



CUISINE AU BARBECUE

autour des Huiles d'olive de France

Les huiles d'olive de France sont classées selon trois catégories de goût. Celui-ci dépend de la variété des olives, du terroir, de leur maturité et du savoir-faire :



Issues d'olives mûres, ces huiles d'olive sont extraites d'olives fraîches. Elles sont généralement douces (l'ardence et l'amertume sont faibles) aux arômes de fruits (secs, mûrs), de fleurs.

SE MARIENT AVEC :

Légumes (salade verte, carotte, courgette...), *féculents* (pomme de terre...), *poissons fins* (lotte, cabillaud, truite...), *viandes blanches*, *desserts* (pâtisseries, salade de fruits...).



Extraites d'olives fraîches, récoltées en cours de mûrissement. L'ardence et/ou l'amertume peuvent être plus ou moins intenses. Leurs notes gustatives sont végétales, herbacées.

IDÉALES POUR :

Légumes (artichaut, tomate, roquette, brocoli, fenouil...), *féculents* (pâtes, pomme de terre, riz, risotto...), *poissons* (saumon, truite, rouget...), *viandes* (boeuf, agneau, veau...), *desserts* aux fruits rouges ...

Optez pour une huile d'olive de ...

NICE AOP : arômes d'amande prépondérants accompagnés selon les années de notes de fleur de genêt, d'artichaut cru, de foin, de pâtisserie, de pomme mûre ...

NYONS AOP : arômes dominants de noisette fraîche et de pomme verte, aux notes légèrement beurrées.

Les huiles monovariétales issues de l'une des variétés : Amellau - Argoudeil - Cailletier - Clermontaise - Courbeil - Lucques - Menudel - Négrette - Redouneil - Rougette de Pignan - Tanche - Grossane - Verdale des Bouches du Rhône - Verdale de l'Hérault...

Et les huiles d'olive issues d'un assemblage de ces différentes variétés.



Issues d'olives stockées et mûrées pendant 2 à 8 jours, dans des conditions appropriées et maîtrisées, avant extraction de l'huile. Elles sont douces avec des notes d'olive noire, de pain, de cacao, de champignon, de fruits confits...

À CUISINER AVEC :

Légumes (roquette, aubergine, choux...), *féculents* (risotto, polenta...), *poissons* (maquereau, sardines...), *viandes* (gibier, taureau, agneau...), *crustacés et coquillages* (huîtres, moules...), *desserts* au chocolat.

Choisissez une huile d'olive de ...

AIX-EN-PROVENCE - Olives mûrées AOP aux arômes de pain au levain, d'olive noire, de cacao et d'artichaut cuit.

PROVENCE - Olives mûrées AOP aux arômes d'olive noire, de fruits confits, de sous-bois ou de pain grillé.

VALLÉE DES BAUX-DE-PROVENCE - Olives mûrées AOP aux arômes d'olive confite, d'olive noire, de pâte d'olive, de cacao, de truffe, de champignon, de pain au levain, d'artichaut cuit...

Et les huiles d'olive en « olives mûrées » ou « goût à l'ancienne ».

UNE PLÉIADE D'HUILES D'OLIVE POUR ÉGAYER VOS PAPILLES !

Préférez une huile d'olive de ...

AIX-EN-PROVENCE AOP : arômes d'artichaut cru, d'herbe fraîche, de fruits rouges et de noix/noisette souvent accompagnés d'ardence.

HAUTE-PROVENCE AOP : arômes d'artichaut cru dominants de notes de banane, d'herbe, d'amande fraîche ou de pomme.

NÎMES AOP aux arômes herbacés, de foin, d'ananas, de prune jaune, d'artichaut cru (...) avec une amertume et une ardenance légères à moyennes.

PROVENCE AOP : arômes herbacés, artichaut cru, avec, parfois des notes de banane, noisettes, amandes fraîches, feuilles de tomates.

VALLÉE DES BAUX-DE-PROVENCE AOP aux arômes d'herbe fraîchement coupée, de pomme, d'amandon, d'artichaut cru, de noisette fraîche, de feuille de tomate...

Les huiles monovariétales issues de l'une des variétés : Aglandau - Bouteillan - Olivière - Picholine - Petit Ribier - Rougette de l'Ardèche - Salonenque ... Et les huiles d'olive issues d'un assemblage de ces différentes variétés.

CUISSON AU BARBECUE

Les recettes de ce livret ont été pensées pour être réalisées au barbecue. Cependant vous pouvez facilement les adapter pour une cuisson à la poêle ou au four mais les préparations ne seront peut-être pas aussi savoureuses.

