

# RECETTES

autour des Huiles d'olive de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur





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

Les huiles au GOÛT SUBTIL. Issues d'olives mûres, les huiles d'olive de cette famille sont extraites d'olives fraîches. Elles sont généralement douces aux arômes de fruits (secs, mûrs), de fleurs accompagnées de notes végétales.

Ces huiles d'olive se marient à merveille avec poissons, légumes crus et cui<u>t</u>s, desserts...

Les huiles au **GOÛT INTENSE**. Cette famille d'huiles est extraite d'olives fraîches, récoltées en cours de maturité. Elles peuvent présenter une amertume légère à moyenne et une certaine ardence, leurs notes gustatives sont végétales, herbacées. Elles s'accommodent avec des féculents, des poissons gras, des viandes.

Les huiles d'olive au **GOÛT À L'ANCIENNE** se distinguent des deux premières, car elles ne présentent ni caractère de fruit frais, ni d'arôme végétal. Elles sont issues d'olives qui, par tradition, sont stockées et maturées pendant 4 à 8 jours environ, dans des conditions appropriées et maîtrisées, avant extraction de l'huile. Elles délivrent des notes de cacao, de champignon, de vanille, de fruits confits, sans amertume et s'accommodent parfaitement avec le gibier, les abats, les crustacés...

L'important est

### UNE PLÉJADE D'HUILES D'OLIVE

### **POUR ÉGAYER VOS PAPILLES!**

Quelques exemples d'huiles d'olive de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur que vous pouvez retrouver dans chaque famille de goût...

### ◆ GOÛT SUBTIL

**AOP NICE** aux arômes d'amande fraîche très intenses accompagnés de notes de genêts et d'artichaut cru.

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

Des huiles monovariétales issues de l'une de ces variétés : Cailletier - Tanche - Grossane - Salonenque... Ainsi que des huiles d'olive , issues d'un assemblage de ces différentes variétés.

### • GOÛT INTENSE

**AOP AIX-EN-PROVENCE** aux arômes d'artichaut cru, de pomme, de verdure et d'amande souvent accompagnés d'ardence.

**AOP HAUTE-PROVENCE** aux arômes d'artichaut cru dominants accompagnés de l'amertume de l'amande, relevés d'une note fruitée de banane verte ou poire.

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

AOP VALLÉE DES BAUX-DE-PROVENCE, légèrement poivrée, aux arômes d'artichaut cru dominants, d'herbe fraîche, d'amande...
Des huiles monovariétales issues de l'une de ces variétés :

**Aglandau - Bouteillan - Picholine - Petit Ribier ...** Ainsi que des huiles d'olive issues d'un assemblage de ces différentes variétés.

### • GOÛT "À L'ANCIENNE"

**AOP AIX-EN-PROVENCE,** aux arômes de sous-bois, de truffe, de cacao et de fruits mûrs.

**AOP PROVENCE** – Olives maturées aux arômes de pain grillé et d'artichaut violet cuit.

AOP VALLÉE DES BAUX-DE-PROVENCE aux arômes de truffe, de cacao et de pain grillé.

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





# **TATIN** DE TOMATES ET CERISES

CARAMÉLISÉES AU MIEL ET SA MOUSSE MOZZARELLA

Réserver au frais pendant 1h environ.

puis couvrir le tout de pâte feuilletée.

PRÉPARATION 30 min CUISSON 30 min REPOS 1h

mozzarella émiettée avec l'huile d'olive au goût subtil et 1cl de vinaigre balsamique blanc. Lorsque la mozzarella est fondue, passer le tout au blender et vérifier l'assaisonnement.

Filtrer la préparation avant la mettre dans un siphon, ajouter une cartouche de gaz.

balsamique blanc. Verser ce caramel dans un plat pouvant aller au four.

