



## Ingédients

- 500 g de champignons de Paris
- 250 g de châtaignes (marrons en boîte)
- 200 g d'échalotes
- 2 cubes de bouillon de volaille
- 1,5 L d'eau
- 25 cl de crème liquide
- Sel, poivre
- Huile d'olive
- Ciboulette

## Aude & Pyrénées-Orientales

### Velouté de champignons à la châtaigne

## Déroulé

- Pré-traiter les légumes.
- Émincer les champignons (en conserver quelques-uns pour la décoration) et ciseler les échalotes.
- Faire revenir les champignons, les échalotes et les marrons dans de l'huile d'olive.
- Mouiller avec l'eau, ajouter les cubes de bouillon.
- Cuire 30 minutes à feu doux.
- Mixer, ajouter la crème et rectifier l'assaisonnement.
- Décorer avec de fines lamelles de champignons et de la ciboulette ciselée.



## Ingrédients

- 3,5 kg de sauté de veau (épaule)
- 75 cl de vin blanc sec (Corbières)
- 2 oignons
- 2 carottes
- 2 gousses d'ail
- 1 petit pot de cornichons
- 1 œuf (facultatif)
- 2 citrons
- 25 cl de crème liquide
- Fécule de maïs (quantité à ajuster selon la texture souhaitée)
- Huile
- Persil plat
- Sel, poivre, laurier, thym

## Aude & Pyrénées-Orientales

### Blanquette de veau de la haute vallée à la Narbonnaise

## Déroulé

- Pré-traiter tous les légumes : émincer les carottes, ciseler les oignons et écraser l'ail.
- Émincer les cornichons et hacher le persil.
- Détailer la viande en cubes et la faire colorer dans l'huile.
- Ajouter la garniture : carottes, oignons et ail.
- Mouiller avec le vin blanc, puis compléter avec de l'eau si nécessaire.
- Ajouter le laurier et le thym.
- En fin de cuisson, incorporer les cornichons et le persil.
- Lier la sauce selon la consistance souhaitée avec de la féculle de maïs délayée dans un peu d'eau.
- Ajouter le jus des citrons.



## Ingédients

- 800 g de riz de Marellette (cru)
- 2 L d'eau (ajuster entre 1,6 L et 2 L selon texture souhaitée)
- Sel
- 40 g de beurre doux ou 4 c. à soupe d'huile d'olive (optionnel)

## Aude & Pyrénées-Orientales

### Riz de Marellette

### Déroulé

- Rincer le riz sous l'eau froide dans une passoire jusqu'à ce que l'eau soit claire.
- Verser le riz dans une grande casserole avec : 1,6 à 2 fois son volume en eau froide (environ 2 L d'eau pour 800 g de riz), le sel et un filet d'huile d'olive ou une noix de beurre (facultatif mais conseillé)
- Porter à ébullition sur feu moyen-vif.

#### Dès l'ébullition atteinte :

- Baisser le feu au minimum
- Couvrir (couvercle légèrement entrouvert pour un riz plus sec)
- Laisser cuire 12 à 15 minutes, sans remuer, jusqu'à absorption de l'eau. (Goûter à partir de 12 min : le riz doit être tendre mais pas pâteux).
- Couper le feu, couvrir entièrement, et laisser reposer 5 à 10 min.
- Égrenaer le riz à la fourchette avant de servir.



## Ingrédients

- 750 g de pulpe de citrouille musquée
- 150 g de farine de maïs
- 150 g de sucre semoule
- 3 œufs
- Le zeste d'une demi-orange et d'un demi-citron non traités
- 1 cuillère à café rase de sel
- 7 cl de rhum
- 75 g de beurre

## Aude & Pyrénées-Orientales

### Mersturet (gâteau à la citrouille)

## Déroulé

- Couper la chair de la citrouille en dés et la faire fondre dans un sautoir avec un peu d'eau, en remuant régulièrement.
- Incorporer, en mélangeant bien, tous les autres ingrédients ainsi que les œufs préalablement battus.
- Beurrer généreusement le moule et y verser la pâte obtenue.
- Mettre au four au bain-marie, à 130 °C, pendant 2 h 30.
- Au bout d'1 h 30, beurrer la surface pour obtenir une croûte dorée.
- La durée de cuisson pourra être ajustée en fonction de l'épaisseur de la préparation.
- Laisser refroidir avant de démouler.