Il vous faut un barbecue avec un couvercle. La cuisson directe / indirecte sous-entend une cuisson couvercle fermé.

CUISSON INDIRECTE (aliments demandant au moins 30 minutes de cuisson), le charbon de bois ou le gaz est placé et mis en combustion à côté des aliments.

CUISSON DIRECTE (jusqu'à 30 minutes de cuisson), le charbon de bois ou la flamme du gaz se trouve directement sous les aliments.





| Pour 4 PERSONNES | Huile d'olive goût **INTENSE**



VIANDE

PAIN PITA À L'AGNEAU

SAUCE MENTHE-CITRON

PRÉPARATION 45 min · CUISSON 20 min · REPOS 2h30

1 PRÉPARER LES PAINS : dans un bol, **VERSER** la levure dans l'eau tiède, **AJOUTER** le sucre et l'huile d'olive et laisser **REPOSER** 10 min. Dans une terrine, **MÉLANGER** la farine et le sel. **VERSER** la levure sur la farine et **PÉTRIR** jusqu'à obtenir un mélange lisse et élastique. **COUVRIR** d'un linge humide et laisser **LEVER** dans un endroit chaud jusqu'à ce que la pâte double de volume (1h). Faire **RETOMBER** la pâte en l'écrasant avec le poing puis **SAUPOUDRER** de coriandre et de zestes de citron. **PÉTRIR** 2 min jusqu'à incorporation. **DIVISER** la pâte en 10-12 boules, les disposer sur un plan de travail légèrement fariné et laisser **REPOSER** 15 min. **ABAISSE** les boules en cercles de 15 cm de diamètre. Les disposer au fur et à mesure sur du papier aluminium et couvrir d'un linge propre, laisser **LEVER** 1h. Préchauffer une plancha (à environ 260°C), y **PLACER** les pains pita, les **ASPERGER** d'eau et **CUIRE** 4-5 min jusqu'à ce qu'ils gonflent et soient légèrement dorés. Les **ENVELOPPER** dans un torchon.

2 PRÉPARER LA SAUCE ET LA VIANDE : **BADIGEONNER** les 2 côtés des côtelettes d'agneau d'huile d'olive, saler et poivrer. Les laisser **REPOSER** 15 à 30 min à température ambiante avant cuisson. Pendant ce temps, **MIXER** grossièrement la menthe, le persil, le zeste et le jus de citron, l'échalote, les câpres, l'ail, le sel et le piment. **AJOUTER** l'huile d'olive et **MIXER** pour obtenir une sauce épaisse. **VERSER** dans un petit bol, filmer la sauce au contact pour l'empêcher de perdre sa couleur et réserver à température ambiante. Laver, **COUPER** en 4 et **ÉPÉPINER** le poivron. **CUIRE** les côtelettes et le poivron (côté peau) en cuisson directe (180 - 230 °C). Retirer le poivron dès que la peau est colorée et le **TAILLER** en lamelles puis le réserver. Retirer les côtelettes du barbecue, les laisser reposer entre 3 et 5 min puis les **TAILLER** en lanières. **COUPER** les pains pita en 2 jusqu'au ¾ du pain, **INSÉRER** un peu de sauce, des lamelles de viande et de poivron et **RECOUVRIR** de sauce.

INGRÉDIENTS

Pour les pains :

- 500g de farine à pain
 - 30 cl d'eau tiède
 - 15g de levure fraîche
 - 1 c. à s. de sucre
 - 1 c. à s. d'huile d'olive goût intense
 - 2 c. à c. de sel
 - 1 c. à s. de coriandre ciselée
 - Le zeste d'1 citron
- Pour la préparation (sauce et viande) :**

- 50g de feuilles de menthe fraîche
- 50g de persil plat frais
- 1 c. à c. de zeste de citron finement râpé
- 2 c. à c. de jus de citron frais
- 1 c. à c. d'échalote hachée grossièrement
- 1 c. à c. de câpres égouttées et rincées
- 1 gousse d'ail
- ½ c. à c. de sel marin
- ¼ c. à c. de piment doux
- 2 c. à c. d'huile d'olive goût intense pour la sauce et 1 c. à s. pour les côtelettes
- 4 côtelettes d'agneau
- 1 poivron rouge

Recette des pains pita inspirée de :
mesinspirationsculinaires.com

Nous vous conseillons > **UNE HUILE D'OLIVE GOÛT INTENSE** : AOP Aix-en-Provence, AOP Haute-Provence, AOP Nîmes, AOP Vallée des Baux-de-Provence, AOP Provence ou une huile d'olive de la variété Aglandau, Bouteillan, Olivière, Petit Ribier, Picholine, Salonenque ...