### INGRÉDIENTS

- · 200 gr. de mozzarella · 30 gr. d'huile d'olive au goût
- · 20 cl de crème entière
- · 10 cl de lait
- · 1 branche de basilic frais Piment d'Espelette
- · 250 gr. de tomates cerises
- 125 gr. de cerises
- 40 gr. de miel
- · 40 gr. + 1 cl de vinaigre
- balsamique blanc

1 pâte feuilletée

cette recette est proposée par :

Hugues MARREC Auberge de la Camarette, Pernes les Fontaines (84) 04 90 61 60 78

www.domaine-camarette.com

### 

Hors saison, vous pouvez remplacer les cerises par des griottes congelées (les faire décongeler puis les égoutter avant mise en oeuvre).

Nous vous conseillons > <u>UNE HUILE D'OLIVE GOÛT INTENSE</u>: AOP Vallée des Baux-de-Provence, AOP Aix-en-Provence, AOP Haute-Provence, AOP Provence ou une huile d'olive de la variété Aglandau, Bouteillan, Picholine, Salonengue...



# GASPACHO DE PETITS POIS ET MENTHE

PRÉPARATION 15 min CUISSON 20 min REPOS 30mi

- **CUIRE** les petits pois dans l'eau bouillante à laquelle vous aurez ajouté le cube de bouillon de légumes. A la fin de la cuisson, conserver un peu de bouillon, puis égoutter et rafraîchir les petits pois afin qu'ils conservent leur couleur.
- 2 FAIRE REVENIR l'oignon coupé en petits cubes puis rajouter la poitrine fumée coupée en dés. Ajouter les petits pois et les faire revenir quelques minutes avec la poitrine fumée.
- 3 MIXER ENSEMBLE les petits pois, la poitrine fumée, les oignons, les yaourts nature, la gousse d'ail avec 10 cl d'huile d'olive au goût intense, un peu de bouillon (selon la consistance souhaitée), le piment d'Espelette et la menthe. Saler et poivrer à votre goût.

  PASSER AU CHINOIS.
- 4 RECTIFIER l'assaisonnement, puis DRESSER dans des verrines en rajoutant un filet d'huile d'olive goût intense et quelques feuilles de menthe et METTRE AU FRAIS au minimum 30 minutes avant de servir.

### **INGRÉDIENTS**

- 500 gr. de petits pois frais ou surgelés
- 2 yaourts nature
- · 1 gousse d'ail
- · 1 oignon
- 1 cube de bouillon de légumes
- 10 cl + 3 cl d'huile d'olive au goût intense
- · 100 gr. de poitrine fumée
- 2 c. à s. de menthe hachée + quelques feuilles
- · Piment d'Éspelette
- Sel, poivre du moulin

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



### **OEUF COCOTTE** EN POMME DE TERRE ET CHAMPIGNONS

PRÉPARATION : 20 min : CUISSON : 25 min

- **1** Cuire les pommes de terre à l'eau, à la vapeur ou au four. Réserver jusqu'à refroidissement puis à l'aide d'un couteau ou d'une petite cuillère, **creuser** les pommes de terre afin qu'elles puissent accueillir les oeufs.
- **ENROULER** les tranches fines de lard autour des pommes de terre. Au besoin vous pouvez utiliser 2 tranches de lard. Pour maintenir les tranches pendant la cuisson, utiliser des cure-dents.
- 3 CASSER les oeufs de sorte à verser d'abord les blancs à l'intérieur des pommes de terre. Conserver les jaunes que l'on mettra en fin de cuisson.
- 4 Dans un four chaud à 190°C, FAIRE CUIRE les pommes de terre avec les blancs pendant environ 15 à 20 min suivant votre four.
- 5 LAVER les champignons, les FAIRE REVENIR dans l'huile d'olive au goût à l'ancienne environ 2 min. Saler. Ajouter le vin blanc et laisser cuire 4 à 5 min. Verser la crème liquide puis rectifier l'assaisonnement. Laisser cuire encore quelques minutes.
- 6 AJOUTER ensuite délicatement un jaune sur chaque pomme de terre, salez et poivrez. Remettre au four environ 2 à 3 min. Arroser d'un filet d'huile d'olive et servir chaud.

