

Ingédients

- 130 g de carottes
- 3 g de curry mélange cajun
- 12 cl d'eau de cuisine
- 5 g d'herbes fraîches (coriandre)
- 4 ml d'huile d'olive vierge
- 4 ml d'huile de noix
- 60 g d'oignons jaunes
- 180 g de patates douces
- 35 g de purée de noix de cajou
- 1 g de poivre gris moulu
- 4 g de sel fin

JEUDI 9 OCTOBRE 2025



Drôme-Ardèche

Tartinade dips de patates douces et noix de cajoux

Déroulé

- Couper les carottes, les patates douces et les oignons en dés. Réserver séparément.
- Émincer la coriandre. Réserver.
- Faire revenir dans l'huile d'olive les oignons et les carottes.
- Après une légère coloration, ajouter les patates douces et les faire revenir également.
- Mouiller avec l'eau et cuire par évaporation.
- Veiller cependant à rajouter de l'eau si la cuisson des patates douces est insuffisante.
- Égoutter si nécessaire.
- Mixer la préparation avec la purée de noix de cajou et l'huile de noix.
- Assaisonner.
- Dresser avec la coriandre émincée.
- Servir avec des toasts et/ou des légumes cru de saison.

Ingédients

- 400 g de chair à saucisse
- 350 g de gorge de porc
- 2 cl d'huile d'olive
- 3 g de mélange 5 baies entières
- 20 g de noisettes décortiquées
- 100 g d'oignons blancs
- 30 g de pickles d'oignon borettane
- 3 g de poivre gris moulu
- 3 g de sel fin
- 70 g de viognier
- 1 oeufs ½ (plein air 53/63 g)

JEUDI 9 OCTOBRE 2025



Drôme-Ardèche

Terrine de cochon au viognier et pickles d'oignons

Déroulé

- Ciseler les oignons et les faire revenir dans l'huile d'olive.
- Déglacer au viognier et réduire par évaporation.
- Hacher au cutter la gorge de porc et la chair à saucisses.
- Mélanger la viande hachée avec les oignons déglacés, les noisettes, le sel, le poivre, les oeufs et les baies.
- Disposer l'appareil dans les terrines. Tasser pour bien remplir tous les espaces.
- Cuire à basse température en four mixte à 90°C et 40% d'humidité en cuisson à la sonde à coeur à 72°C. ou cuisson en four conventionnel en bain-marie.
- Couvrir les terrines.
- Disposer les terrines dans un plat de cuisson et mouiller d'eau chaude à mi-hauteur.
- Cuire à 120°C pendant 1h30/2h. L'idéal est de vérifier la cuisson à 72°C à coeur. Si pas de sonde, piquer et voir si le jus de cuisson est limpide.
- Refroidir.
- Servir avec des pickles d'oignons.

Ingédients

VIANDE

- 10 cuisses de poule confites

SAUCE

- 2,4 cl de fond de volaille lié
- 7 g d'herbes aromatiques
- 2 g de beurre doux
- 24 g de bouillon de volaille en poudre
- 10,5 cl de clairette de die tradition
- 70 g de crème fraîche épaisse 30% mg
- 63 cl d'eau de cuisine
- 35 g d'échalotes
- 2 g poivre gris moulu
- 4 g sel fin

JEUDI 9 OCTOBRE 2025



Drôme-Ardèche

Cuisse de poule confite et sauce à la clairette de die

Déroulé

SAUCE :

- Hacher le persil. Réserver.
- Faire revenir dans le beurre les échalotes.
- Déglacer les échalotes avec la moitié de la clairette de Die et réduire.
- Préparer le bouillon avec l'eau et mouiller les échalotes.
- Ajouter le restant de la clairette.
- Épaissir par réduction.
- Ajouter la crème fraîche et assaisonner.
- Ajouter le persil au dernier moment pour garder sa couleur verte.
- Réserver.

Ingédients

- 23 g d'amidon fleur de maïs
- 17 g d'ail morceaux
- 350 g de pois-chiches
- 23 g de carottes
- 6 g de curry indien
- 11,7 cl d'eau de cuisine
- 3 cl d'huile d'olive vierge
- 12 g de navets rond violet
- 58 g d'oignons
- 1 g de poivre gris moulu
- 70 g de quinoa blond
- 3 g de sel fin

JEUDI 9 OCTOBRE 2025



Drôme-Ardèche

Galette végétale : pois-chiches et quinoa

Déroulé

- Râper les carottes et les navets.
- Émincer les oignons.
- Faire suer les légumes dans l'huile. Ajouter le curry.
- Cuire le quinoa à l'eau bouillante salée (1,5 fois le volume d'eau)
- Délayer la fécule dans un peu d'eau froide.
- Mélanger tous les ingrédients au batteur.
- Abaisser entre 2 feuilles de papier sulfurisé l'appareil.
- Détailler des galettes puis cuire au four mixte à 150°C ou en sauteuse.

