recettes GOURMANDES DE HAUTE-LOIRE

Lentille Verte du Puy AOP

BOEUF FIN GRAS
DU MEZENC AOP

PORC DE
HAUTE-LOIRE

LYCÉE DES METIERS JEAN MONNET

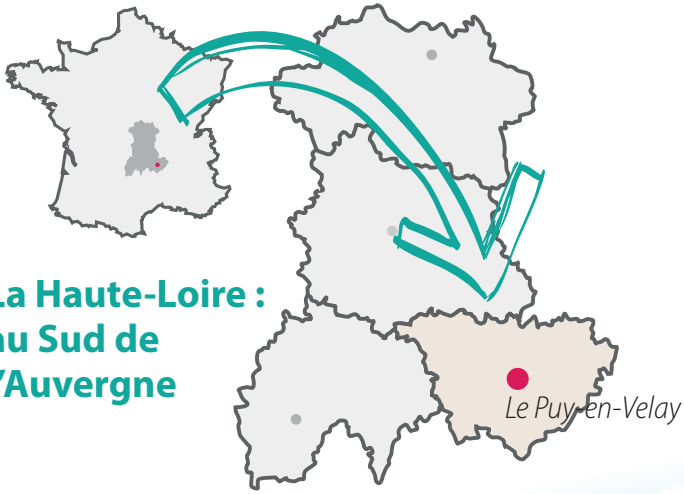
La Lentille Verte du Puy AOP
www.lalentillevertedupuy.com

La vie a du Goût en Haute-Loire

La Haute-Loire

Aux confins des régions Auvergne et Rhône Alpes, la Haute-Loire est réputée pour sa gastronomie et sa cuisine où les produits de notre agriculture de montagne ont toute leur place. Deux d'entre eux, La Lentille Verte du Puy et le Bœuf Fin Gras du Mézenc sont reconnus par une Appellation d'Origine Protégée (AOP).
Faites vous plaisir en découvrant, réalisant et dégustant ces 16 recettes gourmandes élaborées par le Lycée professionnel Jean Monnet du Puy en Velay à l'occasion du Salon International de l'Agriculture de Paris 2015.

Bonne dégustation ...



La Haute-Loire : au Sud de l'Auvergne

La Lentille Verte du Puy AOP : la star de nos assiettes

En Auvergne, depuis plus de 2000 ans, la Lentille Verte du Puy est cultivée sur 87 communes de Haute-Loire qui constituent la zone d'appellation AOP. Le savoir faire des producteurs et les particularités de la zone de production confèrent à la lentille verte du Puy ses qualités exceptionnelles reconnues.

Dans ce livret, vous découvrirez des recettes élaborées par le Lycée des Métiers Jean Monnet au Puy en Velay.

Ce sont des recettes faciles à réaliser pour goûter notre lentille verte du Puy AOP sucrée ou salée, seule ou accompagnée.

La lentille verte du Puy AOP est associée aux produits de Haute-Loire dont le bœuf Fin Gras du Mézenc AOP et quelques autres produits d'Auvergne.

Recettes créées et élaborées par les élèves de terminale bac professionnel cuisine et leur enseignant M. Stéphane Moinard du Lycée des Métiers Jean Monnet Le Puy en Velay

Flashez moi

La Lentille Verte du Puy AOP

20 minutes
TEMPS DE CUISSON

La cuisson de la Lentille Verte du Puy AOP est très simple, rapide. Elle ne demande aucun trempage préalable.

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- *250g de Lentille Verte du Puy AOP*
- *1 litre d'eau froide*
- *Du sel fin et du poivre du moulin*

Une garniture aromatique éventuellement :

- ½ carotte,
- ½ oignon
- 1 brindille de thym
- 2 feuilles de laurier
- 50g de lard gras

COMMENT CUIRE DES LENTILLES VERTES

La cuisson des lentilles ne nécessite pas de trempage préalable.