TACOS AU CANARD

PRÉPARATION : 15 min

CUISSON : 20 min

REPOS : 20 min

- 1 **RETIRER** le gras et la peau des filets de canard. Les **BADIGEONNER** d'huile d'olive goût intense puis les saler. Laisser **REPOSER** 20 à 30 minutes.
- 2 **PRÉPARER LA SALSA D'OIGNONS** : **ÉMINCER** finement les oignons rouges, les **MÉLANGER** avec le piment, le sucre, le sel, les jus des agrumes et l'huile d'olive goût intense puis les **PLACER** dans une casserole à feu moyen. Laisser **RÉDUIRE** 15 à 20 minutes (le liquide doit être quasiment évaporé) en remuant régulièrement. Pendant ce temps, **CISÉLER** finement la coriandre et la **RAJOUTER** une fois la préparation retirée du feu. **MÉLANGER**.
- 3 Faire **CUIRE** les filets de canard au barbecue sur feu direct moyen, couvercle fermé. Les **RETOURNER** une fois. Les filets doivent être grillés mais rosés à cœur (environ 8 minutes). **PLACER** sur une planche, laisser **REPOSER**.
- 4 **TAILLER** l'avocat en tranches moyennes, les radis en rondelles et la salade en fines lamelles.
- 5 Faire **GRILLER** les tortillas 10 secondes sur le barbecue. **RÉSERVER** au fur et à mesure dans un torchon propre.
- 6 **TAILLER** les filets de canard en tranches fines. **MONTÉ** les tortillas avec les tranches de filets de canard, la salade, les radis, l'avocat et la salsa. **TERMINER** par un filet d'huile d'olive goût intense.

INGRÉDIENTS

- 4 filets de canard
- 2 c. à s. de sel
- 2 c. à s. d'huile d'olive goût intense
- 12 tortillas de maïs
- 1 avocat mûr
- 100g de radis rouges
- 200g de salade (batavia, iceberg...) ou de chou chinois

Salsa d'oignons :

- 400g d'oignons rouges
- 50g de piment doux haché
- 1 c. à s. de sucre
- 1 pincée de sel
- 10 cl de jus d'orange
- 4 c. à s. de jus citron vert
- 1 c. à s. d'huile d'olive goût intense
- 50g de coriandre fraîche

Nous vous conseillons > UNE HUILE D'OLIVE GOÛT INTENSE : AOP Aix-en-Provence, AOP Haute-Provence, AOP Nîmes, AOP Vallée des Baux-de-Provence, AOP Provence ou une huile d'olive de la variété Aglandau, Bouteillan, Olivière, Petit Ribier, Picholine, Salonenque ...





| Pour 6 PERSONNES | Huile d'olive goût **SUBTIL**



VIANDE

BROCHETTES PORC/ANANAS

PRÉPARATION : 30 min

CUISSON : 20 min

REPOS : 2 h

- 1 **COUPER** la viande en cubes. **PELER** les oignons, couper la tige en gardant un peu de vert, puis couper les oignons en quatre. Les **METTRE** dans un plat avec la viande.
- 2 Dans un bol, **MÉLANGER** l'huile d'olive goût subtil, la sauce soja, le piment d'Espelette, la citronnelle et le miel, poivrer. La **VERSER** sur la viande et les oignons, fermer le récipient et réserver 2 h au réfrigérateur. **REMUER** de temps en temps pour que la marinade imprègne bien l'ensemble des morceaux.
- 3 **PRÉPARER** le barbecue.
- 4 Pendant ce temps, **ÉPLUCHER** les ananas, les couper en quatre dans la longueur, **RETIRER** le cœur ligneux et **RECUPER** la chair en éventails.
- 5 **PRÉPARER** les brochettes en alternant la viande (réserver la marinade), les oignons et l'ananas. Les faire **CUIRE** 15 à 20 minutes au barbecue (ou sous le grill du four), en les badigeonnant régulièrement de marinade à l'aide d'un pinceau au cours de la cuisson. **SERVIR** très chaud saupoudré de coriandre finement ciselée.

Astuce : si vous utilisez des brochettes en bois, les faire tremper 10 minutes dans de l'eau froide pour éviter qu'elles ne brûlent à la cuisson, et que la viande n'adhère.

