

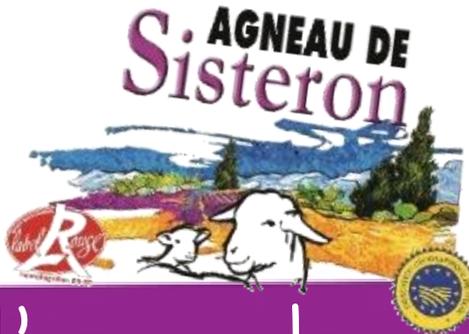
Les recettes régionales

2017



Région
Provence
Alpes
Côte d'Azur

Les produits de l'élevage régional



L'agneau de Sisteron



Le bœuf Pâtur'Alp



Le taureau de Camargue AOP



Le porc Ventoux
Le porc montagne



Les fromages fermiers
de PACA

Sommaire

L'agneau de Sisteron

- Épaules d'agneau rôties aux pêches jaunes
- Burger d'agneau au chèvre et au Bacon
- Paupiettes d'agneau farcies à la purée d'artichauts

Le Bœuf Pâtur'Alp

- Estouffade de Bœuf Pâtur'Alp aux olives et aux artichauts
- Carré de côtes de Bœuf Pâtur'Alp et palets de pommes de terre à l'ail doux
- Burger de Bœuf Pâtur'Alp au chèvre

Le Taureau de Camargue

- Gardianne de Taureau de Camargue, la daube des gardians
- Pavé de Taureau de Camargue AOP, à la graine de cumin et sa sauce au vin
- Carpaccio de Taureau de Camargue AOP au piment d'Espelette et au sel de Camargue

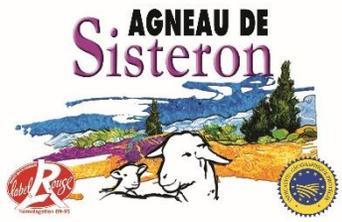
Le porc Ventoux et le Porc Montagne

- Filet mignon de cochon des Alpes au miel et aux épices
- Travers de cochon des Alpes, fondue d'aubergines à l'ail doux
- Longe de cochon des Alpes rôtie aux oignons confits

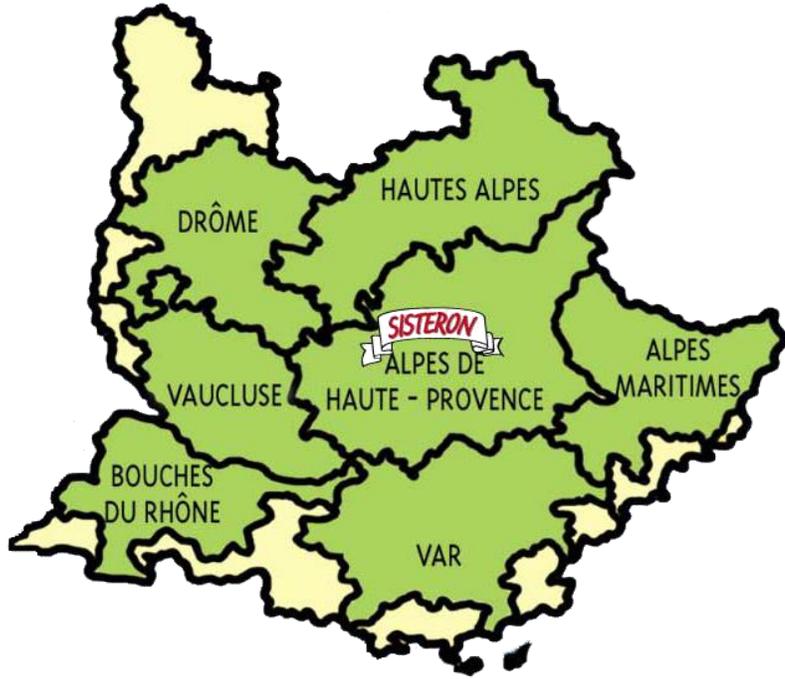
Les produits laitiers de PACA

- Banon grillé aux herbes de Provence
- Tartelette croustillante au Banon AOP, citron confit, griottes et lavande
- Pana Cotta au lait de chèvre





L'agneau de Sisteron



L'IGP : une assurance sur l'origine

- Né, élevé et abattu dans la zone IGP
- Des brebis de races rustiques locales
- Un élevage extensif



Le Label Rouge : Un gage de qualité supérieure

- Un agneau jeune (entre 70 et 150 j)
- Une carcasse entre 13 et 19kg
- Une carcasse sans défaut
- Un produit suivi





Épaules d'agneau rôties aux pêches jaunes

De: Robert Le Bozec

Pour : 8 personnes

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 30 min

Préparation

1/ Rincer les pêches à l'eau courante, inciser la peau et les couper en quatre. Poser les quartiers dans une passoire et les sucrer très légèrement.