#### INGRÉDIENTS

- · 4 belles pommes de terre
- · 4 tranches fines de lard fumé
- 4 oeufs entiers
- · 200 gr. de chanterelles
- · 200 gr. de trompette de la
- · 6 cl de vin blanc
- 6 cl de crème liquide entière
- 1 petite échalote
- · 1 gousse d'ail
- Huile d'olive au goût à l'ancienne
- Piment d'Espelette
- Sel et poivre du moulin

cette recette est proposée par



Mickael du blog Twimmcook





### BOUQUET DE LÉGUMES D'HIVER, VINAIGRETTE À LA TRUFFE



- 1 PRÉPARER LES LÉGUMES: éplucher et laver les légumes. Les tailler en leur donnant une forme harmonieuse de façon à obtenir 12 morceaux de chaque légume. Les cuire séparément dans le bouillon de poule.
- **PRÉPARER LA VINAIGRETTE**: dans un cul de poule, mélanger le sel et le vinaigre balsamique puis, tout en fouettant incorporer petit à petit 20 cl d'huile d'olive au goût intense comme pour une mayonnaise. Finir avec la truffe taillée en julienne. Réserver.
- 3 ASSAISONNER les légumes avec un tiers de la vinaigrette à la truffe.
- 4 **Dressage**: dans une assiette ronde, construire un joli bouquet de légumes en les croisant et en essayant de les mettre le plus possible à la verticale (comme un mikado).

**CONSEIL DU CHEF**: cette façon de monter la vinaigrette permet d'obtenir une consistance plus épaisse que celle d'une vinaigrette tranchée. On peut réaliser cette recette en dehors de la saison des truffes en les remplaçant par des herbes fraîches.

### **INGRÉDIENTS**

- 6 carottes
- · 1 chou romanesco
- 6 panais
- 6 topinambours
- · 6 pommes de terre Vitelotte
- · 2 l de bouillon de poule
- · 20 cl d'huile d'olive au goût intense
- · 40 gr. de truffe
- 2 c. à s. de vinaigre balsa-
- Sel. sucre

cette recette est proposée par :

Eric SAPET La petite maison de Cucuron Cucuron (84) 04 90 68 21 99

www. lapet itema is on decucuron. com



# FILET DE DORADE POÊLÉ, ROUILLE ET POMMES DE TERRE FONDANTES

PRÉPARATION : 20 min : CUISSON : 15 min

- Préparer les pommes de terre : les peler. les laver et les couper en rondelles. Les cuire à la vapeur afin qu'elles soient fondantes mais fermes (temps de cuisson à adapter à la variété). Réserver.
- 2 RÉALISER la rouille au mortier (ou au mini robot): écraser les gousses d'ail avec un peu d'huile d'olive au goût subtil, du poivre du moulin, puis ajouter une petite pomme de terre cuite et refroidie et le jaune d'oeuf cru Monter la rouille comme une mayonnaise,

en incorporant petit à petit l'huile d'olive jusqu'à obtention d'une pommade. Terminer en ajoutant le safran et un peu

- RÉSERVER la rouille au frais.
- 4 Cuire le poisson dans une poêle huilée à feu vif.
- 5 Dans une assiette creuse déposer le poisson sur un lit de pommes de terre. Napper le tout avec une grosse cuillère de rouille Décorer avec un brin de ciboulette ou une pluche de persil.

#### INGRÉDIENTS

- 4 filets de dorade de 200gr.
- · Pommes de terre
- · 1 jaune d'oeuf
- · 6 à 8 gousses d'ail
- · Safran en pistil ou en poudre
- · 0,4 l d'huile d'olive au goût subtil
- Sel fin

cette recette est proposée par

### **VARIANTE**

Remplacer la dorade par du loup, de la lotte ou des crevettes... Vous pouvez • également échanger les pommes de terre contre des carottes ou d'autres légumes selon vos envies. La rouille peut accompagner de la soupe de poissons, la bouillabaisse, des croûtons, du pain frais... Variez les plaisirs!

Nous vous conseillans > UNE HUILE D'OLIVE GOÛT SUBTIL : AOP Nice , AOP Nyons, huile d'olive



# **SOLE ET SON ÉMULSION**

DE BASILIC À L'HUILE D'OLIVE, ÉCRASÉE DE PATATE DOUCE

PRÉPARATION :15 min : CUISSON :45 min

Préchauffer votre four à 220°C. Nettoyer la patate douce, l'entourer d'un grand morceau de papier aluminium et mettre au four 30 à 40 min. Vérifier la cuisson en insérant la lame d'un couteau : il ne doit pas y avoir de résistance.

