un soutien à l'économie locale

Un maintien des emplois sur le territoire

La préservation de notre environnement

Bonne dégustation…

LE GARD
MILITANT DU GOÛT
www.militantdugout.gard.fr



Contacts

Chambre de Commerce et d'Industrie Alès Cévennes

Pôle Commerce, Tourisme et Service aux particuliers

Myriapôle
1675, chemin de Trespeaux
BP 90049
30101 Alès Cedex
Tél. 04 66 78 49 10

Chambre de Commerce et d'Industrie Nîmes

Pôle Commerce, Tourisme et Service aux particuliers

12, rue de la République
30032 Nîmes Cedex 1
Tél. 04 66 87 98 79

Aurore DUBART
Conseillère tourisme
& Chargée de mission Militant du Goût
aurore.dubart@ales.cci.fr

cassonade ✆ 04 66 04 06 97

la Région Languedoc Roussillon Sud de France
LE GARD
MILITANT DU GOÛT
www.militantdugout.gard.fr
CCI ALÈS CÉVENNES