1. *Les rincer rapidement à l'eau froide et les placer dans une casserole dans de l'eau froide non salée. Ajouter facultativement la garniture aromatique taillée en mirepoix.*
2. *Porter à ébullition et laisser cuire à découvert à frémissement 20 à 25 minutes (en fonction du craquant souhaité).*
3. *Saler l'eau qu'à mi-cuisson (pour ne pas durcir la lentille).*
4. *Goûter, égoutter, accommoder.*

COMMENT LES ACCOMMODER ?

Elles sont délicieuses avec les viandes (veau, boeuf, saucisses, jambon…) , en salade, avec des échalotes lardons et une vinaigrette bien relevée ou encore en velouté.

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Salade de truite

Salade de Lentille Verte du Puy AOP, tomate, aneth et filet de truite fumée de Vourzac, gravlax au gingembre et crème de Cépenades®

30 minutes
TEMPS DE PRÉPARATION

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 250 g de Lentille Verte du Puy AOP
- 1 oignon nouveau ou une échalote
- 1 gousse d'ail
- 1 feuille de laurier
- 1 brin de romarin
- 1 brin de thym
- ¼ de botte d'aneth
- 200 g de tomate mondée
- ¼ de botte de coriandre frais
- 3 tranches de filet de truite fumé de Vourzac
- 250 g de gravlax de truite
- 150 g de crème liquide 35 % MG
- 2 pots de Cépenades de 90 g à la truite

PRÉPARATION

1. Faire cuire les lentilles dans une grande casserole d'eau froide avec la feuille de laurier, de thym et de romarin (ne pas saler sous peine de faire durcir les lentilles) et une fois que l'eau commence à frémir, compter 20 min de cuisson.
2. Égoutter et refroidir les lentilles au terme de leur cuisson.
3. Emincer finement l'oignon, concasser l'aneth, la tomate fraiche et la coriandre ; effilocher la truite fumé et tailler en petits cubes le gravlax de truite.
4. Monter la crème fouettée et ajouter les pots de Cépenades à la truite.
5. Déposer un lit de salade de lentilles au fond des verrines, une couche de crème de Cépenades.
6. Répéter l'opération.
7. Décorer

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Bouchée gourmande

Bouchée de Cépenades® à la Lentille Verte du Puy AOP

20 minutes
TEMPS DE PRÉPARATION

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- *50 g de Lentille Verte du Puy AOP cuites*
- *10 g de maïzena*
- *2 œufs*
- *20 g de crème liquide à 35% MG*
- *1 pot de Cépenades de 90 g parfums au choix :*
  - *aux piments d'Espelette,*
  - *nature,*
  - *aux olives de Nyons,*
  - *au thon,*
  - *à l'ail rose de Billom,*
  - *à la truite…*
- *Ciboulette QS*
- *Poivre du moulin QS*

PRÉPARATION

1. *Cuire 50 g de Lentille Verte du Puy AOP : départ eau froide ; refroidir et égoutter.*
2. *Dans une calotte, battre les œufs et la maïzena. Ajouter la crème et mélanger.*
3. *Ajouter le pot de Cépenades, le sel et le poivre et la ciboulette ciselée.*
4. *Répartir l'appareil dans des petits moules en silicone ou des moules à darioles préalablement beurrés et y déposer quelques lentilles cuites.*
5. *Cuire au four à 160°C pendant 10 minutes environ.*
6. *Servir froids ou chauds.*

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Verrine chorizo

Verrine à la crème de Cépenades® aux piments d'Espelette, Lentille Verte du Puy AOP et chorizo

30 minutes
TEMPS DE PRÉPARATION

INGRÉDIENTS POUR 4 À 6 PERSONNES

- 180 g de Lentille Verte du Puy AOP
- 2 litres bouillon de volaille
- 2 tomates mondées
- 1 petit oignon nouveau
- 2 gousses d'ail
- Un demi-chorizo fort
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olives
- Piment d'Espelette en poudre ou en purée
- 1 poivron doux rouge
- 150 g de crème liquide 35 % MG
- 2 pots de Cépenades de 90 g aux piments d'Espelette