Conserver les noyaux.

2/ Dans une plaque à rôtir, ou une cocotte allant au four, faire dorer les épaules dans un peu d'huile d'olive après les avoir salées.

3/ Rajouter les noyaux de pêches.

Arroser et tourner les épaules assez souvent pour qu'elles soient bien tendres et aient une cuisson homogène.

Cuire 30mn, thermostat 6 (180°C).

4/ 10 mn avant la fin de la cuisson ajouter les pêches.

Au terme de la cuisson, retirer les épaules, les garder au chaud puis rajouter le jus des pêches que le sucre a fait rendre. Enfin, à l'aide d'un petit fouet, incorporer le restant d'huile d'olive.

5/ Retirer les noyaux. Couper les épaules en tranches et les napper des pêches chaudes et de la sauce.



Ingrédients

2 épaules

d'agneau

20 grammes

de sucre en poudre

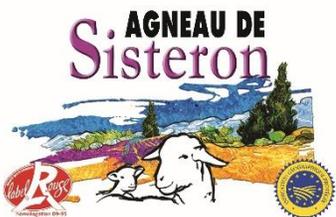
10 centilitres

d'huile d'olive

8 Pêches jaunes

1 pincée

Sel, poivre, noix de muscade



Burger d'agneau au chèvre et au bacon

De: Interbev
Pour : 4 personnes

Temps de préparation : 25 mn
Temps de cuisson : 10 mn

Préparation

- 1/ Rapper le zeste des citrons et le mélanger avec le haché d'agneau, saler et poivrer, mouler 4 palets identiques et les placer 25 minutes au réfrigérateur.
- 2/ Préchauffer le four à 180° C (thermostat 6).
- 3/ Chauffer une poêle sans matière grasse, dorer les tranches de bacon à feu vif et les réserver.
- 4/ Ouvrir les pains en deux et les toaster quelques minutes au four.
- 5/ Chauffer une poêle ou un gril avec l'huile, saisir les palets d'agneau 3 minutes de chaque côté pour une cuisson rosée.
- 6/ Napper la base des pains avec le ketchup, poser les steaks, les recouvrir de chèvre, ajouter le bacon, passer 3 minutes au four, poser les chapeaux et écraser légèrement pour bien maintenir la garniture.
- 7/ Servir les burgers d'agneau accompagnés d'une salade.

Ingrédients

- 800 grammes d'agneau haché
- 8 fines tranches de bacon
- 2 citrons verts non traités
- 100 grammes de chèvre frais
- 4 pains à burger
- 4 cuillères à soupe de ketchup
- 1 cuillère à soupe d'huile de tournesol
- 1 pincée sel et poivre du moulin



Paupiettes d'agneau farcies à la purée d'artichauts

De: Robert Le Bozec

Pour : 8 personnes

Temps de préparation : 30 mn

Temps de cuisson : 6 à 8 mn

Préparation

- 1/ Désosser le gigot et tailler les noix en 16 escalopes.
- 2/ Tourner les artichauts en conservant un morceau de queue et mettre de côté quelques feuilles tendres pour la décoration. Emincer les oignons, les faire fondre dans un peu d'huile, rajouter l'ail épluché.
- 3/ Couper les artichauts en quatre en conservant un morceau de queue sur chaque quartier. Retirer le foin et ajouter les artichauts dans les oignons fondus. Laisser cuire 5 mn puis mouiller de 5 cl de vin blanc, faire cuire à couvert jusqu'à évaporation totale. Réserver 5 quartiers d'artichauts par assiette et écraser le reste à la fourchette.
- 4/ Répartir la purée à l'intérieur des escalopes puis rouler des petits paquets et les fermer avec des pics en bois. Saisir les paupiettes à l'huile d'olive. Assaisonner, retourner et mettre au four chaud th 7 pendant 3 mn. Les paupiettes doivent être saignantes.
- 5/ Chauffer les artichauts et les déglacer au vin blanc. Laisser évaporer et ajouter le fond de veau. Quand le fond de veau est sirupeux ajouter le restant d'huile d'olive. Napper alors les paupiettes et servir.