INGRÉDIENTS

- 2 petits ananas Victoria ou 1 gros de Côte d'Ivoire
- 800g d'échine de porc désossée
- 1 botte d'oignons frais
- 4 c. à s. de miel liquide
- 6 c. à s. de sauce soja
- 6 c. à s. d'**huile d'olive goût subtil**
- ½ c. à c. de piment d'Espelette AOP
- 1 c. à c. de citronnelle
- 1 c. à c. de coriandre
- Poivre du moulin



Nous vous conseillons > UNE HUILE D'OLIVE GOÛT SUBTIL : AOP Nice, AOP Nyons, de la variété Amellau, Argoudeil, Cailletier, Clermontaise, Courbeil, Grossane, Lucques, Menudel, Négrette, Redouneil, Rougette de Pignan, Tanche, Verdale des Bouches du Rhône, Verdale de l'Hérault ...



| Pour 4-6 PERSONNES | Huile d'olive goût INTENSE



VIANDE

CÔTE DE BOEUF EN CROÛTE D'HERBES

PRÉPARATION

10 min

CUISSON

30 min

- 1 **MÉLANGER** la chapelure, le pecorino, l'huile d'olive goût intense, les gousses d'ail pressées et le basilic finement ciselé. Saler, poivrer.
- 2 A l'aide d'un pinceau, **BADIGEONNER** la côte de bœuf d'huile d'olive goût intense puis saler et poivrer. Faire au **CUIRE** 20 à 30 minutes au barbecue en tournant régulièrement.
- 3 Au dernier tour, **RAJOUTER** la pâte aux herbes sur le dessus de la côte de bœuf et laisser **CUIRE** quelques minutes.
- 4 Laisser la viande **REPOSER** dans un plat recouvert de papier aluminium pendant 10 minutes avant de la **DÉCOUPER** et de **SERVIR**.

INGRÉDIENTS

- 1 côte de bœuf
- 3 c. à s. d'huile d'olive goût intense
- 30g de chapelure
- 20g de pecorino
- 2 gousses d'ail
- 1 gros bouquet de basilic
- Sel
- Poivre



Nous vous conseillons > UNE HUILE D'OLIVE GOÛT INTENSE : AOP Aix-en-Provence, AOP Haute-Provence, AOP Nîmes, AOP Provence, AOP Vallée des Baux-de-Provence, ou une huile d'olive de la variété Aglandau, Bouteillan, Olivière, Petit Ribier, Picholine, Salonenque ...



POULET TANDOORI ET SALADE DE MANGUE À L'HUILE D'OLIVE

PRÉPARATION 20 min CUISSON 15 min REPOS 2 h

- 1 PRÉPARER LA MARINADE** en mixant ensemble tous les ingrédients. **METTRE** les filets de poulet dans un plat (l'idéal, une boîte avec couvercle), **RECOUVRIR** de la marinade et mettre au frais pendant au moins 2 h. **TOURNER** régulièrement les filets.
- 2 PRÉCHAUFFER** le barbecue (chaleur moyenne).
- 3 TAILLER** la mangue de chaque côté du noyau en 2 gros morceaux et 2 plus petits (pour les côtés du noyau). **HUILER** légèrement puis **DISPOSER** les morceaux de mangue sur la grille du barbecue environ 2 minutes sans les retourner. **INCISER** la chair de la mangue en gros cubes et les **DÉCOLLER** à la cuillère. **MÉLANGER** les morceaux de mangue dans un saladier avec les autres ingrédients de la salade.
- 4 SORTIR** les filets de poulet de la marinade, les **ÉGOUTTER** (réserver la marinade). Les **DISPOSER** sur le barbecue (cuisson directe, feu moyen). Les faire **GRILLER** 8 à 12 minutes (selon l'épaisseur du filet, la chair doit être opaque à cœur) en les tournant régulièrement pour une coloration homogène.
- 5 Faire RÉDUIRE** la marinade à feu doux dans une casserole. **SERVIR** les filets de poulet grillés chauds avec la salade de mangue et la sauce.

INGRÉDIENTS

• 4 filets de poulet

Marinade :

- 25 cl de yaourt (ou 1 pot)
- 2 c. à s. de jus de citron
- 2 c. à s. d'huile d'olive goût subtil
- 1 c. à s. d'ail haché
- 1 c. à s. de gingembre haché
- 2 c. à s. de garam masala
- 1 c. à c. de paprika
- 2 c. à s. de gros sel

Salade :

- 2 mangues fermes bien mûres
- 2 c. à s. d'huile d'olive goût subtil
- 2 c. à s. de menthe finement ciselée
- 2 c. à s. de vinaigre de cidre
- ½ c. à s. de sucre
- 1 pincée de sel
- Poivre

Nous vous conseillons > UNE HUILE D'OLIVE GOÛT SUBTIL : AOP Nice, AOP Nyons, de la variété Amellau, Argoudeil, Cailletier, Clermontaise, Courbeil, Grossane, Lucques, Menudel, Négrette, Redouneil, Rougette de Pignan, Tanche, Verdale des Bouches du Rhône, Verdale de l'Hérault ...