PRÉPARATION

1. Préparer le bouillon de volaille. Réserver.
2. Émincer l'oignon et faire revenir l'oignon avec le poivron dans l'huile d'olive. Ajouter la moitié du chorizo en petits dés. Ajouter les tomates mondées, épépinées et coupées en dés et les gousses d'ail.
3. Laisser compoter quelques instants.
4. Cuire les lentilles dans le bouillon. Refroidir.
5. Monter la crème fouettée et ajouter les pots de Cépenades aux piments d'Espelette.
6. Mélanger les lentilles, la garniture étuvée refroidie et lier avec la crème de Cépenades aux piments d'Espelette.

Montage :

1. Déposer un lit de salade de lentilles au fond des verrines, une couche de crème de Cépenades.
2. Répéter l'opération.
3. Décorer.

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Velouté châtaignes

Velouté de Lentille Verte du Puy AOP aux châtaignes d'Ardèche

30 minutes
TEMPS DE PRÉPARATION

INGRÉDIENTS

- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive AOP
- 2 oignons
- 1 gousse d'ail
- 200 g de Lentille Verte du Puy AOP
- 200 g de châtaignes crues décortiquées d'Ardèche
- 3 brins de thym séché
- 1 feuille de laurier
- 1,5 l de bouillon de légumes
- 40 g de crème fraîche d'Isigny ou de crème de soja
- 20 g de crème fraîche d'Isigny pour le décor
- Sel fin et poivre du moulin QS

PRÉPARATION

1. Faire chauffer l'huile dans une cocotte à fond épais.
2. Ajouter les oignons et l'ail épluchés et émincés, et faire revenir à feu moyen jusqu'à ce que les oignons soient souples et translucides, en remuant régulièrement pour éviter la coloration.
3. Ajouter les lentilles, les châtaignes, les herbes, le bouillon de légumes et assaisonner.
4. Amener à frémissement, et laisser cuire à couvert et à feu doux 20 minutes, jusqu'à ce que les lentilles et les châtaignes soient tendres.
5. Mixer la soupe partiellement ou complètement, selon votre préférence. Ajouter la crème, saupoudrer de poivre, et server chaud ou froid selon vos préférences.

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Douceur Velouté

Velouté de Lentille Verte du Puy AOP au Bleu d'Auvergne AOP, croûtons et bacon fumé

50-60 minutes
TEMPS DE PRÉPARATION

INGRÉDIENTS

- 250 g de Lentille Verte du Puy AOP
- 100g de bleu d'Auvergne AOP
- 20g de beurre
- 80g de poitrine de porc demi sel
- 40g de vert de poireau
- 40g de carotte
- 40g d'oignon
- 1 feuille de laurier
- 1 brindille de thym
- 1 gousse d'ail
- 1 à 1,5 l de bouillon de légumes
- 40 g de crème fraîche d'Isigny
- Sel fin et poivre du moulin QS
- 40g de bleu d'Auvergne AOP
- 10 g de noix de Grenoble
- 20g de copeaux de bacon fumé
- 20 g de croûtons à l'ail
- Quelques pluches de cerfeuil

PRÉPARATION

1. Suer au beurre les légumes de la garniture aromatique. Ajouter les lentilles. Mouiller avec 2 l d'eau froide.
2. Ajouter l'ail écrasé, le bouquet garni et le morceau de poitrine de porc entier. Porter à ébullition.
3. Cuire doucement et régulièrement à couvert durant 30 à 40 min.
4. Saler au gros sel aux 2/3 de la cuisson.
5. Débarrasser et réserver la poitrine de porc. Eliminer le bouquet garni.
6. Ajouter le bleu d'Auvergne. Passer le potage au moulin à légumes ou au mixeur puis au chinois étamine en foulant fortement. Remettre le potage à chauffer, crémer et assaisonner. Ne pas faire bouillir.
7. Dresser le velouté dans une assiette creuse, déposer une cuillère de crème, des petits cubes de bleu d'Auvergne, des cerneaux de noix, des copeaux de bacon et une pluche de cerfeuil.