Ingrédients

1 gigot
d'agneau

12 artichauts violets

6 gousses d'ail

4 oignons

10 centilitres
d'huile d'olive et de vin blanc

15 centilitres
de fond de veau

1 pincée
sel, poivre





Le bœuf Pâture'Alp

La garantie Pâture'Alp

- Un élevage local : des animaux nés, élevés et abattus dans les Alpes de Haute Provence ou les Hautes-Alpes
- Produit de Montagne
- Un élevage respectueux de l'environnement :
 - conduite extensive
 - 5 mois de pâture minimum
 - Alimentation majoritairement à base de foin et d'herbe
- Une production encadrée par un cahier des charges et une démarche contrôlée.



Origine : Hautes-Alpes et Alpes de Haute Provence



Estouffade de Bœuf Pâtur' Alp aux olives et aux artichauts



De: Robert Le Bozec
Pour : 6 personnes

Temps de préparation : 20 min
Temps de cuisson : 3 h

Préparation

- 1/ Parer le jarret des nerfs, peaux et gras superflu. Couper la viande en gros morceaux, puis les mettre à suer dans un rondau avec l'huile d'olive.
- 2/ Couper les légumes en paysanne et les rajouter à la viande. Déglacer au vin blanc, porter à ébullition, rajouter le fond de veau, faire bouillir et laisser cuire à couvert 3h environ.
- 3/ Tourner les artichauts en conservant un morceau de queue, les couper en 4 et retirer le foin. Les faire blanchir dans une eau citronnée et réserver.
- 4/ Dénoyauter les olives, les couper en deux dans la hauteur.
- 5/ Quand la viande est presque cuite, rajouter les artichauts, achever la cuisson, rectifier le goût.
- 6/ Mettre quelques herbes ciselées et les olives et laisser infuser un instant avant de servir.

Ingrédients

- 1,8 kilogramme de jarret ou gîte de bœuf Pâtur'Alp
- 150 grammes d'olive
- 9 artichauts blancs (ou 12 violets)
- 2 oignons, carottes, gousses d'ail
- 10 centilitres d'huile d'olive
- 1,5 litre de fond de veau
- 20 centilitres de vin blanc
- 1 pincée sel, poivre
- 1 branche de thym, de sauge





Carré de côtes de Bœuf Pâtur' Alp et palets de pommes de terre à l'ail doux

De: Robert Le Bozec
Pour : 6 personnes

Temps de préparation : 30 min
Temps de cuisson : 45 mn

Préparation

- 1/ Demander à votre boucher de vous préparer un carré de 3 côtes et de vous enlever l'os de dessous.
- 2/ Faire chauffer un plat allant au four avec un peu d'huile d'olive. Saler votre carré et le laisser colorer avant de le mettre à four chaud 200°C environ ¾ h.
- 3/ Éplucher vos légumes pour préparer une mirepoix. Éplucher l'ail pour le faire blanchir, et le faire cuire à grande eau. Éplucher les pommes de terre et les réserver dans de l'eau froide.
- 4/ Rajouter la mirepoix à votre carré, et pour qu'il ne soit plus en contact direct avec la chaleur, poser la viande sur la garniture de légumes.
- 5/ Couper les pommes de terre en tranches de 2 cm, cuire à la poêle avec un peu d'huile d'olive, saler et finir la cuisson au four. Égoutter l'ail, le passer au tamis et lui incorporer un peu d'huile d'olive ; réserver.
- 6/ Quand le carré est cuit, le sortir du plat et conserver la mirepoix. Déglacer d'un peu de vin blanc et mouiller avec le fond de veau pour faire un petit jus.
- 7/ Tartiner les pommes de terre de la purée d'ail.
- 8/ Dans un plat, disposer au centre la mirepoix de légumes et poser dessus le carré de côtes, finir avec les palets de pommes de terre autour.



Ingrédients

1,5 à 2 kilogrammes
de carré de côtes de bœuf Pâtur'Alp

2 gros oignons et grosses carottes

1 tête d'ail

500 grammes
de pommes de terre

10 centilitres
d'huile d'olive

20 centilitres
de fond de veau

5 centilitres
de vin blanc

1 pincée
sel, poivre





Burger de Bœuf Pâtur' Alp au chèvre

De: Interbev
Pour : 4 burgers

Temps de préparation : 10 min
Temps de cuisson : 5 mn

Préparation

- 1/ Préchauffer le four à 180° C (Th. 6).
- 2/ Couper la tomate et les Séchons de chèvre provençaux en tranches, effeuiller le basilic.
- 3/ Ouvrir les pains en deux et les réchauffer 5 minutes au four.
- 4/ Chauffer une poêle avec l'huile d'olive et cuire les steaks hachés selon le degré de cuisson souhaité, les saler et les poivrer.
- 5/ Monter les burgers : tartiner la base des pains avec le pesto, déposer les steaks hachés, les recouvrir d'une tranche de tomate, de feuilles de basilic et de chèvre, les passer au four le temps que le fromage fonde légèrement et poser les chapeaux.
- 6/ Servir les burgers de bœuf au chèvre accompagnés de chips et de sauce tomate à tacos.