POISSON MARINÉ

AUX NOTES ENSOLEILLÉES

PRÉPARATION 10 min · **CUISSON** 15 min · **REPOS** 35 min ·

- 1 Faire **TREMPER** la planche à fumer (au moins 30 minutes).
- 2 **RETIRER** toutes les arêtes du poisson.
MÉLANGER l'huile d'olive goût subtil, le jus de citron vert, le thym, le curcuma, le miel et **GLACER** le poisson avec. Saler, poivrer.
- 3 **PRÉPARER** le barbecue en chaleur directe à environ 150 ° C. **PLACER** la planche de bois égouttée sur la grille en chaleur directe, **FERMER** le couvercle et **ATTENDRE** jusqu'à ce que vous l'entendiez se fissurer.
- 4 **RETOURNER** la planche, la déplacer en chaleur indirecte et **POSER** le poisson dessus. Faire **CUIRE** le poisson environ 15 minutes. Retirer le poisson du barbecue et le laisser **REPOSER** pendant environ 5 minutes avant de servir accompagné de riz basmati et d'une rondelle de citron.

INGRÉDIENTS

- 800g de poisson blanc (cabillaud, lieu noir, ...)
- 2 c. à s. d'huile d'olive goût subtil
- 3 c à s de jus de citron vert
- 1 c. à s. de thym finement ciselé
- ½ c. à c. de curcuma
- 2 c. à s. de miel
- Sel et poivre

- Planche à fumer

Nous vous conseillons > UNE HUILE D'OLIVE GOÛT SUBTIL : AOP Nice, AOP Nyons, de la variété Amellau, Argoudeil, Cailletier, Clermontaise, Courbeil, Grossane, Lucques, Menudal, Négrette, Redouneil, Rougette de Pignan, Tanche, Verdale des Bouches du Rhône, Verdale de l'Hérault ...



COURGE BUTTERNUT GRILLÉE

PRÉPARATION 10 min

CUISSON 1 h

- 1 **PRÉPARER LE "BEURRE"** à l'ail en réunissant tous les ingrédients à l'exception du vinaigre. Faire **CUIRE** pendant 2 ou 3 minutes à feu vif en remuant de temps en temps. Laisser **REFROIDIR**.
- 2 Faire **CHAUFFER** le barbecue en cuisson indirecte (de 230 à 280°C).
- 3 **COUPER** la courge en deux dans le sens de la longueur. **ENLEVER** les graines et filaments. **INCORPORER** le vinaigre au "beurre" à l'ail préalablement préparé et **ENDUIRE** la partie apparente des courges.
- 4 **POSER** les courges côté chair sur la grille et les laisser **CUIRE** de 45 minutes à 1 heure (à feu vif indirect). N'oubliez pas de bien fermer le couvercle du barbecue. Avant de retirer les courges, **VÉRIFIER** si elles sont assez tendres en y piquant la pointe d'un couteau et les retirer de la grille de cuisson. **SERVIR** chaud.

INGRÉDIENTS

• 1 courge butternut d'environ 600g

« Beurre » à l'ail :

- 2 c. à c. d'ail haché
- 2 c. à s. d'huile d'olive goût à l'ancienne
- 2 c. à s. de cassonade
- 1 c. à c. de fleur de sel
- 1 pincée de poivre
- 1 pincée de noix de muscade râpée
- 1 c. à s. de vinaigre de cidre

Nous vous conseillons > UNE HUILE D'OLIVE GOÛT À L'ANCIENNE : AOP Provence - olives mûrées, AOP Vallée des Baux-de-Provence - olives mûrées, AOP Aix-en-Provence - olives mûrées ou une huile d'olive goût à l'ancienne ou olives mûrées...



| Pour 4 PERSONNES | Huile d'olive goût INTENSE



LÉGUMES

AUBERGINES À LA PROVENÇALE

PRÉPARATION : 15 min · CUISSON : 15 min ·

- 1 **LAVÉ** les aubergines et les tomates. **TAILLER** les aubergines en tranches de 0,8 à 1 cm d'épaisseur.
- 2 A l'aide d'un pinceau, **BADIGEONNER** les aubergines d'huile d'olive goût intense. Saler, poivrer, assaisonner de piment d'Espelette.
- 3 **TAILLER** des rondelles de tomates et les **DISPOSER** sur les aubergines. Saler, poivrer. **TRANCHER** la mozzarella et l'**INSTALLER** sur les tomates.
- 4 **EMETTER** le thym et le romarin, les **PARSEMER** sur les tomates et la mozzarella. Faire **CUIRE** 10 à 15 minutes.
- 5 **RAJOUTER** un filet d'huile d'olive goût intense au moment de servir.

