

Livret Numéro 5



Les **Délices**
du **LUBERON**
DÉLICES DE RECETTES



www.delices-du-luberon.fr



Verrines et tartines, des idées recettes aux variations infinies...

Une sélection de 11 recettes qui vous inspireront !

La verrine vous permet de jouer sur la couleur, les couches, les teintes et textures et de mélanger les saveurs... C'est facile à réaliser, très appétissant et séduisant et surtout cela change des entrées classiques... alors laissez-vous guider par Verrine de courgette aux pignons de pin, la verrine du Festival In, ou celle des gastronomes en culottes courtes...

N'oubliez pas les tartines, composées avec des produits minutieusement choisis, elles vous régaleront tout simplement. Un bon pain de campagne ou aux céréales, quelques dés de tomates, un délice d'aubergine, une tapenade noire ou brandade de morue Délices du Luberon, sans oublier le filet d'huile d'olive... le tour est joué, c'est frais, croquant et sain.

Alors, laissez-vous tenter par la Tartine entre filles, la Nîmoise ou la Serrano de Bergerac...

Bon appétit !



Sommaire :

Verrine Tartare
Tomato-Thon

- 2 -

Tartine de Lapin

- 3 -

Verrine de Courgettes
aux Pignons de Pin

- 4 -

Tartine Nîmoise

- 5 -

Verrine Caviar du Sud
du Chevrier

- 6 -

Tartine entre Filles

- 7 -

Verrine du Festival In
ou Verrine Art'ichaut

- 8 -

Tartine Pissaladière

- 9 -

Verrine Niçoise
aux Pâtes

- 10 -

Tartine

Serrano de Bergerac

- 11 -

Verrine des Gastronomes
en culottes courtes

- 12 -



POUR 6 VERRINES

TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MIN.

CUISSON : AUCUNE

2



Verrine Tartare Tomato-Thon

INGRÉDIENTS :

- 200g de thoïnade Délices du Luberon
- 200g de délices de tomates séchées Délices du Luberon
- 2 cuillères à soupe de basilic ciselé et quelques feuilles pour la décoration
- 2 cuillères à soupe de jus de citron
- 2 cuillères à soupe de câpres égouttés
- 5 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel et poivre du moulin en grosse mouture



PRÉPARATION :

- Mettre au réfrigérateur la thoïnade et le délice de tomates séchées,
- Mélanger la thoïnade, les câpres et l'huile d'olive,
- Ajouter le jus de citron,
- Saler, poivrer et remuer de nouveau,
- Mélanger le délice de tomates avec le basilic haché,
- Répartir le délice de tomates au fond des verres puis ajoutez l'appareil thoïnade,
- Alternier pour finir avec le délice de tomates séchées,
- Décorer avec les feuilles de basilic.

Accompagner d'un rosé léger et légèrement fruité.

POUR 4 PERSONNES
TEMPS DE PRÉPARATION : 20 MIN.
CUISSON : 15 MINUTES (FOUR 180°)



Tartine de lapin

INGRÉDIENTS :

- 4 tranches de pain de campagne
- 4 filets de lapin
- 1 aubergine
- 1 pot de tapenade noire Délices du Luberon
- Huile d'olive



PRÉPARATION :

- Napper les tranches de pain avec la tapenade,
- Couper 4 tranches d'aubergine et les faire dorer dans une poêle,
- Saler et poivrer,
- Faire cuire les filets de lapin, saler et poivrer,
- Mettre une tranche d'aubergine sur chaque tranche,
- Ajouter le filet de lapin et faire griller 15 minutes au four à 180°.

Accompagner d'un rouge des coteaux de Saint Tropez.

POUR 4 VERRINES
 TEMPS DE PRÉPARATION : 20 MIN.
 CUISSON : AUCUNE



Verrine de Courgettes aux Pignons de Pin

INGRÉDIENTS :

- 2 pots de 90g de délice de courgettes Délices du Luberon
- 2 cuillères à soupe de basilic ciselé
- 2 cuillères à soupe de pignons de pin légèrement torréfiés
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive origine Provence légèrement fruitée
- 1 dl de crème fraîche liquide



PRÉPARATION :

- Préparer l'appareil de délice de courgettes. Dans un bol à mixer mettre le délice de courgettes, ajouter l'huile d'olive la crème fraîche et monter en émulsion soit avec un fouet, soit quelques coups de mixer tige jusqu'à l'obtention de la consistance souhaitée, saler et poivrer, remixer et réserver au frais une quinzaine de minutes.
- Préparation des verrines, prendre 4 verrines, versez l'appareil de courgettes, décorer avec les pignons de pin, remettre au frais et sortir du réfrigérateur quelques minutes avant de servir.