### 2 PRÉPARER LES LÉGUMES CROQUANTS. Eplucher la carotte, laver la courgette et

les pois gourmands. A l'aide d'un économe, réaliser des tagliatelles de carotte et de courgette. Plonger les pois gourmands 1 min dans l'eau bouillante. Aiouter ensuite les tagliatelles de légumes, laisser cuire 1 min et égoutter. Passer les légumes à l'eau froide afin de conserver leur couleur.

3 Laver les feuilles de basilic. Les MIXER avec un peu de sel, de poivre, le jus de citron

et les zestes en ajoutant petit à petit 1 dl d'huile d'olive afin d'obtenir une émulsion. Rectifier l'assaisonnement.

- 4 A la sortie du four, LAISSER REFROIDIR la patate douce avant de l'éplucher. Dans un bol, la couper en gros morceaux, AJOUTER le 4 épices, la crème, 2 c. à s. d'huile d'olive au goût intense, du sel, du poivre. ECRASER brièvement à la fourchette pour obtenir une purée avec des morceaux croquants.
- **5 Pôeler** rapidement les filets de sole dans un peu d'huile d'olive.
- 6 Réchauffer les légumes. A l'aide d'un cercle, disposer un lit d'écrasée de patate douce, quelques légumes croquants et surmonter d'un filet de sole. Verser une cuillère d'émulsion basilic et décorer d'une feuille de basilic.

#### INGRÉDIENTS

- · 4 petits filets de sole
- · 1 bouquet de basilic frais
- · 1 c. à s. de jus de citron
- Quelques zestes de citron bio
- · 1 courgette
- · 1 carotte
- · 1 poignée de pois gourmand
- · 1 grosse patate douce
- · 2 c. à s. de crème semi-
- énaisse · 1 c. à c. rase de 4 épices
- · Huile d'olive au goût intense
- · Sel et poivre du moulin

cette recette est proposée par







### **TAUTENNES FARCIES** AUX ÉPINARDS ET AUX PIGNONS

PRÉPARATION : 30 min : CUISSON : 30 min

- 1 SÉPARER et nettoyer les poches et tentacules des calmars. Conserver les poches au frais pendant que vous coupez, en carré, les tentacules. Les faire sauter à l'huile d'olive au goût à l'ancienne.
- 2 BLANCHIR les épinards à l'eau fortement salée. Les rafraîchir immédiatement à l'eau froide et les presser. Sauter les épinards au beurre noisette
- FAIRE FONDRE DOUCEMENT les anchois avec une cuillère d'huile d'olive. BLANCHIR puis **SAUTER** les lardons, les égoutter de leur graisse. GRILLER blond foncé les pignons.
- 4 MÉLANGER le tout, sans oublier les graines de fenouil, la chapelure et l'oeuf. Goûter et

rectifier si besoin, l'assaisonnement.

- 5 FARCIR les poches de calmars en remplissant au minimum (les poches rétrécissent à la cuisson). Coudre l'ouverture des tautennes. Saler, poivrer.
- COLORER légèrement avec l'huile d'olive, puis ARROSER de coulis de tomates. Cuire à feu doux.
- FAIRE UNE MAYONNAISE avec les jaunes d'oeuf, la moutarde et l'huile d'olive.
- 8 Laisser refroidir, PASSER la sauce et l'ajouter à la mayonnaise.
- OUPER les tautennes en tranches et les déposer sur les assiettes nappées de sauce.

