

DU GOÛT, DU GOÛT... DU GARD !

LE LIVRET DE RECETTES

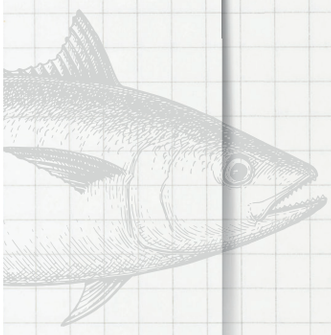
Ce livret vous est offert par
la CCI Gard et par le
Conseil Départemental du Gard

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

CCI GARD

GARD 3.0
Département

DU GOÛT, DU GOÛT… DU GARD !



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

DU GOÛT, DU GOÛT… DU GARD !

PAGES

COCKTAIL

EL NUCLEAR — 4

ENTRÉES

5 à 13

SPHÈRE FOIE GRAS CHOCO – MANGUE — 5
MARINADE DE POULPES — 6
TARTARE DE THON AUX NOTES PROVENÇALE — 7
CROQUANT AUX CHÈVRES, CHÂTAIGNES ET MIEL DES CÉVENNES — 8
OIGNON DOUX DES CÉVENNES FARCI — 9
PAIN BRIOCHÉ SPIRULINE À LA BRANDADE — 10
MOUSSE DE PÉLARDON AOP — 11
VELOUTÉ DE CHÂTAIGNE, POULE FAISANE & TOAST À LA TRUFFE — 12
CAPPUCCINO CÉVENOL — 13

PLATS

14 à 26

TAUREAU DE CAMARGUE DANS TOUS SES ÉTATS EN CARPACCIO ET UN TARTARE ENTRE TERRE & MER — 14
LANGOUSTINES AU RHUM, FRUITS EXOTIQUES & SA TUILE CROUSTILLANTE — 15
DOS DE CABILLAUD POCHÉ AU LAIT DE COCO ET CITRON VERT, VIENNOISE POUDRÉE DE NOIX DE COCO, RISOTTO À LA TRUFFE BLANCHE ASSOCIÉ AUX CÈPES — 16
CROUSTILLANT DE BOUDIN NOIR AU COLOMBO — 17
RISOTTO À LA TRUFFE BLANCHE ASSOCIÉ AUX CÈPES — 18
VERRINES DE PÂTES CAVATELLI TRUFFE NOIRE — 19
BROUILLADE À LA TRUFFE PASQUALINO — 20
RÂBLE DE LAPIN, PÉLARDON ET POMMES REINETTE DU VIGAN — 21
GARDIANNE DE TAUREAU REVISITÉE, LÉGUMES CROQUANTS, ESPUMA DE RIZ DE CAMARGUE — 22
PATATE DOUCE DAUPHINE DE MONSIEUR COLAUTTI — 23
PIGEON DES COSTIÈRES, CHOUX FARCIS AUX OIGNONS DOUX DES CÉVENNES — 24
MÉDAILLON DE BICHE AU COING CONFIT — 25
EFFEUILLÉ DE CABILLAUD, POMMES "VITELOTTE" ÉCRASÉES, VINAIGRETTE AUX HERBES, SUCS DE BETTERAVE — 26

DESSERTS

27 à 32

VERRINE CÉVENOLE — 27
MOELLEUX AU CHOCOLAT MADE IN MARCHETTI & SA CRÈME LÉGÈRE — 28
MOUSSE DE PÉLARDON, TUILE DE CHÂTAIGNE, JULIENNE DE POMME REINETTE DU VIGAN — 29
BABA AU RHUM — 30
FOUGASSE BOULANGÈRE AUX PÉLARDONS, CONFIT D'OIGNONS DOUX DES CÉVENNES & SA POITRINE — 31
MOELLEUX À LA CRÈME DE MARRON — 32
GÂTEAU AUX AMANDES — 32

EL NUCLEAR





DIFFICULTÉS

Facile

J'ai créé ce long drink dans le cadre de **la route du rhum en 2014 à Saint Malo** avec mes élèves barmen lors d'un cours de cocktails à la faculté des métiers de Rennes.

Pour changer du traditionnel Planteur, nous avons recherché des **saveurs florales et végétales** tout en conservant le côté fruité très apprécié dans les Antilles Françaises.

La veille de la course, nous avons réalisé **El Nuclear** lors d'un séminaire, et il a été apprécié car il ne restait plus une goutte de liqueur.

INGRÉDIENTS

- **45 ML DE RHUM BLANC AGRICOLE DAMOISEAU 55° GUADELOUPE**
- **15 ML DE LIQUEUR IZZARA VERTE (PEUT ÊTRE REMPLACÉ PAR DE LA LIQUEUR DE VERVEINE)**
- **10 ML DE SIROP DE SUCRE**
- **10 ML DE JUS DE CITRON VERT FRAÎCHEMENT PRESSÉ**
- **1 TRAIT DE BLANC D'ŒUF (FACULTATIF)**
- **80 ML DE JUS D'ANANAS FRAIS**

DÉGUSTATION DU COCKTAIL

El Nuclear fait bien entendu référence au **nuclear du LAB à Londres** en 2005, mais c'est une version long drink avec un rhum blanc agricole à 50° à la place du rhum overproof, et la liqueur IZZARA verte à la place de la Chartreuse verte.

En ajoutant du blanc d'œuf, la texture se rapproche de celle de la pina colada et confère la légèreté au cocktail.

El nuclear a fait ses preuves sur de nombreuses cartes de bars, c'est un cocktail exotique, fruité, herbacé et terriblement traître !

YOHANN DEMEERSSEMAN
06 77 69 22 53
cocktailier@me.com
www.rumporter.com



YOANN DEMEERSSEMAN

Dédicace de son livre sur l'**espace Sauramps.**

Auteur du livre "Mon cours de cocktails" Gourmand Awards 2019 Best in the World".

SPHÈRE FOIE GRAS CHOCO- MANGUE



CUISSON	PRÉPARATION	SERVICE	DIFFICULTÉS
	environ 2h30	4 pers.	Difficile



INGRÉDIENTS

- **450 GR DE FOIE GRAS**
- **1 MANGUE ENTIÈRE**
- **165 GR DE POUDRE D'AMANDES**
- **125 GR DE SUCRE GLACE**
- **125 GR DE BEURRE (NOISETTE)**
- **4 ŒUFS**
- **4 DEMIES SPHÈRES EN CHOCOLAT NOIR "COQUE"**
- **SEL & POIVRE BLANC**



PRÉPARATION

LE FOIE GRAS

- Eveiner le foie gras, assaisonner et cuire au torchon dans l'eau ou au four vapeur ~ 20 minutes à 85°C.
- Démouler à chaud dans le moule en silicone en forme de demi-sphères.
- Laisser refroidir et réserver au réfrigérateur ~ 1h.

LE FINANCIER À LA MANGUE

- Couper la mangue en petits cubes, réserver.
- Dans un saladier, mélanger la poudre d'amandes, le sucre et les œufs.
- Dans une casserole, faire fondre légèrement le beurre jusqu'à ce qu'il soit légèrement coloré (noisette), puis l'incorporer au mélange.
- Graisser le moule en silicone en forme de demi-sphères et y verser la préparation.
- Insérer ensuite les cubes de manque dans la pâte à financier avant d'enfourner 15-20 minutes à 180°C.

MONTAGE DE LA SPHÈRE

- Tailler légèrement l'embase de la demi-sphère du financier à la mangue.
- Réunir les 2 demi-sphères foie gras et financier à la mangue.
- Recouvrir le foie gras par la coque de chocolat noir.
- Servir frais en entrée.