INGRÉDIENTS

- 2 aubergines
- 4 grosses tomates
- Thym
- Romarin
- 1 boule de mozzarella
- 3 c. à s. d'huile d'olive goût intense
- Sel, poivre
- Piment d'Espelette AOP

Déclinaison : Remplacer la mozzarella par du chèvre que vous ajouterez quelques minutes avant la fin de la cuisson.



Nous vous conseillons > UNE HUILE D'OLIVE GOÛT INTENSE : AOP Aix-en-Provence, AOP Haute-Provence, AOP Nîmes, AOP Provence, AOP Vallée des Baux-de-Provence ou une huile d'olive de la variété Aglandau, Bouteillan, Olivière, Petit Ribier, Picholine, Salonenque ...



| Pour 4 PERSONNES | Huile d'olive goût **SUBTIL**



LÉGUMES

CAROTTES GLACÉES À L'ORANGE

PRÉPARATION 15 min

CUISSON 10 min

- 1 NETTOYER** et peler les carottes fanes.
- 2 REMPLIR** un faitout aux $\frac{3}{4}$ d'eau, ajouter le sel et **PORTER À ÉBULLITION**. **PLONGER** les carottes dans l'eau bouillante. Faire **CUIRE** 4 à 6 minutes (elles doivent être tendres mais fermes). Sortir les carottes, les **PLONGER** immédiatement dans de l'eau glacée (pour stopper la cuisson et conserver la couleur). **ÉGOUTTER**.
- 3 PRÉCHAUFFER** le barbecue (cuisson directe, feu moyen). Dans un récipient, **MÉLANGER** l'huile d'olive goût subtil, le miel, le zeste d'orange, le vinaigre balsamique et la pincée de sel. **AJOUTER** les carottes et les enrober de cette sauce.
- 4 ÉGOUTTER** les carottes (garder le glaçage) et les **PLACER** sur le barbecue à feu moyen (couverture fermée si possible) pendant 4 à 6 minutes en les tournant régulièrement. Les carottes doivent être caramélisées.
- 5 SORTIR** les carottes et les **POSER** dans un plat de service, les **GLACER** à nouveau, ajouter le persil ciselé et **SERVIR** chaud.

Astuce : Vous pouvez décliner cette recette avec des petits navets.

INGRÉDIENTS

- 1 botte de carottes fanes (8 à 12)
- 1 c. à c. de gros sel + 1 pincée
- **3 c. à s. d'huile d'olive goût subtil**
- 2 c. à s. miel liquide (ou de sirop d'érable)
- 2 c. à s. de zeste d'orange
- 2 c. à c. de vinaigre balsamique
- 2 c. à s. de persil plat ciselé



Nous vous conseillons > UNE HUILE D'OLIVE GOÛT SUBTIL : AOP Nice, AOP Nyons, de la variété Amellau, Argoudeil, Cailletier, Clermontaise, Courbeil, Grossane, Lucques, Menudel, Négrette, Redouneil, Rougette de Pignan, Tanche, Verdale des Bouches du Rhône, Verdale de l'Hérault ...



| Pour 4 PERSONNES | Huile d'olive goût À L'ANCIENNE



FROMAGE

CAMEMBERT RÔTI AUX OLIVES

PRÉPARATION : 10 min · CUISSON : 15 min · REPOS : 45 min

- 1 **RETIRER** le camembert de sa boîte et de son papier et mettre la boîte à **TREMPER** dans de l'eau chaude au moins 45 minutes avant la cuisson
- 2 **DÉNOYAUTER** les olives puis les **TAILLER** finement en brunoise.
- 3 **CREUSER** un trou sur les 2/3 de la surface du camembert et sur 1/3 de sa hauteur puis **RETIRER** aussi délicatement que possible le contenu. **RÉSERVER** le morceau de camembert ainsi prélevé.
- 4 **DISPOSER** une couche d'olives au fond de ce trou, **ARROSER** d'une cuillère d'huile d'olive goût à l'ancienne puis **RECOUVRIR** du camembert réservé. **DISPOSER** le camembert sur une feuille de papier cuisson puis dans sa boîte d'origine. Verser une cuillère d'huile d'olive goût à l'ancienne sur le camembert.
- 5 Faire **CUIRE** le camembert pendant 15 minutes à 180°C. Faire **GRILLER** des tranches de pain. Servir chaud.

