



ECLAT' + REGIONS



recettes originales et végétales

SOMMAIRE



ECLAT' FRANCHOUILLARDE

P3

Ail confit - carotte, noisette

Artichaut - cidre, noisette

Aubergine - ail, noix

P4

Fenouil - amande, cajou

Oignon - poivron, pistache

Olive - cacahuète, thym

TOUR DE FRANCE

P5

à la Réunion

au Pays Basque

en Bretagne

P6

en Corse

en Languedoc

en Provence

Ail confit

carotte, noisette



INGRÉDIENTS

Carotte (59%), ail confit (25%), huile d'olive, **noisette (1.4%)**, miel, sel, paprika, poivre noir, genièvre.



APÉRITIF & RECETTE

À déguster en apéritif sur un pain aux fruits secs.

Fromage surprise

Coupez un fromage frais en 2, et fourrez-le avec "ail confit carotte" et un trait d'huile de noix. Refermez et dégustez.



Artichaut

cidre, noisette



INGRÉDIENTS

Artichaut (47%), brocoli, échalote, huile d'olive, cidre (9%), pomme, **noisette (3%)**, miel, sel, citron, pavot bleu, ail, poivre, réglisse.



APÉRITIF & RECETTE

À déguster en apéritif sur un pain baguette.

Toast artichaut, pomme et noisette

Faites toaster des tranches de baguette dans une poêle avec un filet d'huile d'olive. Étalez ensuite une cuillère de "Artichaut, cidre, noisette" sur le dessus et ajoutez de petits morceaux de noisette et de pomme.



Aubergine

ail, noix



INGRÉDIENTS

Aubergine (61%), ail (0.3%), oignon, huile d'olive, vin rouge, noix (3.5%), sel, paprika, tandoori, colombo.



APÉRITIF & RECETTE

À déguster en apéritif sur un pain au maïs.

Croque Monsieur à l'aubergine

Coupez des tranches d'1 cm de pain au maïs, beurrez-les, et ajoutez-y "Aubergine ail et noix". Refermez puis griller au moule à gaufre. Servir chaud.



fenouil

amande, cajou



INGRÉDIENTS

Fenouil (76%), huile d'olive, ail, vin blanc, **noix de cajou (2.5%), amande (2.5%)**, miel, sel, poivre noir, massalé, curcuma.



APÉRITIF & RECETTE

Pâtes fraîches saumon-fenouil

Faites cuire vos pâtes, et ajoutez "Fenouil amande cajou". Servez avec du saumon fumé tranché.



Oignon

poivron, pistache



INGRÉDIENTS

Oignon (66%), poivron rouge (22%), huile d'olive, **pistache (2%)**, miel, sel, nigelle, paprika doux, tandoori, poivre noir, piment fort.



APÉRITIF & RECETTE

À déguster en apéritif sur un pain noir aux céréales.

Camembert fourré

Coupez un camembert en 2, disposez "Oignon poivron pistache" et refermez. C'est tout simple à l'apéro !



Olive

cacahuète, thym



INGRÉDIENTS

Oignon, olive (39%), huile d'olive, cacahuète grillée (5%), miel, sel, poivre, thym (0.09%), badiane.



APÉRITIF & RECETTE

À déguster en apéritif sur un pain au levain naturel.

Pâtes gratinées

Fourrez vos pâtes (déjà cuites) avec "Olive, cacahuète, thym". Ajoutez du fromage, des cacahuètes et direction le four à 200° pendant environ 5min. Servez avec une salade verte.



à la Réunion

rougail, rhum, piment, curry



INGRÉDIENTS

Chayotte, oignon, tomate, poivron, gingembre, huile d'olive, citron vert (2,5%), raisin sec, sel, rhum (0,6%), curry, piment rouge (0,2%), curcuma, poivre.



APÉRITIF & RECETTE

À déguster en apéritif sur un pain aux algues.

Pizette de la Réunion

Découpez des petits ronds de pâte dans une pâte à pizza. Ajoutez-y la préparation "à la Réunion" et enfournez à 200° pendant 15min. Ajoutez un petit morceau de citron, et servez pour l'apéro !



POT - 105g

au Pays basque

piquillo et piment d'Espelette



INGRÉDIENTS

Poivron rouge (32%), poivron piquillo (16%), tomate, aubergine, oignon, huile d'olive, échalote, sel, miel, ail, poivre noir, piment d'Espelette (0,03%), piment jamaïque.



APÉRITIF & RECETTE

À déguster en apéritif sur un pain aux olives.

Tartine basque

Grillez vos tranches de pain à l'huile d'olive. Tartinez "au Pays basque", ajoutez des émincés de poulet et une chiffonnade de jambon cru.



POT - 105g

en Bretagne

artichaut & cidre



INGRÉDIENTS

Artichaut (47%), brocoli, échalote, huile d'olive, cidre (9%), pomme, **noisette**, miel, sel, citron, pavot bleu, ail, poivre, réglisse.



APÉRITIF & RECETTE

À déguster en apéritif sur un pain grillé à l'ail.

Huitre tiède à l'artichaut

Ouvrez vos huîtres et videz l'eau disposez une cuillère de "en Bretagne". Passez au four 5' à 180°C. Dégustez chaud.



POT - 105g

en Corse châtaigne et clémentine



INGRÉDIENTS

Fenouil, oignon, tomate, châtaigne (15%), vin blanc, clémentine (3,5%), huile d'olive, sel, nigelle, poivre, curcuma.



APÉRITIF & RECETTE

À déguster en apéritif sur un pain de campagne.

Filets de Maquereau à la brousse

Mélangez "Tartine en Corse" à de la brousse de brebis. Dans un filet de maquereau, déposez 1 c.à.s de préparation. Ficelez le tout puis enfournez à 180°C pendant 8 min avec un filet d'huile d'olive et du poivre.



en Languedoc oignon doux et vin rouge



INGRÉDIENTS

Oignon doux (51%), tomate, vin rouge (10%), navet, **amande grillée**, huile d'olive, sel, raisin, estragon, poivre, thym, laurier.



APÉRITIF & RECETTE

À déguster en apéritif sur un pain de blé dur.

Bouchées d'endives aux amandes

Faites griller des éclats d'amandes à la poêle avec un fin filet d'huile d'olive et ajoutez une cuillère de miel. Sur une feuille d'endive, disposez une cc de "tartine en Languedoc" et quelques amandes dorées.



en Provence tomate et citron confit



INGRÉDIENTS

Tomate (50%), aubergine, carotte, oignon rouge, olive, poivron, huile d'olive, sel, vinaigre balsamique, citron confit (0.5%), **sésame**, miel, poivre, clou de girofle.



APÉRITIF & RECETTE

À déguster en apéritif sur un pain à l'huile d'olive.

Emincé de volaille au thym

Entaillez vos émincés de volaille au couteau et les poêler. Salez, poivrez et en fin de cuisson, ajoutez "Tartine en Provence". Accompagner de pâtes fraîches.