AU PETIT BONHEUR
DAVID PIERREDON
6 Avenue Frédéric Mistral
30240 LE GRAU DU ROI
Tél : 04 66 58 00 57
www.facebook.com/Au-Petit-Bonheur

MARINADES DE POULPES

CUISSON	PRÉPARATION	SERVICE	DIFFICULTÉS
	environ 1h30	6 pers.	Facile



INGRÉDIENTS

- **2 KG DE POULPES** (passés 48h au congélateur de préférence pour attendrir)
- **OIGNON**
- **1 CAROTTE**
- **5 BRINS DE CIBOULETTE**
- **5 BRINS DE CERFEUIL**
- **5 BRINS DE CORIANDRE**
- **5 BRINS D'ANETH**
- **3 FEUILLES DE LAURIER**
- **40 CL D'HUILE D'OLIVE**
- **5 CL DE VINAIGRE DE XÉRÈS**
- **5 CL DE VINAIGRE DE VIN**
- **2 PIMENTS DE CAYENNE**
- **SEL & POIVRE SI BESOIN**

PRÉPARATION

- Cuire les poulpes dans de l'eau légèrement salée, avec les piments et le laurier.
- Compter 45 mn après ébullition.
- Pendant ce temps, éplucher l'oignon et la carotte, les couper en petits cubes.
- Couper les différentes herbes, en morceau d'1 cm environ.
- Couvrez l'oignon, la carotte et les herbes avec les vinaigres et l'huile d'olive.
- Egoutter les poulpes.
- Couper les poulpes en petit morceaux, mélanger le tout à la marinade.
- Rectifier l'assaisonnement si besoin.

Creiche TRAITEUR
Cocktails, mariages, banquets
Evènementiels de 5à 1000 personnes

CREICHE TRAITEUR
JEAN PHILIPPE CREICHE
97, Centre Commercial du Boucanet
30240 LE GRAU DU ROI
Tél : 06 08 83 59 17
www.creiche-traiteur.fr
MILITANT DU GOÛT

TARTARE DE THON AUX NOTES PROVENÇALES

CUISSON	PRÉPARATION	SERVICE	DIFFICULTÉS
	environ 1h30	4 pers.	Moyenne

INGRÉDIENTS

- 800 GR DE FILET DE THON ROUGE EXTRA FRAIS
- 10 GR DE CORIANDRE
- 20 GR D'OIGNON COUPÉ FINEMENT
- 40 GR TOMATES CONFITES EN DÉS
- BRANCHES DE CÉBETTE
- 2 C À CAFÉ DE SÉSAMES GRILLÉS
- 1 CITRON VERT
- DISQUES DE PARMESAN
- 1 PETIT POT DE TAPENADE NOIRE
- HUILE





JERONIMO TRAITEUR
JÉRÔME SANCHEZ
220 Rue des Mésanges
30127 BELLEGARDE
Tél. : 06 11 71 35 37
sanchez-jerome.e-monsite.com

PRÉPARATION

- Dans un saladier mélanger et remuer : le thon coupé en petits morceaux, la coriandre, l'oignon, tomates, sésame et le jus de citron vert.
- Prendre un emporte pièce (rond de préférence), le mettre sur une assiette et le remplir d'une fine couche de tapenade.
- Déposer la préparation en tassant légèrement, puis enlever délicatement l'emporte-pièce.

DRESSAGE

Mettre par-dessus une branche de cébette cisaillée sur le disque de parmesan et rajouter quelques fleurs mangeables ou de jeunes pousses.

CROQUANT AUX CHÈVRES, CHÂTAIGNES & MIEL DES CÉVENNES



CUISSON

PRÉPARATION
environ
1h30

SERVICE
6 pers.

DIFFICULTÉS
Facile











INGRÉDIENTS

- **1 PAQUET DE PÂTE FILO**
- **40 GR DE CHÂTAIGNES** (BOCAL STÉRILISÉ)
- **1 POT DE MIEL DES CÉVENNES**
- **150 GR DE MAGRET FUMÉ**
- **6 FROMAGES DE CHÈVRE**
- **3 OIGNONS DOUX DES CÉVENNES**
- **1 PLAQUETTE DE BEURRE**

PRÉPARATION

- Faire une compotée d'oignons doux des Cévennes.
- Incorporer les châtaignes à la compotée et laisser refroidir.
- Couper les chèvres en deux.
- Ouvrir la pâte filo, disposer au centre la compotée d'oignons et de châtaignes.
- Mettre le chèvre sur la compotée, ensuite le magret de canard et le miel.
- Refermer la pâte filo afin d'obtenir un petit carré bien fermé.
- Mettre au four à 230 ° pendant 10 à 15 min.

LA FLEUR DE SEL
DENIS HAON
4 bis, boulevard Louis Blanc
30100 ALES
Tél : 04 66 24 43 39

DRESSAGE

- Servir sur lit de salade.
- Les croquants peuvent se conserver cru au frigo pendant 2 à 3 jours.

OIGNON DOUX DES CÉVENNES FARCI AUX CÈPES





CUISSON

PRÉPARATION
environ
1h30

SERVICE
4 pers.

DIFFICULTÉS
Moyenne





INGRÉDIENTS

- **1 OIGNON DOUX DES CÉVENNES**
- **1 GOUSSE D'AIL NOIR FERMENTÉ**
- **1 CÈPE DE LOZÈRE**
- **2 LITRES DE FOND DE VOLAILLE**
- **1 LITRE DE CONSOMMÉ D'OIGNONS BRULÉS**
- **12 GRS D'AGAR AGAR**
- **PM VINAIGRE DE CIDRE**
- **PM VIN BLANC**
- **PM BEURRE**
- **PM HUILE NOISETTES**
- **PM SEL ET POIVRE**

PRÉPARATION

- Éplucher un oignon et cuire entier dans un fond blanc de volaille au vinaigre de cidre environ 20 minutes à ébullition.
- Préparer la farce, réaliser une brunoise de cèpes, et d'ail fermenté, cuire dans un peu de beurre et d'huile de noisettes jusqu'à coloration puis ajouter le petit épeautre et déglacer à hauteur au vin blanc sec. Laisser réduire complètement et mouiller avec un fond blanc. Cuire ainsi le tout, ajouter un peu de chapelure de pain brun rectifier l'assaisonnement. Refroidir.
- Farcir l'oignon avec la préparation refroidit donc plus dense, puis réaliser le glaçage avec un consommé d'oignons réalisé la veille si possible, le coller à l'agar agar (pour un litre de consommé douzes grammes d'agar.) Glacer deux fois. Réserver et au moment réchauffer au four 130°C environ 30 minutes.



LE RICHE HÔTEL
SÉBASTIEN RATH
42, place Pierre Sémard
30100 ALES
Tél : 04 66 52 30 87
www.leriche.fr

MILITANT DU GOÛT LE GARD

PAIN BRIOCHÉ SPIRULINE ET BRANDADE

CUISSON	PRÉPARATION	SERVICE	DIFFICULTÉS
	environ 1h30	4 pers.	Moyenne













INGRÉDIENTS

- **400 GR MORUE DÉSALÉE**
- **100 GR CRÈME**
- **75 CL HUILE OLIVE**
- **FEUILLE DE LAURIER**

- Dans une casserole faire bouillir la crème et la feuille de laurier.
- Retirer le laurier et ajouter la morue puis dessécher et ajouter l'huile hors du feu.