INGRÉDIENTS

- 1 camembert
- 50g d'olives noires de Nyons ou de Nice AOP (30g dénoyautées)
- 2 c. à s. d'huile d'olive goût à l'ancienne
- Pain pour la dégustation

Nous vous conseillons > **UNE HUILE D'OLIVE GOÛT À L'ANCIENNE** : AOP Provence - olives mûrées, AOP Vallée des Baux-de-Provence - olives mûrées, AOP Aix-en-Provence - olives mûrées ou une huile d'olive goût à l'ancienne ou olives mûrées...

> **OLIVES** : Olives noires de la Vallée des Baux-de-Provence AOP, Olives noires de Nyons AOP, Olive de Nice AOP ou des olives noires de variété Cailletier, Grossane, Lucques, Négrette, Tanche ... !



| Pour 6 PERSONNES | Huile d'olive goût **SUBTIL**



DESSERT

ANANAS À LA PLANCHA

PRÉPARATION 10 min CUISSON 6 min REPOS 15 min

- 1 **OUVRI**R la gousse de vanille, récupérer les graines. Les **MÉLANGER** à l'huile d'olive goût subtil et **AJOUTER** aussi la gousse vidée.
- 2 **EPLUCHER** l'ananas en retirant bien les yeux. Le **COUPER** en tranches épaisses en retirant le cœur.
- 3 **RÉCUPÉRER** les feuilles de romarin et les **HACHER**.
- 4 **METTRE** les tranches d'ananas dans un plat, **VERSER** dessus l'huile d'olive vanillée et le romarin haché. Laisser **MARINER** 10 à 15 minutes.
- 5 Faire **PRÉCHAUFFER** votre plancha, et une fois chaude, y **DÉPOSER** les tranches d'ananas. Laisser **CUIRE** 2 à 3 minutes sur chaque face.

Conseil : Accompagnez l'ananas d'une boule de glace et d'un macaron amande pour un dessert raffiné et complet !

INGRÉDIENTS

- 1 ananas
- 1 branche de romarin
- 3 c. à s. huile d'olive goût subtil
- 1 gousse de vanille

Nous vous conseillons > UNE HUILE D'OLIVE GOÛT SUBTIL : AOP Nice, AOP Nyons, de la variété Amellau, Argoudeil, Cailletier, Clermontaise, Courbeil, Grossane, Lucques, Menudel, Négrette, Redouneil, Rougette de Pignan, Tanche, Verdale des Bouches du Rhône, Verdale de l'Hérault ...



MANGUE RÔTIE, “BEURRE” DE GINGEMBRE, SIROP DE POIVRE TIMUT

PRÉPARATION 15 min • **CUISSON** 15 min • **REPOS** 30 min

- 1 **PRÉPARER** le sirop : dans une casserole, **PORTER** à ébullition l'eau et le sucre pendant 5 minutes. Éteindre le feu et ajouter les baies de poivre puis laisser **INFUSER** 30 minutes et réserver.
- 2 **HACHER** finement 5 feuilles de citronnelle et **CISELER** les 5 feuilles restantes. **MÉLANGER** l'huile d'olive goût subtil, le gingembre, la vanille et la citronnelle hachée.
- 3 **ÉPLUCHER** les mangues et les couper en dés.
- 4 Préchauffer la plancha à environ 180°C. **METTRE** de l'huile d'olive goût subtil sur la plancha, puis la mangue et laisser **CUIRE** 8 à 10 minutes. **MÉLANGER** régulièrement et garder le couvercle fermé autant que possible pendant la cuisson.
- 5 Quand les mangues sont grillées, **DÉGLACER** avec le sirop et retirer la plancha du barbecue, **AJOUTER** la citronnelle restante. **SERVIR** chaud, tiède ou froid accompagné de biscuit type crêpe dentelle, palet breton...

INGRÉDIENTS

- 2 mangues
- 1 c. à c. de gingembre en poudre
- 15g d'huile d'olive goût subtil
- 1 pincée de vanille en poudre
- 10 feuilles de citronnelle fraîche
- 10 cl d'eau
- 5g baies de poivre Timut
- 100g de sucre semoule



Nous vous conseillons > **UNE HUILE D'OLIVE GOÛT SUBTIL** : AOP Nice, AOP Nyons, de la variété Amellau, Argoudeil, Cailletier, Clermontaise, Courbeil, Grossane, Lucques, Menudel, Négrette, Redouneil, Rougette de Pignan, Tanche, Verdale des Bouches du Rhône, Verdale de l'Hérault ...