Ingédients

- 220 g de champignons girolle
- 220 g de champignons pleurote
- 10 cl de crème liquide 30% mg
- 150 g de fromage bournette du vercors
- 700 g de galettes végétales
(pois-chiches / quinoa)
- 5 cl d'huile d'olive vierge
- 200 g de préparation fromagère tomme
en salade traditionnelle
- 2 g de poivre gris moulu
- 6 g de sel fin

JEUDI 9 OCTOBRE 2025



Drôme-Ardèche

Pizzeta de quinoa, pois-chiches et champignons d'automne, base tomme en salade

Déroulé

- Laver, couper les champignons et les faire suer à l'huile d'olive.
- Réaliser la recette des galettes, cuire à blanc en plaque gastronomique au four.
- Après cuisson, retourner les galettes à l'envers sur les plaques.
- Ajouter la tomme en salade détendue à la crème liquide sur le fond des pizzettas et les champignons.
- Ajouter la Bournette du Vercors et un filet d'huile d'olive.
- Cuire pour gratiner au four mixte à 30% d'humidité à 160°C pendant 8 à 10 minutes.
- Réserver.

Ingédients

- 3 g d'herbes aromatiques fraîches en botte
- 100 cl de lait demi écrémé
- 80 cl d'eau de cuisine
- 10 cl d'huile d'olive vierge
- 3 g de lauriers
- 5 g de noix de muscade moulue
- 1,5 kg de pommes de terre lamelles sous vide
- 100 g de pulpe d'ail
- 9 g de poivre gris moulu
- 3 g de romarin en botte
- 20 g de sel gros

JEUDI 9 OCTOBRE 2025



Drôme-Ardèche

Écrasé de pommes de terre à la provençale

Déroulé

- Dans une sauteuse, mettre les pommes de terre, le lait, l'eau, les herbes aromatiques entières et ficelées, une partie du sel et de l'huile, l'ail et la muscade.
- Faire mijoter à feu doux et bien cuire.
- Une fois la cuisson terminée, écraser l'ensemble au fouet.
- Ajouter le restant d'huile d'olive et rectifier l'assaisonnement si nécessaire, ail compris.
- Débarrasser et réserver.

Si quelquefois la purée est trop liquide, ajouter de la purée mousseline.

Ingédients

- 100 g d'ail pelé
- 50 g de miel de pays
- 400 g de tomates cerises allongées
- 500 g de carottes
- 2 g de coriandre moulue
- 700 g de courge de potimarron
- 5 g d'herbes de provences
- 150 cl d'huile d'olive vierge
- 2 g de laurier
- 500 g de navets ronds violets
- 400 g d'oignons rouges en cubes
- 500 g de panais
- 20 g de paprika fumé
- 2 g de poivre gris moulu
- 15 g de sel fin

JEUDI 9 OCTOBRE 2025



Drôme-Ardèche

Rôti de légumes d'automne au miel

Déroulé

- Couper les légumes en gros morceaux de 5cm environ, oignons compris.
- Ne pas couper l'ail et les tomates cerises.
- Dans un cul de poule, mélanger les épices, le miel, l'huile d'olive, la paprika fumé, le sel et le poivre.
- Dans un grand contenant, mélanger tous les légumes et la préparation d'épices avec les herbes aromatiques.
- Disposer en bac gastronome et cuire en programme four "Rôtisserie" 25 minutes ou en four conventionnel à 180°C pendant 30 minutes environ.
- Il faudra veiller à mélanger/brasser les légumes une à deux fois pendant la cuisson.
- Vérifier la cuisson à la lame de couteau.

Ingredients

- 150 g de beurre doux
- 100 g de crème de marron
- 5 g de levure chimique
- 100 g de noix cerneaux invalides
- 100 g de poires en cube au sirop
- 150 g de sucre de canne blond
- 2 g de vanille épuisée en poudre
- 120 g de farine de blé T65
- 2 oeufs frais plein air 53/63 g

JEUDI 9 OCTOBRE 2025



Drôme-Ardèche

Cake moelleux aux noix, poires pochées et à la crème de marron

Déroulé

- Faire fondre le beurre. Réserver.
- Égoutter les poires et garder le jus. Réserver
- Blanchir les oeufs entiers avec le sucre. Ajouter le beurre puis progressivement la levure et la farine.
- Ajouter les noix et les poires sans le sirop. Mélanger.
- Prélever 1/3 de la préparation et y mélanger la crème de marrons.
- Dans les terrines chemisées, ajouter la moitié restante de pâte sans crème de marron, puis, ajouter la préparation aux marrons et, enfin, le restant de pâte à cake.
- Cuire au four mixte à 160°C avec 40% d'humidité durant 20-25 minutes environ. Ou cuire en four conventionnel à 170°C durant 25-30 minutes.
- Vérifier la cuisson avec la pointe d'un couteau.
- Démouler avant de laisser refroidir à température ambiante.
- Imbiber du sirop de poires avant de servir.