### **INGRÉDIENTS**

- · 3 calmars de 25 cm de long
- 50 gr. de lardons
- 250 gr. d'épinards
- 1 oeuf
- · 30 gr. de pignon
- · 1 anchois au sel
- 1 c. à s. de graines de fenouil
- 1 poignée de chapelure
- Sel/poivre
- · 35 cl de coulis de tomate
- 10 gr. de beurre
- · 30 cl d'huile d'olive au goût à

cette recette est proposée par

Jany GLEIZE, La Bonne Etape Château Arnoux (04) 04 92 64 00 09 www.bonneetape.com







### TARTARE DE VEAU

AUX CÂPRES, TOMATES ANCIENNES ET BASILIC, TUILE PARMESAN



- DÉTAILLER la noix de veau en cubes réguliers de 0,5 cm, puis réserver au frigo.
- 2 COUPER toutes les tomates en 4, les épépiner et retirer le pédoncule. Couper ensuite chaque pétale de la même façon que le veau.
- 3 HACHER les câpres, ciseler finement le basilic et les échalotes. Prélever les zestes de citron et récupérer le jus.
- 4 MÉLANGER le veau, les tomates, les câpres, le basilic, les échalotes et les zestes de citron. Assaisonner de sel et de poivre puis verser le jus de citron et 3 cl d'huile d'olive au goût subtil. Vérifier l'assaisonnement.
- 5 Préparer la tuile de parmesan : préchauffer le four à 200°C. Râper le parmesan et l'étaler finement sur une plaque couverte d'une feuille en silicone ou d'un papier sulfurisé. Enfourner pendant quelques minutes afin d'obtenir une coloration dorée, puis laisser refroidir.
- 6 Dresser en utilisant un cercle, tasser légèrement le tartare. Surmonter d'un bouquet de roquette et l'assaisonner de fleur de sel, de poivre, de vinaigre balsamique et du reste d'huile d'olive. Terminer par la tuile parmesan.

#### **INGRÉDIENTS**

- · 600 gr. de noix de veau
- 1 tomate ananas
- 1 tomate Green Zebra
- 1 tomate Coeur de boeuf
- 2 échalotes
- · 1/2 botte de basilic
- · 1 citron jaune
- · 40 gr. de câpres
- · 5 cl d'huile d'olive au goût
- · 100 gr. de parmesan
- 150 gr. de roquette
- · 2 cl. de vinaigre balsamique
- · Sel et poivre du moulin, fleur



### **DOS DE LOUP**

### LÉGUMES DU SOLEIL, ENCORNETS À LA PLÁNCHA ET CITRON CONFIT

### PRÉPARATION: 1h30: CUISSON: 2h



- 1 LA VEILLE, préparer la base de la barigoule : éplucher et tourner les artichauts, le céleri, les oignons grelots et le fenouil. Dans une sauteuse, faire tiédir un trait d'huile d'olive, faire suer les oignons, le céleri et le fenouil. Ajouter les graines d'anis vert puis le pastis. Réduire et mouiller avec le fumet de poisson, couvrir avec une feuille de papier et laisser cuire en gardant les légumes croauants.
- 2 Dans une casserole, **METTRE** un trait d'huile d'olive, ajouter les artichauts tournés, le demi jus de citron, sel, poivre, thym, une gousse d'ail et mouiller à mi hauteur avec de l'eau. Cuire "al dente" et les garder dans leur eau de cuisson.
- Cuire et préparer la courgette, les petits pois et les fèves. LAVER les encornets et les

tailler en lamelle, puis réserver au frais.

- 4 Faire chauffer tous les légumes dans la sauteuse. Ajouter les tomates confites, les olives noires, le basilic en feuilles, une partie de la ciboulette et l'huile d'olive au goût intense.
- **5 Cuire** les filets de loup avec un peu d'huile d'olive dans une poêle anti-adhésive.
- 6 FAIRE SAUTER vivement les encornets avec le citron confit et le reste de ciboulette ciselée

CONSEILS DU CHEF: les légumes doivent être croquants. Le poisson doit être préparé à la dernière minute sans trop le cuire (température maximale à coeur : 48°C).