Ingrédients

4 steaks hachés de Bœuf Pâtur'Alp
de 150 g chacun

1 tomate

1 bouquet de basilic

4 pains burgers aux graines

2 Séchons de chèvre provençaux

1 pot de pesto vert

Huile d'olive

Sel et poivre du moulin

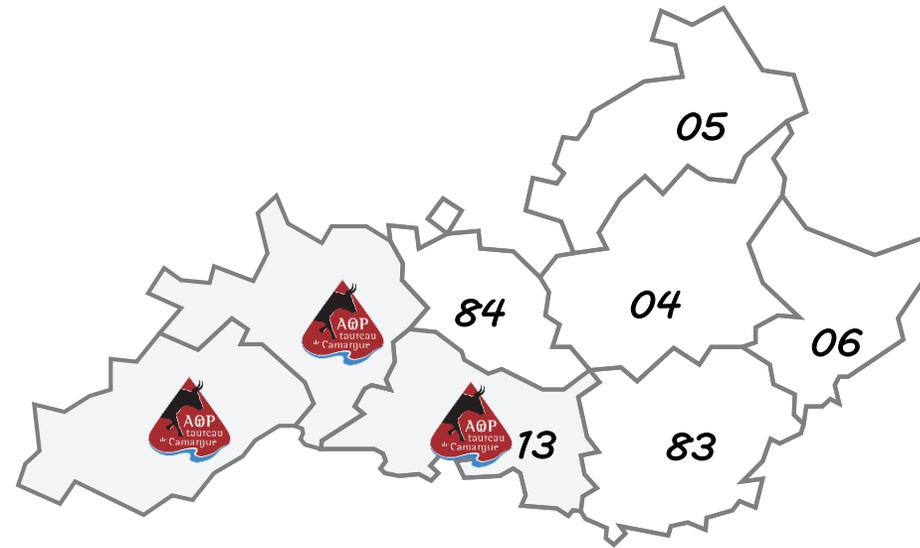
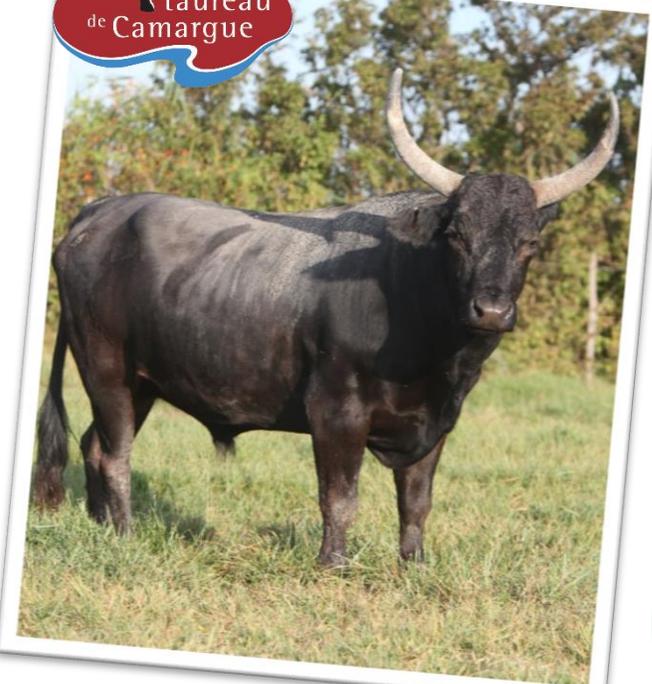
Suggestion

Remplacer le basilic par de l'estragon

Astuce du chef

Ajouter des rondelles de courgettes
poêlées

Le taureau de Camargue



Une Appellation d'Origine Protégée (ou une AOP) c'est avant tout la garantie que le produit est issu du territoire défini

Le taureau de Camargue, un élevage traditionnel de qualité

- Animaux nés, élevés et abattus dans la zone AOP
- Animaux de races « Raço di Biòu » et de Combat, et croisés entre les deux races uniquement
- Elevage extensif de plein air : les animaux restent sauvages
- Pâturage en zone humide pendant 6 mois de l'année au minimum
- Les aliments complets, y compris médicamenteux, sont interdits
- Interdiction de tout traitement ayant un objet non thérapeutique
- Reproduction par monte naturelle



Gardianne de Taureau de Camargue

la daube des Gardians

Pour : 4 personnes

Temps de préparation : 30 min

Temps de cuisson : 3 h



Ingrédients

1 kilogramme de viande de Taureau de Camargue A.O.P.