PRÉPARATION

BRIOCHE

- **15 GR LEVURE**
- **100 CL LAIT**
- **370 GR FARINE**
- **40 CL HUILE TOURNESOL**
- **40 HUILE D'OLIVE**
- **1 ŒUF**
- **50 CL SAUCE DE SOJA**
- **1 CC SPIRULINE**

- Dissoudre la spiruline dans le lait. Puis ajouter la levure, L'œuf, la farine, les huiles et le soja. Mélanger pour obtenir une pâte homogène.
- Laisser pousser.
- Étaler la pâte et détailler des ronds.
- Placer une bille de brandade au centre et façonner comme une aumônière pour faire une petite boule.
- Laisser pousser.
- Cuire au four à 140•c pendant 15 minutes .



RESTAURANT VINCENT CROIZARD
VINCENT CROIZARD
17 RUE DES CHASSAINTES
30900 NIMES
TÉL : 04 66 67 04 99
www.restaurantcroizard.com







MOUSSE DE PÉLARDON AOP





CUISSON

PRÉPARATION
environ
1h30

SERVICE
8 pers.

DIFFICULTÉS
Moyenne

INGRÉDIENTS

- **250 GR DE PÉLARDON AOP**
- **15CL DE CRÈME LIQUIDE 35%**
- **10CL DE LAIT ENTIER**

TARTARE DE TOMATE SÉCHÉE

- **100 GR DE TOMATE SÉCHÉE ET L'HUILE**
- **100 GR DE TOMATE FRAICHE (TYPE CERISE)**
- **20 GR DE SUCRE EN POUDRE**
- **UNE POINTE DE COUTEAU DE PIMENT DE CAYENNE**
- **SEL ET POIVRE**
- **3 CÀS D'HUILE D'OLIVE**

BRISURE DE JAMBON CRU

- **100 GR DE JAMBON CRU**

LE CHEF RAPHAEL
RAPHAEL LENOIR
25, Rue de l'Hôtel Dieu
30900 NÎMES
Tél : 04 66 21 62 55
www.lechefraphael.fr

PRÉPARATION

POUR LA MOUSSE DE PÉLARDON

- Mettre le pélardon, la crème liquide et le lait dans un blender chauffant (100° pendant 30 minute).
- Mixer l'appareil et le verser dans un siphon et gazer le mélange (attention pour un siphon de 500 gr pas plus d'une cartouche de gaz).
- Mettre au froid 4h.

POUR LE TARTARE DE TOMATE SÉCHÉE

- Mélanger la tomate séchée et fraiche coupée en dés, le sucre, le piment, le sel, le poivre et l'huile dans une casserole.
- Mettre à feu doux durant 45 minutes pour faire compoter le mélange.
- Débarrasser l'appareil et le mettre au froid 3h.

POUR LES BRISURE DE JAMBON CRU

- Disposer les tranches fines de jambon sur une plaque à pâtisserie.
- Mettre au four durant 30 minutes à 120°.
- Débarrasser et mettre au froid jusqu'au dressage.

DRESSAGE

Dans des verrines, mettre une cuillère à café de tartare de tomate séchée.

Puis mettre de la mousse dans chaque verrine avec le siphon bien froid.

Finir avec une cuillère àv café de tartare de tomate séchée et décorer avec les brisures de jambon cru.

VELOUTÉ DE CHÂTAIGNE, POULE FAISANE & TOAST À LA TRUFFE









CUISSON	PRÉPARATION	SERVICE	DIFFICULTÉS
	environ 1h30	8 pers.	Facile

INGRÉDIENTS



- **1 POULE FAISANE**
- **1 GARNITURE AROMATIQUE**
- **250 GR DE CHÂTAIGNES**
- **40 GR DE BEURRE**
- **40 GR D'OIGNONS DOUX**
- **1 L DE FOND BLANC DE VOLAILLE**
- **1 UNITÉ DE BOUQUET GARNI**
- **250 GR DE CRÈME FLEURETTE**
- **SEL, POIVRE**
- **1 PINCÉE DE MUSCADE**
- **20 GR DE TRUFFES**
- **10 GR DE CERFEUIL**
- **5 GR D'HUILE DE NOISETTE**

PRÉPARATION

- Laver et émincer les cèpes. Eplucher et émincer les oignons.
- Chauffer un faitout et mettre le beurre à fondre.
- Faire revenir les oignons sans coloration puis ajouter les châtaignes.
- Laisser cuire 5 mn puis ajouter le fond blanc et le bouquet garni, assaisonner.
- Après 20 minutes de cuisson, retirer le bouquet garni et mixer le tout très finement.
- Ajouter la crème, la muscade, vérifier l'assaisonnement et réserver au bain marie.
- Servir à part une rôtie *(tranche de pain cuite au beurre clarifié)* d'un émincé de poule faisane rôtie et de truffe noire râpée.
- Arroser d'huile de noisette et garnir d'une pluche de cerfeuil

CLAUDE LAMBERT
Maître cuisinier de France
2 fois finalistes
du Meilleur Ouvrier de France
4 finalistes Taittinger
Signe la carte des plats Pasqualino,







CAPPUCCINO CÉVENOL

CUISSON	PRÉPARATION	SERVICE	DIFFICULTÉS
	environ 1h30	4 pers.	Moyenne

INGRÉDIENTS

- **POUDRE DE CÈPE**
- **ECUME DE PÉLARDON**
- **50CL DE CRÈME FRAICHE À 35%**
- **3 PÉLARDONS AOP**
- **3 FEUILLES DE GÉLATINE**

ECUME DE POMME DE TERRE

- **400 GR DE POMME DE TERRE**
- **2 POCHONS D'EAU DE CUISSON (10 CL)**
- **80 GR DE BEURRE**
- **2,5 CL DE CRÈME FRAICHE À 35%**
- **SEL**



LES TERRASSES DE SAINT PAUL
JEAN-YVES PICCINALI
Place du Temple
30480 SAINT PAUL LA COSTE
Tél : 04 48 15 12 15

PRÉPARATION

- Faire chauffer la crème avec les pélardons pour les faire fondre, ajouter la gélatine (préalablement trempée dans de l'eau froide, puis pressée) et mixer.
- Verser l'appareil dans le siphon, secouer vivement et ajouter 2 cartouches de gaz et réserver au bain marie à 60° avant de servir.

- Faire cuire les PdT dans une eau salée, puis les passer au tamis.
- Ajouter le beurre et l'eau de cuisson, mélanger, puis ajouter la crème et mélanger encore.
- Verser l'appareil dans le siphon, secouer vivement et ajouter 2 cartouches de gaz et réserver au bain marie à 60° avant de servir.

MONTAGE

Dans un verre haut, remplir d'écume de pomme de terre à moitié, puis finir avec l'écume de Pélardon, saupoudrer de poudre de cèpe à l'aide d'une passoire fine.

Déguster sans attendre...