#### **INGRÉDIENTS**

- · 6 filets de loup de 120 gr pièce
- 300 gr. d'encornets
- 2 bouquets d'artichauts
- 150 gr. d'oignons grelots
- · 200 gr. cde éleri branche
- · 200 gr de fenouil
- · 1 courgette
- 300 gr. de petits pois
- 300 gr. de fèves
- 6 pétales de tomates confites
- · 6 feuilles de basilic
- · 60 gr. d'olives noires
- · 1 gr. d'anis vert en grains
- 10 cl de pastis
- · 0.5 l de fumet de poisson
- 1 c. à s. de citron confit
- Ciboulette ciselée
- · Huile d'olive au goût intense
- ⅓ jus de citron
- · 1 gousse d'ail
- Sel. poivre, thym

cette recette est proposée pai

Michel HULIN La Cabro d'Or. Les Baux de Provence (13 04 90 54 33 21

Nous vous conseillons > UNE HUILE D'OLIVE GOÛT INTENSE : AOP Vallée des Baux-de-Provence, AOP Aix-en-Provence, AOP Haute-Provence, AOP Provence ou une huile d'olive de la variété Aglandau, 21. Bouteillan, Picholine, Salonengue...



## CHÈVRE FRAIS à l'OLIVE

### PREPARATION 15 min

- 1 ARROSER les fromages de chèvre d'huile d'olive au goût à l'ancienne afin qu'ils s'imprègnent de ses arômes.
- 2 RINCER les olives vertes et noires à l'eau claire. Les égoutter et les dénoyauter. Les tailler en brunoise
- REPARTIR les brunoises sur chaque fromage, ARROSER d'un filet d'huile d'olive et servir avec du pain frais.

#### INGRÉDIENTS

- · 2 fromages de chèvre frais
- 10 olives noires
- 10 olives vertes
- Huile d'olive au goût à l'ancienne

### **VARIANTE**

Remplacer le chèvre frais par de la brousse, de la ricotta, de la feta, ou d'autres fromages frais! Vous pouvez également réaliser cette préparation comme tartinable pour l'apéritif: mélanger/ mixer le fromage frais afin d'obtenir une pâte lisse et ajouter la brunoise d'olive et l'huile d'olive. Servir sur du pain frais, des croûtons, des blinis ou avec des légumes crus taillés.



### CÔTÉ OLIVES :

Nous vous conseillons > des olives noires AOP Nice, AOP Vallée des Baux de Provence, AOP Nyons ou de variété Grossane, Tanche, Cailletier....

> des olives cassées AOP Vallée des Baux de Provence ou de variété Aglandau, Bouteillan, Verdale des Bouches du Rhône,...

Nous vous conseillons > <u>UNE HUILE D'OLIVE GOÛT À L'ANCIENNE</u> : AOP Provence, AOP Vallée des Baux-de-Provence, AOP Aix-en-Provence ou une huile d'olive en olives maturées...



### BRIOCHE à L'HUILE D'OLIVE

PRÉPARATION 15 min : CUISSON 25 min : REPOS





📘 A la main ou à l'aide d'un robot, **mélanger** la farine, le sel, le sucre. Ajouter la levure fraîche diluée dans le lait, puis la fleur d'oranger. Ajouter ensuite les 2 oeufs battus et l'huile d'olive au goût subtil. PÉTRIR la pâte pendant 10 min environ.

- 2 Laisser **reposer** la pâte dans un saladier fariné pendant une heure à température ambiante.
- 3 REPLIER ensuite la pâte plusieurs fois sur elle-même puis laisser reposer au frigo dans un saladier pendant une heure.
- 4 REPLIER à nouveau la pâte sur elle-même et FAÇONNER la brioche à la forme souhaitée sur le support utilisé pour la cuisson (plaque de four recouverte de papier sulfurisé ou moule à empreinte par exemple). **Couvrir** d'un torchon et laisser pousser la pâte à température ambiante pendant une heure (la pâte doit doubler de volume).
- 5 Préchauffer votre four à 180°C. Dorer ensuite la brioche avec le jaune d'oeuf à l'aide d'un pinceau. **Saupoudrer** de sucre en grains et cuire pendant 20 à 25 min.