MOELLEUX AU CHOCOLAT AU BARBECUE

PRÉPARATION 15 min

CUISSON 25 min

- 1 **FAIRE** fondre le chocolat et le sucre à feu doux dans une petite casserole. **RAJOUTER** l'huile d'olive goût à l'ancienne et remuer. **RETIRER** la casserole du feu puis rajouter les œufs. Mélanger. **INCORPORER** la farine tamisée, puis **MÉLANGER** vigoureusement la préparation.
- 2 **GRAISSER** légèrement le moule de cuisson avec de l'huile d'olive puis le **REMPLEIR** de la préparation au chocolat. Laisser **REPOSER** au réfrigérateur jusqu'au moment de la cuisson.
- 3 **PRÉPARER** le barbecue pour la cuisson à chaleur indirecte moyenne.
- 4 **PLACER** le moule au centre de la grille puis le laisser **CUIRE** pendant 20-25 minutes en cuisson indirecte. Vous pouvez vérifier la cuisson en plantant un cure-dent ou la lame d'un couteau : ils doivent ressortir secs.
- 5 **SERVIR** le gâteau chaud ou tiède.

INGRÉDIENTS

- 200g de chocolat noir
- 100g d'huile d'olive goût à l'ancienne
- 200g de sucre
- 5 œufs entiers
- 50g de farine de froment

Nous vous conseillons > **UNE HUILE D'OLIVE GOÛT À L'ANCIENNE** : AOP Provence - olives mûrées, AOP Vallée des Baux-de-Provence - olives mûrées, AOP Aix-en-Provence - olives mûrées ou une huile d'olive goût à l'ancienne ou olives mûrées...



| Pour 6 PERSONNES | Huile d'olive goût **SUBTIL**



DESSERT

GÂTEAU AU MARRON AU BARBECUE

PRÉPARATION : 10 min · CUISSON : 30 min ·

- 1 **CHAUFFER** le barbecue à feu moyen (180°C).
- 2 **SÉPARER** les blancs des jaunes d'œuf. Réserver.
- 3 Dans un saladier (ou la cuve du robot), **MÉLANGER** la crème de marron avec l'huile d'olive goût subtil puis **RAJOUTER** le rhum, la farine et enfin les trois jaunes d'œuf.
- 4 **MONTER** les blancs en neige ferme puis les **INCORPORER** délicatement à la pâte.
- 5 **HUILER** un moule à manqué et **CUIRE** au barbecue sur feu indirect pendant 30 minutes, couvercle fermé.

Astuce gourmande : une fois refroidi, vous pouvez recouvrir le gâteau d'une ganache à l'huile d'olive. Pour cela, faire fondre doucement 100g de chocolat et rajouter à la spatule 1 c.à s. d'huile d'olive (sans incorporer d'air) puis napper le gâteau refroidi.

INGRÉDIENTS

- 500g de crème de marron sucrée
- 3 œufs
- 1 grosse c. à s. de farine
- 1 c. à s. de rhum
- 30g d'huile d'olive goût subtil



Nous vous conseillons > **UNE HUILE D'OLIVE GOÛT SUBTIL** : AOP Nice, AOP Nyons, de la variété Amellau, Argoudeil, Cailletier, Clermontaise, Courbeil, Grossane, Lucques, Menudel, Négrette, Redouneil, Rougette de Pignan, Tanche, Verdale des Bouches du Rhône, Verdale de l'Hérault ...



Profitez de la belle saison pour cuisiner à l'extérieur, de l'entrée au dessert !
En marinade, dans une sauce, dans vos desserts, l'huile d'olive de France est
l'ingrédient phare de vos repas.

Bonne dégustation !

Les recettes ont été réalisées par les "coquettes" de France Olive (Alexandra, Emilie et Marion).
Nous remercions les blogueuses qui nous inspirent.

Conception, réalisation et rédaction : France Olive
Photographies : Magali Ancenay

FRANCE

Olive

France Olive
Association française interprofessionnelle de l'olive
Service Communication
40 place de la Libération, 26110 NYONS
Contact : 04 75 26 90 90
contact@huilesetolives.fr

huiles-et-olives.fr

    /HuilesetOlives

avec le soutien de



Pour votre santé, mangez au moins cinq fruits et légumes par jour www.mangerbouger.fr