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Bouchées moelleuses

Bouchées moelleuses de Lentille Verte du Puy AOP à la lotte rôtie et lard fumé

30 minutes
TEMPS DE PRÉPARATION

INGRÉDIENTS POUR 20 CAISSETTES DE 15g

- 50 g de beurre
- 2 œufs
- 20 g de farine de Lentille Verte du Puy AOP
- 30 g de farine de blé
- 8 g de levure chimique
- 80 g de queue de lotte fraîche
- 40 g de lard fumé
- Fleur de thym QS
- Sel fin, poivre du moulin QS

PRÉPARATION

1. Tailler les 80 g de lotte en cube, les colorer vivement à l'huile d'olive et au beurre avec le lard fumé, et assaisonner.
2. Mixer finement au cutter puis refroidir.
3. Ramollir le beurre en pommade dans un saladier, incorporer les œufs tiédis un par un pour maintenir le mélange crémeux.
4. Ajouter les farines, la levure, mélanger délicatement.
5. Incorporer ensuite la lotte puis assaisonner.
6. Garnir de petites caissettes papier avec l'appareil obtenu ou des moules en silicone préalablement beurrés. et enfourner à four doux (160°) environ 15 minutes.

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Araignée de porc

Araignée de porc de Haute-Loire au velouté de Lentille Verte du Puy AOP

30 minutes
TEMPS DE PRÉPARATION

INGRÉDIENTS

- 650 g d'araignée de porc
- 3 cl d'huile d'olive AOP
- 3 c à s d'herbe de Provence
- 3 gousses d'ail
- Sel fin et poivre du moulin
- Piment d'Espelette QS et vinaigre balsamique QS

Velouté de Lentille Verte du Puy AOP

- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 2 oignons
- 1 gousse d'ail
- 200 g de Lentille Verte du Puy AOP
- 3 brins de thym séché
- 1 feuille de laurier
- 1,5 l de bouillon de légumes
- 40 g de crème fraîche d'Isigny
- Sel fin et poivre du moulin QS

Accompagné de Lentille Verte du Puy AOP

PRÉPARATION

Réalisation :

1. Faire mariner la viande, coupée en cubes ou émincée avec l'huile d'olive, le vinaigre, les assaisonnements et les herbes de Provence et réserver 12 heures au frais. Egoutter la viande.

Le velouté de lentilles :

2. Faire chauffer l'huile dans une cocotte à fond épais.
3. Ajouter les oignons et l'ail épluchés et émincés, et faire revenir à feu moyen jusqu'à ce que les oignons soient souples et translucides, en remuant régulièrement pour éviter la coloration.
4. Ajouter les lentilles, les herbes, le bouillon de légumes et assaisonner. Amener à frémissements, et laisser cuire à couvert et à feu doux 20 m, jusqu'à ce que les lentilles soient bien cuites.
5. Mixer partiellement ou complètement, selon votre préférence.
6. Ajouter la crème, saupoudrer de poivre.

Cuisson :

7. Chauffer doucement le velouté de lentilles et y cuire à frémissement quelques minutes les araignées de porc. Vérifier la cuisson et l'assaisonnement, détailler et servir chaud.