#### **INGRÉDIENTS**

- · 20 gr. de levure fraîche
- 50 gr. de lait
- · 1 c. à s. d'eau de fleur d'oranger
- 450 gr. de farine
- · 1 c. à c. de sel
- 100 gr. de sucre
- · 2 oeufs + 1 jaune pour la
- · 60 gr. d'huile d'olive au goût subtil
- Sucre en grains

### **VARIANTE**

Vous pouvez incorporer des pépites de chocolat ou des pralines roses concassées dans la brioche au début de l'étape 4.

Nous vous conseillons > UNE HUILE D'OLIVE GOÛT SUBTIL : AOP Nice , AOP Nyons, huile d'olive



## TARTELETTE À LA FRAISE

VINAIGRETTE ORGEAT ET HUILE D'OLIVE, LAIT GLACÉ À L'HUILE D'OLIVE

PRÉPARATION: 45 min; CUISSON: 15 min; REPOS

Préparer le struzel : couper le beurre en parcelle et ajouter le sucre. Mélanger doucement à l'aide d'un batteur, aiouter la farine et la poudre d'amande jusqu'à obtention d'un mélange homogène. Réaliser un boudin uniforme et le rouler dans un papier film. Réserver au frigo quelques heures afin qu'il durcisse. Tailler en petits dés réguliers d'1/2 cm de côté. Disposer les dés bien à plat dans un cercle de 10 cm de diamètre et cuire dans un four

2 RÉALISER LA VINAIGRETTE: émulsionner le sirop d'orgeat en ajoutant au fur et à mesure 25 cl d'huile d'olive. Ciseler les feuilles de menthe et réserver pour le dressage.

préchauffé à 180°C pendant 10 min.

RÉALISER LA CRÈME MASCARPONE : fouetter

le mascarpone et la crème liquide jusqu'à obtenir une crème légère. Ajouter 3 à 4 c. à s. de vinaigrette (sans menthe) puis réserver au frigo.

- 4 RÉALISER LE LAIT GLACÉ : faire bouillir le lait avec le glucose et la poudre de lait. Blanchir les jaunes d'oeuf avec le sucre. Verser le lait sur les oeufs et cuire l'ensemble comme une crème anglaise. Dès que le mélange est froid, ajouter le reste d'huile d'olive. Mettre dans une sorbetière jusqu'à obtention d'une crème lisse.
- 5 Dresser en recouvrant le fond de tarte d'un peu de crème mascarpone à l'aide d'une poche. Faire des tranches régulières dans le sens de la hauteur des fraises et disposer en rosace. Assaisonner la tarte de vinaigrette à laquelle on aura ajouté la menthe ciselée. Faire deux quenelles de lait glacé.

#### INGRÉDIENTS

- · 100 gr. de beurre
- 100 gr. de sucre
- 100 gr de farine
- 100 gr. de poudre d'amande
- 100 gr. de sirop d'orgeat bio · 31 cl d'huile d'olive au goût à
- l'ancienne
- 5 feuilles de menthe
- 250 gr. de mascarpone
- 100 gr. de crème liquide
- 50 cl de lait demi écrémé
- 40 gr. de poudre de lait
- · 30 gr. de glucose
- 100 gr. de sucre semoule
- 2 jaunes d'oeuf

cette recette est proposée

Christophe RENAUD. La Coquillade, Gargas (84) 04 90 74 71 71 www.coauillade.fr





Nous vous conseillans > UNE HUILE D'OLIVE GOÛT À L'ANCIENNE : AOP Provence, AOP Vallée des Baux-de-Provence, AOP Aix-en-Provence ou une huile d'olive en olives maturées...