TAUREAU DE CAMARGUE DANS TOUS SES ÉTATS EN CARPACCIO ET UN TARTARE TERRE & MER

CUISSON | PRÉPARATION environ 1h30 | SERVICE 8 pers. | DIFFICULTÉS Facile



INGRÉDIENTS

Pour le carpaccio à la tapenade

- **100 GR D'OLIVES NOIRE DÉNOYAUTÉES**
- **2 FILETS D'ANCHOIS À L'HUILE**
- **10 GR DE CÂPRES**
- **1 GOUSSE D'AIL**
- **HUILE D'OLIVE**
- **THYM**
- **VINAIGRE DE XÉRÈS**
- **OIGNONS FRITS**

Pour le tartare entre Terre & Mer

- **200 GR DE TAUREAU COUPÉS EN PETITS DÉS**
- **200 GR DE NOIX DE SAINT JACQUES EN PETITS DÉS**
- **ECHALOTE**
- **UN COMBAWA**
- **GINGEMBRE RÂPÉ**
- **CORIANDRE, PERSIL ET CIBOULETTE**
- **PIMENT D'ESPELETTE**
- **VINAIGRE DE XÉRÈS**
- **FLEUR DE SEL**
- **PIGNONS DE PINS**
- **POMME GRANNY SMITH**



LES VENTS D'ANGES
TANIA VAN MUYLEN
1 Rue du 19 Mars 1962
30140 BAGARD
Tél : 04 66 60 57 31

PRÉPARATION

- Mixer le tout.
- Découper le taureau en fines tranches étalées sur une assiette.
- Badigeonner de vinaigre de Xérès, de fleur de sel et de poivre.
- Etaler la tapenade sur la viande.
- Parsemer d'oignons frits.



PRÉPARATION

- Ajouter une échalote émincée, zester un combawa, un morceau de gingembre râpé, de la coriandre, du persil et de la ciboulette hachée.
- Assaisonner de fleur de sel, de piment d'Espelette et de vinaigre de Xérès.
- Rajouter quelques pignons de pin torréfiés.
- Couper en julienne une pomme Granny Smith.

DRESSAGE

Faire un dôme dans un cercle avec le tartare, sur le dessus la julienne de pomme. Servir très frais.

LANGOUSTINES AU RHUM, FRUITS EXOTIQUES & SA TUILE CROUSTILLANTE

CUISSON

PRÉPARATION
environ
1h30

SERVICE
4 pers.

DIFFICULTÉS
Moyenne

INGRÉDIENTS

- **3 KG DE LANGOUSTINES**
- **1 PIÈCE DE MANGUE**
- **2 PIÈCES D'ANANAS**
- **3 CUILLÈRES À SOUPE RHUM BLANC**
- **3PCS CITRONS VERTS**
- **1 GOUSSE DE VANILLE**
- **1 PIMENT ANTILLAIS**



PRÉPARATION

- Châtrer et décortiquer les langoustines.
- Précuire 2 min au four vapeur.
- Couper la mangue et l'ananas en brunoise.
- Couper votre gousse de vanille pour en extraire les graines.
- Couper les piments Antillais en brunoise.
- Faire chauffer votre poêle avec une noix de beurre.
- Ajouter les langoustines et les fruits.
- Faire flamber au Rhum.

DRESSAGE

Server aussitôt en verrine ajouter quelques zestes de citron vert et une tuile croustillante de pâtes à raviole frites.



LA TABLE DES SAISONS
PIERRE TAIX
3 Rue du Plan de Brie
30140 ANDUZE
Tél : 04 66 25 22 50

DOS DE CABILLAUD POCHÉ AU LAIT DE COCO ET CITRON VERT, VIENNOISE POUDRÉE DE NOIX DE COCO DÉCLINAISON DE PANAIS AU CURRY VERT









CUISSON

PRÉPARATION
environ 1h30

SERVICE
4 pers.

DIFFICULTÉS
Moyenne

INGRÉDIENTS

- **800 GR DE CABILLAUD**
- **800 ML DE LAIT DE COCO**
- **4 CITRONS VERTS**
- **200 GR DE POUDRE DE NOIX DE COCO**
- **500 GR DE BEURRE**
- **100 GR DE FARINE**
- **2 KG DE PANAIS**
- **100 GR DE CURRY VERT**
- **2 L D'EAU**
- **100 GR DE SUCRE**
- **1 L DE BOUILLON DE POULE**

PRÉPARATION

- Tailler le dos de cabillaud, le pocher dans le coco avec le citron vert zesté, à 50°C pendant 20 min
- Préparer la viennoise en mettant au batteur le beurre ramolli avec la farine et en dernier la poudre de noix de coco, puis étaler entre deux feuilles de papier guitare. Mettre au froid pendant 1 heure minimum puis détailler des rectangles de la forme du dos de cabillaud.
- Pour faire la garniture , éplucher le panais en cuire 1 kg dans un sirop très léger fait avec les 2 l d'eau et les 100 gr de sucre, une fois cuit mixer au thermomix avec 200 gr de beurre et 100 gr de pâte de curry vert, puis réserver au chaud.
- Tailler à la mandoline des lamelles de panais puis les frire quelques minutes dans un bain d'huile à 140 °C
- Tailler les panais restant en ne gardant que la tête pour les faire rôtir avec 100 gr de beurre et le fond de poule, cuire jusqu'à ce que les panais soient bien glacés.

DRESSAGE

Faire une virgule de purée de panais au curry vert , poser sur un côté le dos de cabillaud avec la viennoise croustillante, parsemer de pétales de chips de panais, quelques têtes de panais bien glacées, pour la sauce le jus de cuisson de coco au citron vert réduit.

SPINAKER BOUTIQUE HÔTEL SPA RESTAURANT
DAMIEN COUSSEAU
Voie de la pointe du Môle
30240 PORT CAMARGUE
Tél : 04 66 53 36 37 - www.spinaker.com

CROUSTILLANT DE BOUDIN NOIR AU COLOMBO



CUISSON	PRÉPARATION	SERVICE	DIFFICULTÉS
	environ 1h30	10 pers.	Moyenne





INGRÉDIENTS

- **1 KG DE BOUDIN NOIR**
- **1 PAQUET DE FEUILLE DE PÂTE À FILO**
- **100 GR DE BEURRE**
- **10 GR D'ÉPICES CAJUN**
- **10 GR D'ÉPICES RAZ EL HANOUT**
- **5 GR DE PIMENT DES CÉVENNES**



EPICES ET TOUT
QUENTIN BONNET
15 Avenue Carnot
30100 ALES
Tél : 04 66 52 43 79
www.epicesettout.fr

PRÉPARATION

- Mélanger les épices ensemble.
- Mettre le boudin dans un bol, incorporer la moitié des épices.
- Mélanger et laisser reposer au frais.
- Faire fondre le beurre avec le reste des épices.
- Tailler les feuilles de filo en deux pour obtenir un rectangle.
- Prendre deux rectangles, badigeonner les de beurre.
- Placer le boudin au centre.
- Et rouler en bonbon.
- Faire griller à la poêle avec un peu de beurre et servir avec des pommes rôties ou une salade de choux rouge.

RISOTTO À LA TRUFFE BLANCHE ASSOCIÉ AUX CÈPES

CUISSON

PRÉPARATION
environ
1h30

SERVICE
8 pers.

DIFFICULTÉS
Facile











INGRÉDIENTS

- **ECHALOTE**
- **OIGNON**
- **HUILE DE TOURNESOL**
- **RIZ ARBORIO**
- **VIN BLANC**
- **BOUILLON DE VOLAILLES OU DE LÉGUMES**
- **CRÈME**
- **PARMESAN**
- **CÈPES**
- **TRUFFE**



PASQUALINO TRAITEUR
PASCAL CUOZZO
BP 20 – 30150
SAINT GENIÈS DE COMOLAS
Tél : 06 32 41 63 19

PRÉPARATION

- Faire revenir l'échalote et l'oignon avec de l'huile de tournesol.
- Verser le riz Arborio dans la casserole et déglacer au vin blanc.
- Ajouter du bouillon de volaille ou de légumes.
- Laisser cuire le riz. Une fois cuit, ajouter de la crème et du parmesan.
- Pour finir, ajouter la crème de cèpes à la truffe blanche et un peu de carpaccio à la truffe.