Pas de morceaux privilégiés, mais recherchez néanmoins un mélange entrelardé, maigre et gélatineux

2 feuilles de laurier

2 branches de thym

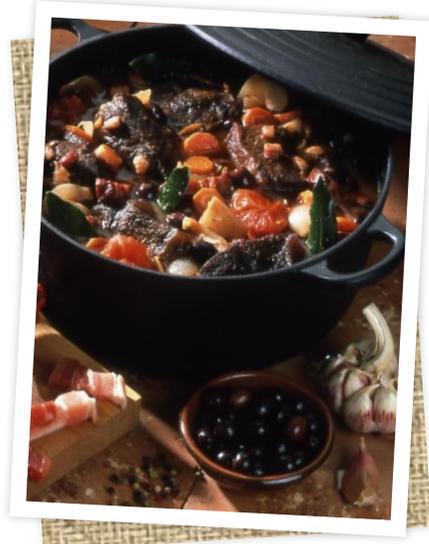
1 morceau de peau d'orange séchée

sel, poivre et vinaigre (pour la marinade)

1 gousse d'ail (à réserver pour le lendemain)

300 grammes d'oignons

1 bouteille de vin rouge corsé



Préparation

La veille :

1/ Débiter la viande en cubes, couper les oignons grossièrement, et couvrir le tout de vin rouge.

2/ Ajouter un filet de vinaigre, le thym, le laurier (brisé afin que l'arôme se dégage mieux), l'écorce d'orange et faire mariner le tout au froid toute la nuit. Garder la gousse d'ail cru pour le lendemain.

Le lendemain :

1/ Egoutter la viande et la faire dorer ensuite à la poêle dans de l'huile d'olive.

2/ Déglacer la poêle avec la marinade passée au chinois et la verser bien chaude dans la casserole de cuisson : (préférer une cocotte en terre cuite).

3/ Ajouter les oignons crus de la marinade, le thym, le laurier, l'écorce d'orange, sel et poivre et la gousse d'ail écrasée (conservée de la veille). Bien couvrir la viande de liquide, si besoin de l'eau, le vin n'apportant alors rien de plus à votre plat.

4/ Faire mijoter la gardiane de taureau 2 h 1/2 à 3 h dans la cocote. S'assurer que la sauce de cuisson ne s'évapore pas.

5/ A la fin de la cuisson, vérifier que les oignons et l'ail sont bien cuits, c'est à dire en purée. Sinon, les sortir de la cocotte et les passer au mixer ou au presse purée.

6/ Servir bien chaud (y compris les assiettes) accompagné de riz de Camargue.





Pavé de Taureau de Camargue AOP

à la graine de cumin et sa sauce au vin

Pour : 4 personnes

Temps de préparation : 15 min

Temps de cuisson : 30 mn

Préparation

- 1/ Hacher l'oignon et couper la carotte en petits dés.
- 2/ Mettre le vin dans une casserole avec le sucre cassonade, l'oignon et la carotte.
- 3/ Faire réduire au 4/5ème à feu moyen.
- 4/ Filtrer le vin, le remettre à bouillir, ajouter le beurre et fouetter pour obtenir une sauce onctueuse.
Garder la sauce au chaud.
- 5/ Rouler les pavés de Taureau de Camargue AOP dans les graines de cumin, saler et poivrer.
- 6/ Les faire cuire à la poêle dans un peu d'huile, quelques minutes de chaque côté.

Servir aussitôt avec la sauce au vin et du riz de Camargue IGP.