### **BISCUIT** À L'HUILE D'OLIVE, MOUSSE BASILIC-CHOCOLAT BLANC **ET FRAMBOISES**

PRÉPARATION 30 min CUISSON 25 min REPOS



- Préparer le biscuit à l'huile d'olive: allumer votre four à 175°C. Dans un saladier TAMISER la farine, ajouter le sucre, le sel et le zeste de citron. Dans un bol, **mélanger** le lait, l'huile d'olive au goût subtil et les oeufs puis verser sur les ingrédients secs. Mélanger le tout au batteur électrique jusqu'à obtenir une pâte lisse et homogène. Verser dans un moule rond de 22 cm de diamètre. **Cuire** pendant 20 à 25 min puis laisser refroidir. **DÉCOUPER** 9 ronds à l'aide de cercles inox et réserver.
- Préparer La mousse au basilic : faire ramollir la gélatine dans un bol d'eau froide pendant 5 min. Couper le chocolat blanc en petits morceaux, ajouter 7,5 cl de crème liquide et faire fondre le tout au micro-ondes. Ajouter la gélatine essorée et bien mélanger. BLANCHIR les 5 gr. de feuilles de basilic dans de l'eau bouillante pendant 30 secondes, les rafraîchir immédiatement et les sécher sur du papier absorbant. **Mixer** le basilic avec 20 cl de crème liquide. Passer au tamis et ajouter la crème restante. Monter la chantilly au basilic et l'incorporer à la ganache au chocolat. Verser dans des cercles inox de taille identique aux ronds de biscuit et réserver 2 h au congélateur. **Décercler** et laisser décongeler au frigo.
- 3 DRESSAGE : déposer sur chaque biscuit la mousse basilic-chocolat blanc puis décorer de framboises. Saupoudrer de sucre glace et décorer d'une feuille de basilic.

#### INGRÉDIENTS

- · 5 cl d'huile d'olive au goût
- · 65 gr. de yaourt nature
- 100 gr. de sucre
- · 125 gr. de farine
- 2 oeufs

- 1 pincée de sel
- 30 cl de crème fraîche liquide
- 80 gr. de chocolat blanc påtissier
- 2 gr. de gélatine alimentaire
- · 5 gr. de basilic frais +
- auelaues feuilles
- 250 gr. de framboises fraîches

cette recette est proposée pai



Chiara du blog That's amore



| Pour 9 PERSONNES | Huile d'olive goût INTENSE

DESSERT

# **CAKE MOELLEUX**

AUX POMMES ET ROMARIN

PRÉPARATION 30 min : CUISSON 25 min : REPOS : 2h

- PRÉCHAUFFER le four à 200°C. MÉLANGER le yaourt, les oeufs et le sucre. Ajouter progressivement la farine et la maizena en mélangeant en même temps puis la levure chimique et l'huile d'olive au goût intense. Mélanger jusqu'à obtenir une pâte lisse.
- **EPLUCHER** et couper les pommes en petits morceaux, les intégrer à la pâte et ajouter le romarin.
- Verser la préparation dans un moule et cuire pendant 30 min à 180°C.

#### **INGRÉDIENTS**

- · 1 yaourt brassé nature
- 3 pommes
- 3 oeufs
- 1,5 pot de sucre
- · 2 pots de farine
- 1 not de maïzena
- 1/2 sachet de levure chimique
- · 1/2 pot d'huile d'olive au goût intense
- 2 c. à s. de romarin frais émincé

cette recette est proposée par



### EN BREE

Les Huiles d'olive vierges extra s'utilisent à froid, à chaud, en friture, de l'entrée au dessert. Pour aromatiser vos plats, vous pouvez utiliser les Huiles d'olive de France en fin de cuisson et profiter ainsi pleinement de leur richesse aromatique.

Il suffit de quelques gouttes pour illuminer un plat même simple.





#### REMERCIEMENTS

France Olive remercie tous les chefs, cuisiniers amateurs, oléiculteurs et mouliniers qui ont apporté leur contribution pour la réalisation de ce livret.

Nous espérons qu'il vous donnera envie de découvrir ou redécouvrir les Huiles d'Olives de la Région Provence-Alpes
Côte d'Azur

Les recettes des pages 4, 6, 8, 12, 14, 16, 18, 22, 24, 26, 28 et 30 ont été réalisées par Alexandra PARIS et Emilie LACROIX de France Olive.

Conception, réalisation et rédaction : France Olive Photographies de Jérôme Liégeois (sauf pages 10 et 20)

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



avec le soutien de la



Provence-Alpes-Côte d'Azur

#### France Olive

Maison des agriculteurs Av. Henri Pontier 13626 Aix-en-Provence Cedex

Contact: 04 75 26 90 90 contact@huilesetolives.fr

www.huiles-et-olives.fr