BUONA APETITO BY PASQUALINO !

VERRINE DE PÂTES CAVATELLI TRUFFE NOIRE

CUISSON | PRÉPARATION environ 1h30 | SERVICE 10 pers. | DIFFICULTÉS Moyenne

INGRÉDIENTS

- **PÂTES CAVATELLI**
- **ECHALOTE**
- **OIGNONS**
- **HUILE**
- **CRÈME**
- **TRUFFE**





PASQUALINO TRAITEUR
PASCAL CUOZZO
BP 20 – 30150
SAINT GENIÈS DE COMOLAS
Tél : 06 32 41 63 19

PRÉPARATION

- Faire cuire des pâtes "Cavatelli".
- Dans une casserole faire revenir l'échalote et les oignons avec un peu d'huile.
- Verser de la crème sur les oignons et laisser épaissir la crème avant d'ajouter les pâtes.
- Enfin, ajouter du carpaccio de truffe.

BUONA APETITO BY PASQUALINO !

BROUILLADE À LA TRUFFE PASQUALINO



CUISSON

PRÉPARATION
environ
1h30

SERVICE
8 pers.

DIFFICULTÉS
Facile







INGRÉDIENTS

- **6 ŒUFS FRAIS**
- **5 GR CARPACCIO DI TARTUFO PASQUALINO**
- **20CL DE CRÈME FRAÎCHE LIQUIDE 30%**
- **SEL, POIVRE**

PRÉPARATION

- Dans un premier temps casser les œufs dans un cul de poule, mélanger à l'aide du fouet sans faire trop mousser.
- Ajouter dans le cul de poule, 10cl de crème fraîche liquide ainsi que 5 gr de carpaccio di Tartufo Pasqualino.
- Saler, poivrer.
- Faire chauffer de l'eau dans la casserole à mi-hauteur pour pouvoir y déposer le cul de poule. L'eau ne doit pas toucher le cul de poule.
- Remuer délicatement en permanence le mélange à l'aide du fouet.
- Dès que la préparation commence à cuire, elle devient moelleuse, sorter le cul de poule de l'eau.
- Ajouter les 10 cl de crème fraîche restante pour stopper la cuisson des œufs.

Le plat est prêt ! Servir chaud !



PASQUALINO TRAITEUR
PASCAL CUOZZO
BP 20 – 30150
SAINT GENIÈS DE COMOLAS
Tél : 06 32 41 63 19

BUONA APETITO BY PASQUALINO !



RÂBLE DE LAPIN, PÉLARDON & POMMES REINETTE DU VIGAN



CUISSON

PRÉPARATION
environ
1h30

SERVICE
4 pers.

DIFFICULTÉS
Moyenne





INGRÉDIENTS

- **4 RÂBLES**
- **SEL, POIVRE, BEURRE, SARRIETTE, CAROTTES, BOUQUET GARNI, HUILE D'OLIVE**

LA TATIN

- **4 PÉLARDONS**
- **2 POMMES REINETTES**
- **4 CERCLES DE PÂTE FEUILLETÉE**

LES POMMES DAUPHINES

PÂTE À CHOUX

- **20 CL D'EAU**
- **80 GR DE BEURRE**
- **1 PINCÉE DE SEL**
- **120 GR DE FARINE**
- **2 ŒUFS**
- **500 GR DE POMMES DE TERRE**
- **4 PÉLARDONS CRÉMEUX**

PRÉPARATION

- Désosser les râbles de lapin et les réserver. *(garder les os pour le fond.)*

RÉALISATION DES TATINS

- Éplucher les pommes et les faire revenir dans une poêle avec du beurre et du sucre sur chaque face jusqu'à coloration. Réserver.
- Couper les pélardons en deux pour avoir deux cercles.
- Dresser dans un moule beurré la pâte feuilletée, la pomme et le 1/2 pélardon.
- Cuire au moment 10 mn à 180 °

RÉALISATION DES POMMES DAUPHINES

- Cuire les pommes de terre épluchées à l'eau froide salé et les écraser (ou mouliner) comme une purée avec les pélardons crémeux. Réaliser une pâte à choux. Mélanger les 2 appareils et rectifier l'assaisonnement.
- Cuire au moment dans une friteuse à 170°C.

RÉALISATION DES RÂBLES DE LAPINS

- Mettre les râbles dans une poêle chaude avec de l'huile d'olive et du beurre.
- Dorer sur chaque face et laisser reposer 5 mn.

SAUCE SARRIETTE

- Dorer les carcasses des râbles, rajouter les parures, carottes, bouquet garni, sarriette et 50cl de vin blanc.
- Laisser réduire, puis rajouter 1/2 litre d'eau. Réduire de moitié et rectifier l'assaisonnement, et ajouter le beurre.

DRESSAGE

- Démouler la tatin, disposer le râble dessus et rajouter le fond à la sarriette.
- Servir avec quelques légumes glacés et les pommes dauphines.

L'AUBERGE CIGALOISE
GILLES ET VALÉRIE GRANIER
Route de Nîmes
30170 St Hippolyte du fort
Tél : 04 66 77 64 59
www.aubergecigaloise.fr

GARDIANNE DE TAUREAU REVISITÉE, LÉGUMES CROQUANTS, ESPUMA DE RIZ DE CAMARGUE









CUISSON

PRÉPARATION
environ 1h30

SERVICE
8 pers.

DIFFICULTÉS
Facile

INGRÉDIENTS

- **1 TÊTE DE FILET DE TAUREAU AOP DE CAMARGUE ALAZARD ET ROUX ENVIRON 600GR**
- **1 BOUTEILLE DE VIN ROUGE, DE PRÉFÉRENCE RÉGION CAMARGUE, MON CHOIX "PARTAGE" MAS DES PLANTADES**
- **2 CAROTTES DES SABLES**
- **1 OIGNON ROUGE**
- **30 GR D'OLIVE NOIRE À LA GRECQUE**
- **3 OU 4 CLOUS DE GIROFLE**
- **1 BRIN DE ROMARIN, THYM, LAURIER,**
- **POIVRE DE TIMUT**
- **PIMENT BIO DES CÉVENNES**
- **HUILE D'OLIVE AOP NÎMES**
- **3 CARREAUX DE CHOCOLAT NOIR**
- **PM MAÏZENA**
- **120 GR OIGNON GRELOT**
- **25 GR DE BEURRE**
- **30 GR SUCRE**
- **½ CHOUX ROMANESCO**
- **30 GR RIZ DE CAMARGUE**
- **50 CL CRÈME 30%**
- **2 CARTOUCHES DE GAZ**
- **PLUCHES VÉGÉTALES POUR LA DÉCORATION *(Cerfeuil, persil, ...)***



RESTAURANT LE PASSION
CÉDRIC GADILLE
Bld du Maréchal Foch
30300 BEAUCAIRE
Tél : 04 66 19 05 04
www.restaurantlepassion.fr

PRÉPARATION

PRÉPARATION LA VEILLE

- Parer votre filet, garder les parures pour la sauce.
- Couper le filet en tournedos légèrement en biais.
- Laver et éplucher les carottes et l'oignon rouge, garder les épluchures de carottes.
- Mettre les carottes dans une boite hermétique et couvrir d'eau, réserver au frais.
- Emincer l'oignon rouge.
- Mettre dans une poche sous vide ou dans une boite hermétique pas trop grande, les tranches de filet, les parures de viande, les épluchures de carotte, l'oignon émincé, les olives noires, les clous de girofle, le romarin, thym, laurier, poivre de Timut, et une pincée de piment Bio des Cévennes, combler avec le vin. Sceller ou refermer votre boite et laisser 24h au réfrigérateur.