Ingrédients

4 pavés
de Taureau de Camargue AOP

1 litre
de vin rouge de Provence

1 oignon

1 carotte

2 cuillères à soupe
de sucre cassonade

20 grammes
de beurre

2 cuillères à soupe
de graines de cumin

sel, poivre du moulin





Carpaccio de Taureau de Camargue AOP au piment d'Espelette et au sel de Camargue



Pour : 4 personnes

Temps de préparation : 30 min

Temps de cuisson : 45 mn

Ingrédients

Préparation

- 1/ Choisir une pièce de viande de Taureau de Camargue entière et épaisse puis la découper dans le sens des nervures avec environ 5/7 cm de diamètre.
- 2/ Badigeonner les pièces de viande avec de l'huile d'olive.
- 3/ Les saupoudrer de piment d'Espelette, poivre gris et de graines de coriandre broyées dans un moulin.
- 4/ Faire colorer rapidement la viande, sans la brûler, à feu très vif, dans une poêle chaude avec un filet d'huile d'olive.
- 5/ Mettre le tout au congélateur environ 1 h 30 pour durcir la viande.
- 6/ Découper la viande en lamelles très fines, les enduire d'huile d'olive, puis saupoudrer avec quelques tours de moulin de graines de coriandre, de quelques câpres et de fleur de sel de Camargue.

500 grammes

de Taureau de Camargue AOP

10 centilitres

d'huile d'olive de Provence

Piment d'Espelette

Poivre du moulin

Graines de coriandre en moulin

Quelques câpres

Fleur de sel de Camargue



Le Porc Ventoux & Le Porc montagne

Le porc Ventoux

- La garantie d'une origine locale : Des animaux nés, élevés et abattus en France, dans un rayon de 100 km autour de la commune de Sault
- Un élevage plein air de 600 à 800 m d'altitude sur les monts de Vaucluse
- Une alimentation de qualité avec au moins 70 % de céréales diverses et des exigences en matière de traçabilité et de qualité garantissant une viande sûre issue d'animaux nourris exclusivement à partir de matières premières naturelles et sans OGM



Origine montagne, c'est la garantie

- D'une alimentation traditionnelle : composée à 70 % de céréales produites localement
- D'un mode d'élevage respectueux des règles environnementales et du bien-être de l'animal, nos viandes sont soumises à des contrôles réguliers
- D'un circuit court privilégié, qui limite les déplacements et permet d'obtenir une viande de qualité avec un indice carbone faible



Filet mignon de cochon des Alpes au miel et aux épices

De: Robert Le Bozec

Pour : 4 personnes

Temps de préparation : 20 min

Temps de cuisson : 40 min

Préparation

1/ Rincer à l'eau les pommes de terre, puis les faire cuire avec la peau.

2/ Faire cuire le mignon de porc à l'huile d'olive à feu vif pour bien colorer la chair, puis finir la cuisson au four (th 5, 160°C) pour que la viande soit cuite de façon homogène.

Pendant que la viande est au four, égoutter les pommes de terre, les éplucher et à l'aide d'une fourchette les écraser, ajouter l'huile d'olive et l'assaisonnement, conserver au chaud.

3/ Sortir le filet mignon du four, le débarrasser et mettre dans l'ustensile de cuisson un peu de miel, le vin blanc que vous ferez bouillir puis le bouillon de volaille.

4/ Faire réduire la sauce et, au dernier moment, rajouter les épices.

Rectifier l'assaisonnement, découper le filet en tranches et napper de sauce.

Servir la pomme de terre en accompagnement en quenelles autour de la viande.

Ingrédients

1 filet mignon
de cochon

1 cuillère à soupe
de miel de lavande

35 centilitres
d'huile d'olive

1 verre / 20 cl
de bouillon de volaille

1 kilogramme
de pommes de terre

10 centilitres
de vin blanc

1 pincée
sel, poivre, noix de muscade, cardamome,
macis





Travers de cochon des Alpes fondue d'aubergines à l'ail doux

De: Robert Le Bozec

Pour : 4 personnes

Temps de préparation : 35 min

Temps de cuisson : 35 min

Préparation

1/ Mettre les aubergines au four Th 6 (180°C) une vingtaine de minutes. Elles sont cuites une fois qu'elles sont tendres sous la pression du doigt, puis les laisser refroidir.

2/ Préparer les artichauts :

- à l'aide d'un couteau à dents enlever les feuilles les plus dures,
- conserver une partie de la queue,
- couper les artichauts dans le sens de la longueur et retirer le foin.
- blanchir les artichauts ainsi préparés dans un peu d'eau citronnée.

3/ Éplucher l'ail, le faire cuire à l'eau 10 mn, égoutter et réserver.

4/ Couper le travers de porc en tranches et le faire sauter à l'huile d'olive dans une poêle à feu vif, assaisonner et baisser le feu pour continuer la cuisson quand tous les morceaux sont bien colorés.