Magnifique avec un Châteauneuf blanc
 sous la tonnelle lors d'un apéritif en été.

POUR 4 PERSONNES
TEMPS DE PRÉPARATION : 30 MIN.
CUISSON : 10 MINUTES (FOUR 180°)



Tartine Nîmoise

INGRÉDIENTS :

- 4 tranches de pain de campagne
- 1 pot de 210g de brandade de morue Délices du Luberon
- 2 courgettes
- 150 g de copeaux de parmesan

PRÉPARATION :

- Etaler la brandade de morue sur les tranches de pain,
- Laver puis couper en fines rondelles les courgettes,
- Les plonger dans l'eau bouillante pendant 1 minute,
- Les égoutter,
- Disposer les rondelles de courgettes sur les tartines,
- Parsemer de copeaux de parmesan et mettre 10 minutes au four à 180°.

Déguster avec un Picpoul de Pinet bien frappé.

POUR 4 VERRINES

TEMPS DE PRÉPARATION : 5 MIN.

CUISSON : AUCUNE.



Verrine Caviar du Sud du Chevrier

INGRÉDIENTS :

- 2 pots de 210g de caviar aubergine Délices du Luberon
- 250g de fromage de chèvre frais
- 4 tomates type "Roma"
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive fruité vert.
- 1 cuillère à café de basilic frais haché
- 1 pot de 90g de délice de tomates séchées Délice du Luberon



PRÉPARATION :

- Verser le caviar d'aubergine dans un bol, ajouter l'huile d'olive. À l'aide d'une fourchette travailler l'appareil afin de l'alléger,
- Pendant ce temps sortir le fromage de chèvre dans le but de le tempérer, puis le travailler à la fourchette afin d'obtenir une touche onctueuse, y incorporer le basilic haché, réserver,
- Découper les tomates "Roma" en dés,
- Placer le caviar d'aubergine dans les verrines, puis les tomates en dés, déposer le fromage de chèvre basilic, décorer avec le délice de tomates séchées,
- Placer les verrines au réfrigérateur et les sortir au moment de servir.

Un Bandol rouge frais serait tout à fait approprié.

POUR 4 PERSONNES
 TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MIN.
 CUISSON : 10 MIN. (FOUR 180°)



Tartine entre Filles

INGRÉDIENTS :

- 4 tranches de pain de campagne
- 2 pots de 90g de confit d'olives Délices du Luberon
- 2 tomates
- 100g de fromage de chèvre
- Huile d'olive
- Sel, poivre
- Quelques feuilles de basilic coupées en morceaux

PRÉPARATION :

- Couper les tomates en petits cubes,
- Assaisonner avec l'huile d'olive, le sel et le poivre,
- Couper le fromage de chèvre en fines rondelles,
- Etaler le confit d'olives sur les tranches de pain,
- Disposer les rondelles de fromage de chèvre et ajouter les tomates,
- Parsemer de feuilles de basilic,
- Mettre au four pendant 10 minutes à 180°.

Osons un vin muscat blanc, pas trop sucré.

POUR 6 VERRINES

TEMPS DE PRÉPARATION : 30 MIN.

CUISSON : POIVRONS 15 MIN.

8



Verrine du Festival In ou Verrine Art'ichaut

INGRÉDIENTS :

- 2 pots de 210g de délice d'artichauts Délices du Luberon
- 2 poivrons rouges
- Jus de citron
- 1 cuillère à soupe de basilic pourpre ciselé
+ quelques feuilles pour le décor
- 150g d'olives à la grecque dénoyautées
- Huile d'olive de Provence
- Sel et poivre du moulin.