PRÉPARATION LE LENDEMAIN

- Egoutter votre viande et votre garniture en passoire, en faisant bien attention de garder le vin.
- Faire revenir les parures de viande à l'huile d'olives, ajouter votre garniture aromatique marinée et laisser compoter.
- Déglacer avec le vin de marinade, saler légèrement, porter à ébullition et réserver sur le coin du feu.

PRÉPARER VOTRE GARNITURE

- Eplucher les oignons grelot, les mettre dans une poêle, mettre 30 gr de sucre, une pincée de sel, un morceau de beurre environ 25gr et couvrir à hauteur d'eau. Cuire doucement légèrement à couvert.
- Lever les bouquets du choux romanesco, et cuire à l'anglaise 6 minutes à l'eau bouillante salée et refroidir immédiatement après dans de l'eau glacée.
- Couper les carottes en tranche fine et cuire à l'anglaise, tout comme les choux romanesco.
- Réserver vos légumes à couvert avec un fond d'eau dans un bain marie.
- Mettre le riz dans une casserole, un filet d'eau et compléter avec la crème et mettre à cuire à froid, environ 10 / 15 min en remuant régulièrement, ajouter de l'eau si nécessaire (cette façon peu conventionnelle, va permettre d'extraire l'amidon, et donner de la texture à notre espuma), saler, filtrer et réserver dans votre siphon, au chaud en bain marie.
- Filtrer votre sauce et épaissir si nécessaire avec la maïzena dissoute à l'eau, et rectifier l'assaisonnement.
- Sortir votre viande 10 / 15 minutes avant de la cuire pour qu'elle puisse reprendre en température
- Faire saisir votre viande dans une poêle bien chaude des deux côtés, l'idéal bleu saisie façon tataki, saler en fin de cuisson
- Couper en légère tranche.

DRESSAGE

Un rond de sauce, mettre quelques choux romanesco et quelques oignons grelot glacés. Disposer la viande en s'appuyant sur les choux, ajouter les tranches de carotte formées en tube, et terminer avec l'espuma de riz et la pluche végétale.

PATATE DOUCE DAUPHINE DE MONSIEUR COLAUTTI





CUISSON

PRÉPARATION
environ
1h30

SERVICE
4 pers.

DIFFICULTÉS
Moyenne

INGRÉDIENTS

- **1 PATATE DOUCE**
- **4 ŒUFS**
- **100 GR DE FARINE**
- **SEL**
- **PIMENT DES CÉVENNES**





PRÉPARATION

- Mettre la patate douce dans une feuille de papier cuisson puis l'enfermer également dans une feuille de papier aluminium.
- Cuire la patate douce au four à 150 degrés pendant deux heures.
- Ouvrir la papillote et éplucher la patate.
- Peser la chaire et ajouter pour un kilo de masse : 4 œufs, 100 gr de farine.
- Assaisonner sel et piment des Cévennes.
- Mixer.
- Mettre en poche et frire des petites boules comme des pommes dauphines.
- Servir chaud avec une purée de poivrons rouge au piment des Cévennes.



RESTAURANT VINCENT CROIZARD
VINCENT CROIZARD
17 RUE DES CHASSAINTES- 30900 NIMES
TÉL : 04 66 67 04 99
www.restaurantcroizard.com

PIGEON DES COSTIÈRES, CHOUX FARCIS AUX OIGNONS DOUX DES CÉVENNES

CUISSON

PRÉPARATION
environ 1h30

SERVICE
2 pers.

DIFFICULTÉS
Facile



INGRÉDIENTS

- **2 PIGEONS DES COSTIÈRES**
- **3 OIGNONS DOUX DES CÉVENNES**
- **1 CHOUX FRISÉ**
- **1 BOUQUET GARNI**
- **100 GR DE BLANC DE VOLAILLE**
- **1 BLANC D'ŒUF**
- **10 CL DE CRÈME 35%**
- **40 GR DE BEURRE**
- **SEL ET POIVRE**

PRÉPARATION

- Lever les filets de pigeon. Faire un jus avec les carcasses et braiser les cuisses.
- Saisir les filets uniquement côté peau avec du beurre jusqu'à avoir une jolie coloration. Réserver.
- Blanchir les feuilles de choux à l'anglaise. Refroidir et réserver.
- Faire une farce fine : mixer la volaille et incorporer le blanc d'œuf et la crème. Toujours penser à assaisonner.

DRESSAGE

- Prendre quelques feuilles de choux et les farcir avec les oignons, les suprêmes et la farce. Refermer.
- Cuire au four à 180°C durant 15 minutes. Sonder à cœur à 50°C.
- Servir avec son jus réduit et avec le restant du choux fait en compoté.

AU GARD'MANGER
RODOLPHE BELINGUIER
23, Cours Jean Jaurès
30129 MANDUEL
Tél : 04 11 83 25 60
www.augardmanger.fr

MÉDAILLON DE BICHE AU COING CONFIT

CUISSON	PRÉPARATION	SERVICE	DIFFICULTÉS
	environ 1h30	4 pers.	Moyenne





















INGRÉDIENTS

- **4 PAVÉS DE BICHE**
- **20 GR DE MIEL**
- **60 GR DE JUS DE VEAU OU GIBIER**
- **5CL D'HUILE D'OLIVE**
- **50 GR DE FOIE GRAS CUIT**
- **40 GR DE BEURRE**
- **1 COING**
- **100 GR DE SUCRE**
- **100 GR D'ÉPINARDS**
- **4 TRANCHES DE PAIN DE CAMPAGNE**
- **SEL, POIVRE, CANNELLE, MUSCADE, GENIÈVRE, PORTO, COGNAC**

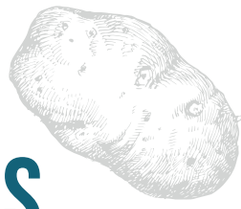


CLAUDE LAMBERT
Maître cuisinier de France
2 fois finalistes
du Meilleur Ouvrier de France
4 finalistes Taittinger
Signe la carte des plats Pasqualino,

PRÉPARATION

- Parer et mariner les pavés : poivre, cannelle, muscade, genièvre, porto, cognac et réserver au frais.
- Eplucher et couper en 4 le coing. Enlever les parties dures du centre et les cuire dans un sirop de 250 gr d'eau et 100 gr de sucre 40 mn doucement.
- Dans une petite poêle, faire cuire du beurre, ajouter les coings, laisser colorer légèrement puis ajouter deux cuillères de sirop de cuisson et réduire à glace.
- Équeuter et laver les épinards, les cuire à la poêle dans une noisette de beurre.
- Beurrer les tranches de pain et les toaster puis les tartiner avec le foie gras.
- Dans une poêle chaude cuire les pavés de biche 5mn, les retourner et les laisser reposer doucement au tiède pour finir la cuisson.
- Retirer les pavés du plat de cuisson, *(les garder au chaud)*.
- Dégraisser, puis déglacer la poêle au miel, laisser cuire 3 mn puis ajouter le jus de viande, la marinade et réduire puis passer à la passette fine et monter avec une noix de beurre. Vérifier l'assaisonnement.