LE PORC DE HAUTE-LOIRE
Je le reconnais

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Aiguillettes Stroganov

Aiguillettes de Bœuf Fin Gras du Mézenc AOP façon Stroganov

20 minutes
TEMPS DE PRÉPARATION

INGRÉDIENTS

- 600 g de filet de bœuf Fin gras du Mézenc AOP
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive extra vierge AOP
- 50 g de beurre d'Isigny AOP
- 1 cuillère à soupe de paprika doux
- 20 cl de crème fraiche entière
- 1 dl de fond brun de veau lié
- 1 pot de tomates séchées
- 200g de champignons de Paris
- Sel fin, poivre du moulin

PRÉPARATION

1. Couper en petit cubes (2cm sur 2cm) ou émincer le filet de bœuf préalablement paré.
2. Saupoudrer fortement le bœuf de paprika et laissez mariner quelques minutes dans l'huile d'olive.
3. Sauter sur un feu vif les aiguillettes de filet de bœuf.
4. Débarrasser et sauter sur un feu vif les champignons de Paris escalopés.
5. Ajoutez le fond et la crème, faire réduire, monter au beurre. Déguster très chaud.

Idée : *Vous pouvez ajouter du Tabasco pour relever la préparation.*

Accompagné de Lentille Verte du Puy AOP

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Le Fin Gras du Mézenc

Carbonnade de bœuf

Carbonnade de Bœuf Fin Gras du Mézenc AOP au pain d'épices

3 heures
TEMPS DE PRÉPARATION

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- *1 kg de jarret de bœuf sans os Fin gras du Mézenc AOP*
- *40 g d'huile d'arachide*
- *2 oignons*
- *30 g de beurre*
- *75 cl de bière belge (Pelforth Brune)*
- *1 cuillerée à café de vergeoise brune*
- *40 g de farine*
- *4 tranches de pain d'épices*
- *1 cuillère à soupe de moutarde fine*
- *Sel, poivre QS*
- *1 verre d'eau*

Accompagné de Lentille Verte du Puy AOP

PRÉPARATION

1. *Couper la viande en morceaux de 40g en prenant soin d'enlever l'excès de gras.*
2. *Dans une cocotte, faire colorer la viande dans l'huile d'arachide.*
3. *Enlever la viande de la cocotte, puis y laisser fondre le beurre.*
4. *Ajouter les oignons émincés. Les laisser suer en les remuant de temps en temps jusqu'à ce qu'ils blondissent. Ajouter à ce moment la vergeoise blonde. Saler, poivrer.*
5. *On peut ajouter un petit verre d'eau pour bien cuire les oignons. Quand l'eau s'est évaporée, ajouter la viande et son jus.*
6. *Ajouter une cuillerée à soupe de farine sur la viande, puis bien mélanger. Ajouter la bière.*
7. *Tartiner les tranches de pain d'épices de moutarde.*
8. *Ajouter le pain d'épices dans la cocotte. Au bout de 3 minutes, le pain d'épices va se dissoudre.*
9. *Porter le tout à ébullition. Baisser la température au presque minimum, pour maintenir une petite ébullition. Fermer avec le couvercle et laisser mijoter 2h30 si l'on prépare le plat la veille, ce que je fais car cela prend plus de goût, (car il y aura une deuxième cuisson) ou alors 3h30 à 4h00 si l'on souhaite servir ce plat le jour même.*
10. *S'assurer de la cuisson de la viande et vérifier l'assaisonnement.*

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Brochettes épicées

Brochettes de rumsteck de Bœuf Fin Gras du Mézenc AOP aux saveurs épicées

30 minutes
TEMPS DE PRÉPARATION

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 600 g de rumsteck de bœuf Fin gras du Mézenc AOP
- 1 cuillère à soupe sésame torréfié
- 1/4 de botte de coriandre frais
- 1/4 de botte de ciboulette ciselée
- 1 poivron coloré
- 10 tranches très fines de poitrine de porc fumée
- 1 oignon nouveau

La marinade

- 2 gousses d'ail écrasées
- 1 cuillère à café de poivre
- 2 cuillère à soupe de sauce d'huîtres
- 1 cuillère à soupe de sauce de soja légère
- 1 cuillère à soupe de cognac
- 3 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1 pincée de sel fin

La sauce d'accompagnement :

- Un demi citron vert
- 1 cuillère à soupe de Nuoc Mam
- 2 cuillère à café de sucre
- 1 cuillère à soupe de pâte de tamarin
- Un peu de piment de Cayenne
- 1cuillère à soupe de coriandre ciselée