PRÉPARATION :

- **ATTENTION** si vous alternez les couches et si vous préparez vos verrines à l'avance évitez de terminer par l'artichaut afin qu'il ne s'oxyde.
- Dans un bol mélangeur verser les pots de délices d'artichauts, incorporer l'huile d'olive et un trait de jus de citron, travailler la pâte en légèreté,
- Ouvrir les poivrons en deux dans le sens de la longueur, épépiner, les tailler en larges bandes, les poser sur la plaque du four ou mieux sur la grille du barbecue, les griller, les peler et les débiter en cubes. Les mélanger avec le reste de l'huile d'olive, le basilic pourpre ciselé, sel et poivre,
- Hacher les olives en fines lanières au couteau,
- Remplir les verres d'une couche d'artichauts et alterner avec le poivron,
- En touche finale déposer les lanières d'olives et décorer.

POUR 4 PERSONNES
TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MIN.
CUISSON : 15 MIN. (FOUR 180°)



Tartine Pissaladière

INGRÉDIENTS :

- 4 tranches de pain de campagne
- 1 pot de 210g de confit d'oignons au miel Délices du Luberon
- 12 filets d'anchois de Collioures
- 100g de gruyère râpé

PRÉPARATION :

- Etaler le confit d'oignons sur les tranches de pain,
- Disposer par-dessus 3 filets d'anchois,
- Parsemer de gruyère râpé,
- Faire gratiner 15 minutes au four à 180°.

A déguster accompagné d'un rouge Pic Saint Loup
légèrement boisé et bien frais.

POUR 4 VERRINES

TEMPS DE PRÉPARATION : 15 MIN.

CUISSON : COQUILLETTES 7-8 MIN.



Verrine Niçoise aux Pâtes

INGRÉDIENTS :

- 100g de coquillettes
- 1 barquette de cresson
- 3 poires pochées
- 90g de confit d'oignons au miel Délices du Luberon
- Parmesan en lamelles
- 3 cl de vinaigre balsamique
- Sel et poivre du moulin



PRÉPARATION :

- Cuire les coquillettes "al dente" et rincer à l'eau glacée, réserver,
- Couper les poires en gros cubes, laver et effeuiller le cresson et mélanger délicatement les ingrédients et le confit d'oignon au miel avec la pasta.
- Confection de la vinaigrette : huile d'olive, vinaigre balsamique, sel et poivre du moulin.
- Disposer dans les verrines la salade de pâtes, décorer avec le cresson et les lamelles de parmesan (les réaliser à l'aide d'un économiseur), assaisonner et servir.

Accompagner d'un vin rouge léger et pas trop tannique
de la vallée du Rhône, frais bien sûr.

POUR 4 PERSONNES
 TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MIN.
 CUISSON : AUCUNE.



Tartine Serrano de Bergerac

INGRÉDIENTS :

- 4 tranches de pain aux 2 céréales
- 120g de ricotta
- 4 tranche de jambon Serrano
- 1 bocal d'olives noires de Nyons Délices du Luberon
- 1 pot de 210g de confit de figues Délices du Luberon
- Vinaigre balsamique
- Huile d'olive vierge extra
- Quelques feuilles de mesclun

PRÉPARATION :

- Etaler le confit de figues sur les tranches de pain,
- Mettre 2 tranches de ricotta par tartine,
- Assaisonner le mesclun avec l'huile d'olive, le vinaigre balsamique, le sel et le poivre,
- Dénoyer les olives de Nyons,
- Disposer les tranches de jambon sur chaque tranche,
- Parsemer de mesclun et d'olives de Nyons.

Accompagner d'un rosé coteau Varois.

POUR 4 VERRINES
 TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MIN.
 CUISSON : AUCUNE



Verrine des Gastronomes en culottes courtes

INGRÉDIENTS :

- 200g de fromage à tartiner type KIRI
- 2 tomates type "Roma"
- 1 pot de 90g de tapenade noire
 Délices du Luberon.



PRÉPARATION :

- Travailler la pâte à fromage dans un bol afin de la rendre crémeuse,
- Couper les tomates en petits dés,
- Créer les verrines en alternant les couches colorées.

Déguster avec un Champony glacé.



www.delices-du-luberon.fr



Les **Délices**
du **LUBERON**

Délices de Recettes



11 idées de recettes
pour faire chanter le soleil
à votre table.



Découvrez nos produits sur :