EFFEUILLÉ DE CABILLAUD, POMMES "VITELOTTE" ÉCRASÉES, VINAIGRETTE AUX HERBES, SUCS DE BETTERAVE





CUISSON

PRÉPARATION
environ
1h30

SERVICE
4 pers.

DIFFICULTÉS
Facile

INGRÉDIENTS

- **1 KG DE CABILLAUD**
- **1,2 KG POMMES DE TERRE VITELOTTE**
- **5 KG DE POIREAUX**
- **50 GR D'ÉCHALOTE**
- **30 GR DE PERSIL**
- **1 BOUQUET DE CIBOULETTE, D'ANETH**
- **100 GR DE LAIT**
- **1 BOUQUET GARNI**
- **HUILE D'OLIVE**

VINAIGRETTE CITRON

- **1 CL D'HUILE D'OLIVE**
- **2 CITRONS**
- **SEL, POIVRE ET PIMENT D'ESPELETTE**
- **1 BETTERAVE ROUGE CUITE**
- **50 GR CRÈME FRAICHE**
- **10 GR VINAIGRE DE CIDRE**

CLAUDE LAMBERT
Maître cuisinier de France
2 fois finalistes
du Meilleur Ouvrier de France
4 finalistes Taittinger
Signe la carte des plats Pasqualino,

PRÉPARATION

- Cuire les pommes en enrobé des champs (avec la peau) dans une eau salée.
- Parer, laver et émincer les poireaux. Chauffer un peu d'huile d'olive dans un sautoir.
- Faire suer les poireaux et les cuire 10 mn à couvert.
- Pocher les filets de cabillaud dans un court-bouillon au lait *(ne pas faire bouillir)*.
- Egoutter le poisson et lever la peau. Réserver au chaud filmé.
- Préparer une vinaigrette au citron et ajouter les herbes hachées et l'échalote ciselée finement.
- Faire une brunoise (petits cubes) de betterave. Ajouter la crème, le sel, le poivre et le vinaigre.
- Eplucher les P D T. Les écraser à la fourchette. Saler, poivrer et arroser d'huile d'olive.
- Mélanger au poireau. ◗ Cuire des chips de vitelotte.

DRESSAGE

- Dresser au centre d'une assiette en cercle de 8 cm les pommes de terre à moitié.
- Couvrir du cabillaud effeuillé et décorer d'herbes et de chips de vitelotte.
- Décorer l'assiette d'un cordon de sauce betterave et arroser de la vinaigrette.

VERRINE CÉVENOLE



CUISSON

PRÉPARATION
environ
1h30

SERVICE
4 pers.

DIFFICULTÉS
Moyenne

INGRÉDIENTS

CHANTILLY MARRON

- **600 GR CRÈME DE MARRON**
- **1 200 GR PÂTE DE MARRON**
- **750 GR LAIT**
- **40 GR GÉLATINE FEUILLE**
- **2 650 GR CRÈME FLEURETTE À 35% DE MATIÈRE GRASSE**

CARAMEL NOIX

- **450 GR SUCRE SEMOULE**
- **210 GR GLUCOSE**
- **360 GR BEURRE**
- **100 GR EAU**
- **345 GR CRÈME FLEURETTE**
- **450 GR NOIX INVALIDES**

MINI BABA

- **1 400 GR SUCRE SEMOULE**
- **2 000 GR EAU**
- **600 GR RHUM**
- **QS MINI BABA**
- **1 500 GR POIRE AU SIROP**

PRÉPARATIONS

- Chauffer le lait à 80°C.
- Ajouter la gélatine réhydratée.
- Monter en chantilly la crème fleurette.
- Mélanger la pâte et la crème de marron ensemble.
- Verser ce mélange.
- Dans la crème fouettée incorporer ensuite le mélange gélatine, lait tiède à 35°C.
- Dresser aussitôt.

- Porter le glucose à ébullition.
- Ajouter progressivement le sucre semoule.
- Cuire au caramel fumant et moussant.
- Déglacer avec l'eau bouillant, puis mélanger crème fleurette et beurre bouillant.
- Cuire à 103°C. Refroidir.
- Ajouter les noix invalides grillées.
- Dresser aussitôt.

- Porter à ébullition l'eau et le sucre semoule.
- Laisser tiédir à 45°C. Ajouter le Rhum.
- Imbiber les Babas.

MONTAGE

- Dans des verrines disposer un mini- Baba.
- Imbiber.
- Ajouter des cubes de poires, puis le caramel noix.
- Finir par la chantilly marronne.

PHILIPPE PARC
Pâtissier Meilleur Ouvrier de France &
champion du monde des métiers du dessert
Consultant Formateur Conseil
50 Chemin de Marsillargues
84000 AVIGNON
Tél : 04 90 25 67 93
www.philippe-parc.fr

MOELLEUX AU CHOCOLAT MADE IN MARCHETTI & SA CRÈME LÉGÈRE





CUISSON

PRÉPARATION
environ
1h30

SERVICE
4 pers.

DIFFICULTÉS
Facile

INGRÉDIENTS

- **12 ŒUFS**
- **450 GR DE SUCRE**
- **350 GR DE BEURRE**
- **350 GR DE CHOCOLAT 70%**
- **200 GR DE FARINE**
- **8 GR LEVURE CHIMIQUE**

GANACHE CHOCOLAT

- **250 GR DE LAIT**
- **250 GR DE CRÈME**
- **500 GR DE CHOCOLAT 55%**
- **10 GR VINAIGRE DE CIDRE**

CRÈME LÉGÈRE À LA VANILLE OU CAFÉ

- **500 GR DE LAIT**
- **2 ŒUFS**
- **100 GR DE SUCRE**
- **40 GR FÉCULE DE POMME DE TERRE OU POUDRE A FLAN OU MAÏZENA**
- **100 GR DE BEURRE**
- **500 GR DE CHANTILLY**

PRÉPARATIONS

- Blanchir les œufs avec le sucre.
- Faire fondre le beurre puis ajouter le chocolat
- verser sur les œufs et terminer par la farine et la levure,
- Garder au frais.

- Faire bouillir le lait avec la crème, puis verser sur le chocolat, mixer et verser dans les récipients et faire durcir au frais.
- Recouvrir le biscuit au chocolat, garder au frais voir au congélateur.

- Réaliser la crème pâtissière.
- Blanchir les œufs avec le sucre et la poudre à flan.
- Faire bouillir le lait et verser sur les œufs.
- Cuire puis ajouter le beurre.
- Parfumer à la vanille ou au café.
- Faire refroidir puis ajouter la chantilly.
- Cuire le moelleux à 180° degrés et déguster avec la crème légère.

BOULANGERIE MARCHETTI
SÉBASTIEN MARCHETTI
ZAC, RN 113, Les Rhodes
30600 VESTRIC & CANDIAC
Tél : 04 66 51 54 04



MOUSSE DE PÉLARDON, TUILE DE CHÂTAIGNE, JULIENNE DE POMME REINETTE DU VIGAN



CUISSON

PRÉPARATION
environ 1h30

SERVICE
4 pers.