5/ Emincer grossièrement la chair des aubergines et la rajouter aux travers. Rajouter les gousses d'ail et les artichauts.

6/ Dans l'ustensile de cuisson, verser le vin blanc et laisser réduire, ajouter le fond de veau et la sauge ciselée. Dresser la viande et les légumes harmonieusement dans vos assiettes et napper de sauce.



Ingrédients

800 grammes
de travers de porc

1 tête
d'ail frais

3 aubergines

4 petits poivrons rouges

5 artichauts violets

10 centilitres
d'huile d'olive

5 centilitres
de vin blanc et de fond de veau

1 pincée
sel, poivre, sauge





Longe de cochon des Alpes rôtie aux oignons confits

De: Robert Le Bozec

Pour : 6 personnes

Temps de préparation : 20 min

Temps de cuisson : 40 min

Préparation

1/ Eplucher les oignons, les couper en tranches fines et les faire cuire dans l'huile d'olive à feu doux. Rajouter le sucre à mi-cuisson. Lorsque toute l'eau des oignons est évaporée, et les oignons bien confits, les débarrasser pour les laisser refroidir ; cette préparation peut être réalisée la veille.

2/ Ouvrir la longe de porc en deux dans la partie la plus charnue. Tapiser l'intérieur de la viande d'oignons confits, bien assaisonner et mettre à four chaud à 180° après avoir fait dorer la pièce de viande à feu vif.

3/ Laisser au four pendant 30mn, puis sortir la pièce de viande pour faire caraméliser les sucs.

4/ Rajouter la sauge et la marjolaine, couper la viande en tranches et rectifier l'assaisonnement.

5/ Servir aussitôt afin que la viande ne refroidisse pas.



Ingrédients

1 kilogramme
de longe de porc

1,5 kilogramme
d'oignons

250 grammes
de sucre

5 centilitres
d'huile d'olive

quelques feuilles
de sauge et de marjolaine

1 pincée
sel, poivre



Les fromages fermiers de PACA

La région Provence Alpes Côte d'Azur présente une diversité très importante de fromages. Il s'agit essentiellement de fromages de chèvre et de brebis produits par des **producteurs fermiers**.

Pour bénéficier du qualificatif « **fermier** » le fromage doit être fabriqué par un producteur agricole, avec du lait produit et transformé sur son exploitation et selon des techniques traditionnelles.



Cabriclette



Cabricime



Cabrichon



Tome de la Brigue



Tome de la Vésubie



Tome d'Arles



Banon AOP



Cachaille



Tome de Provence



Brousse du Rove



Chèvre à l'huile



Séchons



Pèbre d'ail



Buchette



Cabrigan



Cœur de brebis



Fromageon frais



Gardian

Banon grillé aux herbes de Provence

Pour : 4 personnes

Temps de préparation : 15 min

Temps de cuisson : 20 min

Préparation

1/ Mélanger l'huile, le romarin émietté. Répartir ce mélange sur les fromages.

2/ Laver soigneusement la salade, l'essorer, couper les feuilles en petits bouquets et assaisonner d'huile et de citron.
Saler, poivrer.

3/ Couper la fougasse en trois et chaque morceau en deux dans l'épaisseur.

4/ Poser ensuite les morceaux de fougasse sur une plaque à four et disposer les fromages par-dessus.

5/ Préchauffer le gril du four. Y glisser la plaque et laisser rôtir 2 mn environ sous le gril jusqu'à ce que la surface fonde et dore légèrement.

6/ Servir aussitôt avec la salade et parsemer d'olives.



Ingrédients

1 Banon AOP

1 fougasse

1 citron

1 cœur
de salade frisée

4 cuillères à soupe
d'huile d'olive de Provence

2 cuillères à soupe
d'olives noires de Nice

2 brins
de romarin

Sel, Poivre



Tartelette croustillante au Banon AOP citron confit, griottes et lavande



Pour : 4 personnes

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 10 min

Ingrédients

150 grammes
de pâte feuilletée

1 Banon AOP

1 cuillère à café
de graines de lavande

1 citron confit au sel

12 griottes amarena (au sirop)

1 cuillère à soupe
d'huile d'olive

Préparation

- 1/ Etaler la pâte et découper quatre ronds
- 2/ Tailler le citron en fines tranches, couper le Banon en deux dans l'épaisseur puis en deux dans la largeur pour faire quatre morceaux.
- 3/ Répartir 3 tranches de citron sur chaque rond de pâte, poser un morceau de Banon dessus, trois griottes autour et un peu de lavande
- 4/ Arroser chaque tartelette avec un peu d'huile d'olive les mettre à cuire 8 à 10 mn au four préchauffé thermostat 6/7 (220°C)
- 5/ Servir aussitôt