PRÉPARATION

Réalisation :

1. Dans un bol, mettre tous les ingrédients de la marinade.
2. Découper la viande en morceau régulier de 1,5 cm d'épaisseur. Incorporer la viande dans la marinade. Filmer et laisser mariner le tout dans réfrigérateur pendant 2 à 5h.
3. Préparer la sauce d'accompagnement : Mélanger tous les ingrédients.
4. Tremper vos piques de brochette dans de l'eau. Former vos brochettes.
5. Faire chauffer la plancha. L'huiler légèrement.
6. Saisir la viande de chaque face de la brochette. Le temps de cuisson est en fonction de vos préférences.
7. Parsemer les brochettes cuites de graines de sésames torréfiées, de coriandre et ciboulettes ciselées.
8. Au dernier moment, napper la viande avec la sauce.

Variantes : Vous pouvez réaliser les brochettes en insérant des morceaux de la barde de lard gras, des poivrons confits, des tomates grappes, des échalotes confites…

Vous pouvez accompagner ces brochettes de Lentille Verte du Puy AOP…

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Le Fin Gras du Mézenc

Accompagné de Lentille Verte du Puy AOP

Râble de lapin

Râble de lapin gourmand d'Auvergne en croûte de lard, farci aux pistaches

50-60 minutes
TEMPS DE PRÉPARATION

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

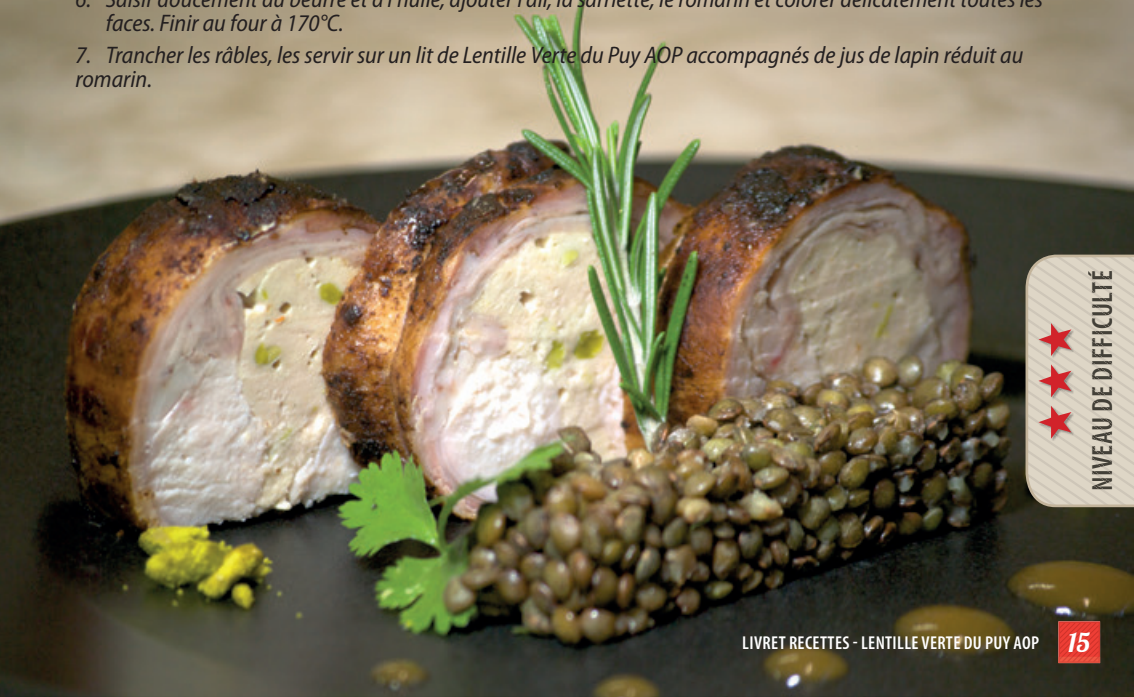
- 2 beaux râbles de lapin d'Auvergne
- 6 tranches fines de poitrine de porc fumé
- 100g de crépine de porc
- 5 cl d'huile d'arachide
- 25g de beurre
- 1 brin de romarin
- Quelques feuilles de sarriette
- 1 gousse d'ail