DIFFICULTÉS
Moyenne









INGRÉDIENTS

- **CRÈME DE MARRON DE TYPE FAUGIER**
- **1 FROMAGE DE CHÈVRE TYPE PÉLARDON, PICODON, ...**
- **2 ML DE SEL**
- **1 FEUILLES DE GÉLATINE**
- **300 ML DE CRÈME 30% MAT IÈRE GRASSE MINIMUM**
- **HUILE D'OLIVE**
- **POIVRE DE TIMUT**
- **PIMENT BIO DES CÉVENNES**
- **POMME REINETTE DU VIGAN**

PRÉPARATION

- Préchauffez votre four à th.6 (180°C).
- Mettre la feuille de gélatine à détremper à l'eau froide
- Dans un petit saladier, mettre le pélardon couper en 4 et environ 50ml de crème, chauffer au micro-onde 30 secondes. A la sortie du four, mixer le tout pour lisser l'ensemble, saler et ajouter la feuille de gélatine et relisser la préparation.
- Sur une feuille type silicone, réaliser des disques *(environ 2/3 par personnes)* de 5cm de diamètre et d'environ 1 mm d'épaisseur avec la crème de marron, mettre à cuire environ 5 minutes.
- Monter la crème fraîche bien ferme, puis y incorporer délicatement la préparation pélardon, crème. Mettre en poche et réserver au frais.
- Découper la pomme Reinette en petit bâtonné et citronner légèrement.

DRESSAGE

- Parsemer sur l'assiette de paprika en poudre de manière irrégulière.
- Réaliser des dômes de différentes tailles.
- Verser une goutte d'huile d'olive sur chaque.
- Parsemer un dôme de poivre de Timut, un autre de piment bio des Cévennes.
- Planter les tuiles entières ou brisées de marron.
- Ajouter la pluche de cerfeuil et enfin les petits bâtonnets de pomme.



MILITANT DU GOÛT LE GARD

RESTAURANT LE PASSION
CEDRIC GADILLE
Boulevard du Maréchal Foch
30300 BEAUCAIRE
Tél : 04 66 19 05 04
www.restaurantlepassion.fr

BABA AU RHUM











CUISSON

PRÉPARATION
environ
1h30

SERVICE
10 pers.

DIFFICULTÉS
Facile

INGRÉDIENTS

POUR 35 BABA

- **500 GR DE FARINE**
- **20 GR DE LEVURE BOULANGÈRE**
- **3 ŒUFS**
- **10 GR DE SEL**
- **30 GR DE SUCRE**
- **150 GR DE BEURRE**
- **34 MOULES**

PRÉPARATION

- Mettre dans un batteur la farine, la levure, les œufs. Mélanger 5 minutes et laissez reposer une demi-heure.
- Incorporer le sel, le sucre, le beurre en pommade puis mélanger pour obtenir une pâte homogène.
- Remplir les moules de pâtes.
- Faire lever deux heures.
- Cuire entre 180° & 200° de 12 à 15 minutes puis démouler.

POUR LE SIROP

- **2 L D'EAU**
- **800 GR DE SUCRE**

PRÉPARATION

- Porter à ébullition.
- Rajouter 6 cuillères à soupe ambré de la Guadeloupe

TREMPER LES BABAS DANS DE SIROP, UNE MINUTE DE CHAQUE CÔTÉ.

Astuces : maintenir le sirop frémir sur le feu.

LA FOUGASSE D'UZÈS
ANTOINE CHAPARRA
Meilleure Boulangerie de France 2018
ANTOINE CHAPARRA
30700 UZES
Tél : 04 66 22 10 57

FOUGASSE BOULANGÈRE AUX PÉLARDONS, CONFIT D'OIGNONS DOUX DES CÉVENNES & POITRINE

CUISSON | PRÉPARATION environ 1h30 | SERVICE 4 pers. | DIFFICULTÉS Moyenne

INGRÉDIENTS

- **330 GR DE PÂTE À PAIN DE CHEZ VOTRE BOULANGER** *(pour la démo farine de la ferme de Puech Cabrier d'Alexandre Floutier)*
- **1 PÉLARDON ET DEMI - CRÉMEUX**
- **2 OIGNONS DOUX DES CÉVENNES**
- **150 GR DE POITRINE SÉCHÉE EN LARDON**
- **50 GR CUBE D'EMMENTAL**
- **50 GR DE CRÈME ÉPAISSE**
- **50 GR HUILE D'OLIVE**











PRÉPARATION

- Éplucher, laver, émincer les oignons.
- Faire suer à l'huile d'olive les oignons.
- Étaler la pâte en forme de rectangle.
- Étaler la crème, les oignons confits, le pélardon coupé et terminer par l'emmental et la poitrine sur le centre du pain.
- Refermer, mettre à pousser 30 minutes, couper pour mettre en forme de fougasse et cuire au four 250° degrés.
- Déguster avec l'apéro et partager avec vos amies.

BOULANGERIE MARCHETTI
SÉBASTIEN MARCHETTI
ZAC, RN 113, Les Rhodes
30600 VESTRIC & CANDIAC
Tél : 04 66 51 54 04

MOELLEUX À LA CRÈME DE MARRON

CUISSON | PRÉPARATION environ 1h30 | SERVICE 10 pers. | DIFFICULTÉS Facile



INGRÉDIENTS

- **500 GR DE CRÈME DE MARRON**
- **4 ŒUFS**
- **100 GR DE BEURRE SALÉ**

PRÉPARATION

- Verser la crème de marron dans un saladier.
- Séparez les jaunes des blancs.
- Verser le beurre dans la crème de marron et fouettez bien pour que le mélange soit lisse et homogène.
- Ajouter un à un les jaunes d'œufs tout en fouettant.
- Monter les blancs en neige ferme et incorporez-les délicatement à la préparation.
- Préchauffer le four à 160°C (th 5-6).
- Verser dans un moule en silicone et enfourner pour 30-35 minutes. Laisser refroidir avant de démouler.

GÂTEAU AUX AMANDES

INGRÉDIENTS

- **250 GR D'AMANDES EN POUDRE**
- **6 ŒUFS**
- **250 GR DE SUCRE**



PRÉPARATION

- Préchauffer le four à 180° (th6)
- Séparez les jaunes des blancs d'œufs.
- Verser le sucre dans les jaunes et fouetter en mousse au batteur.
- Incorporer délicatement la poudre d'amandes.
- Monter les blancs en neige ferme et incorporez-les sans les casser.
- Verser la préparation dans un moule en silicone et enfourner pour 40-45 minutes.
- Laisser refroidir et démouler.

STÉPHANIE DE TURCKHEIM
Dédicace les livres suivants sur l'espace Librairie Sauramps.



"Apéros Made in France : 70 recettes en 14 étapes régionales"

"En 2h, je cuisine pour toute la semaine"

"Cuisson sous vide en basse température"

"Mes cocottes qui mijotent"

CHARTE D'AUTHENTICITÉ

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

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 DÉPARTEMENT
AGENCE DE DÉVELOPPEMENT ET DE RÉSERVATION TOURISTIQUES

CMA Chambre de Métiers et de l'Artisanat du Gard
L'Artisanat, Première Entreprise du Gard

GARD 3.0 Département

la Région Languedoc Roussillon Sud de France

aGRICULTURES & TERRITOIRES CHAMBRE D'AGRICULTURE GARD

CCI GARD



NOTES

CONTACT

Chambre de Commerce et
d'Industrie Gard - Pôle Tourisme
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
a.dubart@gard.cci.fr
Tél : 06 46 33 22 58



DU GOÛT, DU GOÛT... DU GARD !

BON APPÉTIT !

Ce livret vous est offert par
la CCI Gard et par le
Conseil Départemental du Gard

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

CCI GARD

GARD 3.0
Département