Pana Cotta au lait de chèvre

Pour : 8 personnes

Temps de préparation : 35 min

Temps de cuisson : 35 min

Préparation

- 1/ Faire bouillir le lait. Pendant ce temps séparer les jaunes des blancs d'œufs, mélanger les jaunes au sucre.
- 2/ Faire tremper les feuilles de gélatine dans de l'eau froide.
- 3/ Délayer avec un peu de lait chaud le mélange sucre-jaune d'œufs et remettre à cuire tout doucement en mélangeant avec une spatule.
- 4/ Quand le mélange nappe la spatule la crème est cuite. Ajouter à ce moment là les feuilles de gélatine en fouettant vivement. Rajouter ensuite les figes.
- 5/ Laisser prendre au frais 4h au moins.



Ingrédients

0,5 litre
de lait de chèvre

5 jaunes d'œufs

120 grammes
de sucre roux

4 feuilles de gélatine

180 grammes
de figes confites
(ou confiture de figes noires)

L'Artiste : Robert le Bozec

Amoureux de la cuisine provençale, Robert et son épouse Géraldine possèdent une table d'hôtes dans les Alpes-de-Haute-Provence.

Chef cuisinier, il a toujours à cœur de mettre en valeur les produits de la région et saura vous faire découvrir une cuisine familiale et savoureuse à travers des recettes originales et variées.

N'hésitez pas à lui rendre visite !

Chambre & table d'hôtes
La Bastide de l'Adrech

Géraldine et Robert Le Bozec
Avenue des Serrets – 04100 Manosque
04.92.71.14.18
Contact@bastide-adrech.fr



Qui Sommes Nous ?



INTERBEV est l'Association Nationale Interprofessionnelle du Bétail et des Viandes, fondée en 1979. Elle reflète la volonté des professionnels des secteurs bovin, ovin et équin de proposer aux consommateurs des produits sains, de qualité et identifiés tout au long de la filière. Elle fédère et valorise les intérêts communs de l'élevage, des activités artisanales, industrielles et commerciales de ce secteur qui constitue l'une des premières activités économiques de notre territoire.

En savoir plus : www.la-viande.fr / www.interbev.fr

INTERBEV PACA-Corse est la représentation régionale d'INTERBEV en Provence-Alpes-Côte d'Azur et Corse, chargée de mettre en œuvre les stratégies interprofessionnelles, de relayer et adapter localement les actions de communication engagées au niveau national. Également à l'initiative d'actions propres, adaptées son territoire, elle constitue un véritable courroie de transmission permettant de déployer les stratégies d'INTERBEV sur l'ensemble du territoire métropolitain.

Suivez nous :



@Interev_PACA

@LaViandepcacorse



La Maison Régionale de l'Élevage (MRE) est une association loi 1901 composée d'organismes régionaux intervenant dans le secteur de l'élevage : chambres d'agriculture, coopératives, associations d'éleveurs, syndicats spécialisés, organismes techniques, entreprises et interprofessions. Elle est chargée de la définition des politiques de développement de l'élevage et de leur mise en œuvre.

En savoir plus : www.evise.fr



Le CRIEL est une structure collective créée par les producteurs et les transformateurs pour être au service du lait, des produits laitiers et des métiers du lait.

Le Centre Régional Interprofessionnel de l'Économie Laitière du Sud-Est est constitué entre 3 collèges : les producteurs de lait, les coopératives et les industriels privés. Son rôle est d'appliquer les décisions prises à l'unanimité par ces 3 collèges régionaux. Le CRIEL travaille en étroite collaboration avec le CNIEL (Centre National Interprofessionnel de l'Économie Laitière) dont il relaie de nombreuses actions en région et sur des dossiers stratégiques avec l'ANICAP.



Toutes les photographies de viande de cet ouvrage sont la stricte propriété d'Interbev.
Toutes les photos d'animaux ou d'élevages et de fromages sont la propriété de la Maison Régionale de l'Élevage.

Reproduction interdite.

Crédits photo viande : Interbev ©

Crédits photo élevage et fromages : MRE – FX Emery ©

Ce livret a été réalisé par

Le CRIEL Sud-Est - La Maison Régionale de l'Élevage - Interbev PACA-Corse



Avec le soutien de

La Région Provence-Alpes-Côte-D'Azur



Retrouver-nous sur notre site internet : www.evise.fr