La farce mousseline

- 125g de suprême de volaille
- ½ blanc d'œuf
- 50g de crème fluide
- Sel fin, poivre du moulin
- Piment d'Espelette
- 25g de pistache
- 250g de fond brun de lapin réduit
- Ou 250g de sauce au bleu d'Auvergne

PRÉPARATION

1. Dégraisser les râbles. Enlever les rognons, les parer et les réserver (ils peuvent être replacés à l'intérieur de la farce).
2. Désosser en prenant soin de ne pas séparer les filets. Raccourcir les panoufles. Les réserver en enceinte réfrigérée.
3. Mixer les suprêmes de volaille, lier avec le blanc d'œuf, la crème et assaisonner.
4. Farcir les râbles de farce mousseline, ajouter les pistaches concassées et torréfiées.
5. Les enrouler dans la poitrine fumée, la crépine et ficeler.
6. Saisir doucement au beurre et à l'huile, ajouter l'ail, la sarriette, le romarin et colorer délicatement toutes les faces. Finir au four à 170°C.
7. Trancher les râbles, les servir sur un lit de Lentille Verte du Puy AOP accompagnés de jus de lapin réduit au romarin.



NIVEAU DE DIFFICULTÉ ★★★

Mini cake

Mini cake à la farine de Lentille Verte du Puy AOP et à la verveine du Velay

30 minutes
TEMPS DE PRÉPARATION

INGRÉDIENTS POUR 80 PETITES PIÈCES

- *150 g de beurre d'Isigny AOP*
- *120 g de farine de Lentille Verte du Puy AOP*
- *60 g de poudre d'amande brute*
- *150 g de sucre semoule*
- *6 blancs d'œufs*
- *5g de levure chimique*
- *1/2 gousse de vanille bourbon*
- *5 cl de liqueur de verveine du Velay*
- *50g d'éclats de pistaches*

PRÉPARATION

1. *Préchauffer le four à 180°C.*
2. *Réaliser un beurre noisette.*
3. *Dans une calotte, mélanger la farine de lentille, la poudre d'amande et le sucre.*
4. *Ajouter les blancs. Mélanger.*
5. *Ajouter le beurre noisette refroidi. Mélanger.*
6. *Verser la préparation dans des moules à financiers préalablement beurrés.*
7. *Parsemer de pistaches concassées.*
8. *Enfourner pendant 11 à 12 minutes. Ils doivent juste commencer à blondir.*
9. *Laisser tiédir avant de démouler.*

Finition : *Vous pouvez glacer les mini cakes à la lentille avec un glaçage au chocolat blanc (190 g de couverture ivoire, 115 g de crème liquide, 75 g de gelée de poire ou de coing)*

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Tartelettes

Tartelettes à la Lentille Verte du Puy AOP, à la verveine du Velay et à l'infusion de verveine BIO Pagès

30-40 minutes
TEMPS DE PRÉPARATION

INGRÉDIENTS

La pâte sucrée

- *180 g de beurre*
- *150 g de sucre glace*
- *375 g de farine*
- *40 g de glucose*
- *70 g d'œufs entiers*

La crème frangipane

- *50 g de farine de Lentille Verte du Puy AOP*
- *125 g de beurre*
- *125 g de sucre glace*
- *100 g de poudre d'amandes grise*
- *3 œufs*
- *2 cl de verveine verte du Puy*
- *Quelques feuilles d'infusion de verveine BIO Pagès*
- *50 g de Lentille Verte du Puy cuites AOP*

PRÉPARATION

La pâte sucrée

1. *Crémer ensemble beurre et sucre glace.*
2. *Ajouter la farine, le glucose et les œufs.*
3. *Réserver au froid.*
4. *Foncer 8 fonds de tartelettes en pâte sucrée, piquer.*

La crème frangipane

1. *Blanchir le beurre pommade avec le sucre glace, ajouter les œufs, la farine et la poudre d'amande. Bien blanchir. Parfumer.*
2. *Cuire quelques lentilles dans de l'eau froide avec un peu de sucre et des feuilles de verveine. Refroidir, égoutter.*
3. *Garnir les fonds de tarte de quelques lentilles, de crème frangipane et cuire à 180°C environ 20 minutes.*

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Crème brûlée

Crème brûlée à l'infusion de Verveine BIO Pagès

1h20
TEMPS DE PRÉPARATION

INGRÉDIENTS

- 375g crème fleurette
- 250g lait entier
- 150g jaunes d'œufs
- 35g sucre semoule
- ½ gousse de vanille de Tahiti
- Zeste de citron jaune QS
- 2 sachets de Verveine BIO Pagès
- + 65g chocolat blanc fondu à 45°C de cacao

PRÉPARATION

1. Mélanger ensemble (crème, lait, jaunes, sucre, vanille, zeste, verveine)
2. Chauffer l'appareil à 45°C
3. Mixer au robot coupe l'ensemble de la préparation
4. Chinoiser sur 65g chocolat blanc fondu à 45°C
5. Bien mélanger
6. Couler l'appareil dans les céramiques
7. Mettre les céramiques en cuisson au bain-marie
8. Cuire au four ventilé à 100°C pendant 60 minutes
9. Refroidir et saupoudrer chaque crème de 10g de sucre cassonade
10. Brûler au chalumeau

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Gaufre

Gaufre à la farine de Lentille Verte du Puy AOP

15 minutes
TEMPS DE PRÉPARATION

INGRÉDIENTS

- *250 g de farine de Lentille Verte du Puy AOP*
- *1 pincée de sel*
- *4 œufs*
- *75 g de beurre fondu*
- *1 sachet de levure chimique*
- *150 ml de lait*
- *150 ml d'eau*
- *60 g de sucre*
- *1 gousse de vanille bourbon*
- *1 cuillère à soupe d'huile*
- *2 cuillères à soupe de verveine verte du Velay*

PRÉPARATION

1. *Mélanger tous les ingrédients au batteur, laisser reposer ½ heure.*
2. *Cuire 3 minutes dans un gaufrier. Saupoudrer de sucre glace.*

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

TOUT SAVOIR
SUR LA LENTILLE VERTE DU PUY AOP

ODG Lentille Verte du Puy,
Immeuble Interconsulaire
16, Bd Président Bertrand
43000 LE PUY EN VELAY
Tél. : 04 71 07 21 33
contact@lalentillevertedupuy.com - www.lalentillevertedupuy.com

La Lentille Verte du Puy
AOP
www.lalentillevertedupuy.com

TOUT SAVOIR
SUR LES PRODUITS AGRICOLES
DE HAUTE-LOIRE

Comité de promotion des produits agricoles. Chambre d'Agriculture
Immeuble Interconsulaire - 16, Bd Président Bertrand
43000 LE PUY EN VELAY - Tél. : 04 71 07 21 31
mmartin@haute-loire.chambagri.fr - www.haute-loire.chambagri.fr

AGRICULTURES & TERRITOIRES
CHAMBRE D'AGRICULTURE HAUTE-LOIRE

Réalisé avec le soutien de :

AUVERGNE NOUVEAU MONDE
AUVERGNE la région juste et grande
Haute-Loire le DÉPARTEMENT

EXCEPTO Tél. : 04.71.09.77.85 *Crédit Photo : ©Hélena Cauvet agence Excepto - ©Stéphane Moinard - ©Luc Olivier - ©Philippe Bousseaud*