



Restaurant de l'Etang La Franqui

Calamars farcis sauce au Fitou

Pour 4 personnes

1. Mélanger 350g de riz cuit avec la chair de 2 tomates fraîches coupées en dés, 2 gousses d'ail, le persil plat, sel et poivre et farcir les calamars.
2. Faire rapidement revenir dans l'huile d'olive quatre calamars.
3. Les retirer et réserver.
4. Dans la même cocotte, faire revenir 1 kg d'oignons, 250 g de lardons et les têtes de calamars, ajouter l'ail, les tomates concassées et le Fitou.
5. Faire mijoter 2h30 à feu doux.
6. Rajouter les calamars farcis et 4 carrés de chocolat, laisser cuire 30 minutes.
7. Dans une assiette creuse chaude, disposer un belle tranche de pain grillé aillé, déposer dessus un calamar, arroser avec la sauce au Fitou.



Accords mets & vins

Fitou - AOC :
Cuvée Privilège



Domaine de la Rochelierre

Retrouvez l'intégralité de la recette sur www.clubtableetvin-aude.com





Restaurant Le Clos de Ninon



Leucate

Cassolette de moules à la fondue de poireaux

Pour 4 personnes

1. **Faire la cassolette** : superposer 4 feuilles de brick, couper les en 4. Disposer chaque quart dans un moule. Mettre par dessus un moule + petit pour donner une forme de tulipe. Laisser sécher 24 heures.
2. Cuire 1 kg de moules.
3. **Préparer la fondue de poireaux** : couper 2 poireaux en 2, les laver, les émincer et les faire réduire avec du beurre dans une casserole (15 mn). Ajouter 15 cl de crème avec le sel, le poivre et les herbes de Provence.
4. Faire cuire 10 minutes à feu doux.
5. **Préparer les moules** : décortiquer les moules et les faire revenir avec du beurre, de l'ail et du persil dans une poêle.
6. **Dressage** : faire griller la cassolette quelques secondes au four, déposer la fondue de poireaux au milieu et recouvrez de moules en persillade. Servir de suite.



Accords mets & vins

Corbières - AOC :

Déo Gratias blanc



Abbaye de Fontfroide

Retrouvez l'intégralité de la recette sur www.clubtableetvin-aude.com





Restaurant L'Estagnol Narbonne

Croustillant de filets de rougets à la tapenade

Pour 8 personnes

1. Mixer 150 g olives noires et 2 filets d'anchois avec une cuillère à soupe d'huile d'olive.
2. Etaler cette pâte (tapenade) au centre de chaque feuille de brick.
3. Rajouter 3 ou 4 filets de rougets sur la tapenade et refermer la feuille de brick comme un porte-feuille.
4. Mettre les 8 croustillants sur une plaque allant au four, à l'aide d'un pinceau les badigeonner avec de l'huile d'olive.
5. Enfournez à 180°C pendant 10 minutes.
6. Servez avec une cuillère à soupe de coulis de tomate chaud et des tagliatelles.



Accords mets & vins

Vin de Pays d'Oc :
La Cuvée Mythique blanc



**Les Vignerons
de la Méditerranée**

Retrouvez l'intégralité de la recette sur www.clubtableetvin-aude.com





Auberge de Pommayrac Verzeille

Entremets chocolat macaron à la Blanquette

Pour 8 personnes

1. **Mousse au chocolat** : faire un sirop avec l'eau, le sucre, le lait, le glucose. Verser sur 6 jaunes et battre jusqu'à refroidissement. Incorporer 250 g de chocolat fondu puis 350 g de crème fouettée. Verser le tout dans des moules et réserver au froid.

2. **Crème de Blanquette** : porter 1/2 l de Blanquette à ébullition. Blanchir 4 jaunes et 100 g de sucre, ajouter 65 g de farine. Verser la Blanquette chaude et mélanger. Remettre à ébullition, puis battre avec 150 g de beurre tiède (30°C).

3. **Génoise** : blanchir 5 jaunes et 100 g de sucre. Monter les blancs en neige. Incorporer les blancs aux jaunes puis ajouter 65 g de farine. Mettre sur une plaque de cuisson, cuire 7 minutes à 180°C.

4. **Macaron** : cuire 31 g d'eau et 93 g de sucre jusqu'à 118°C. Verser le tout sur 60 g de blancs. Mélanger 105 g de sucre glace et 62 g de poudre d'amande. Incorporer à la meringue. Mettre 3 plaques de pâtisserie les unes sous les autres, faire des petits dômes avec l'appareil à macaron, laisser croûter 20 minutes et faire cuire les macarons à 150°C durant 20 minutes.

Les garnir avec de la crème à la Blanquette.



Accords mets & vins

Limoux - Blanquette :

Blanquette Ancestrale

Domaine de Martinolles



Retrouvez l'intégralité de la recette sur www.clubtableetvin-aude.com





Restaurant la Ferme Gruissan

Foie gras mi-cuit à la Carthagène

Pour 8/10 personnes

Pour un lobe de foie gras de canard d'environ 500 gr

1. Sortir le foie 1 heure avant pour le mettre à température ambiante.
2. Ouvrir le foie dans sa longueur en portefeuille et le dénervé.
3. Saler avec une cuillère rase de sel fin.
4. Poivrer au moulin à discrétion.
5. Arroser de 4 à 5 cl de Carthagène.
6. Rouler le plus serré possible et disposer dans un film alimentaire, serrer au maximum.
7. Répéter l'opération avec un film alimentaire supplémentaire.
8. Rouler le boudin de foie gras dans un papier aluminium fermé à chaque extrémité.
9. Cuire à la vapeur à couvert 6 minutes.
10. Sortir le foie gras et mettre dans de la glace au réfrigérateur pendant 24 heures jusqu'à durcissement.



Accords mets & vins

Carthagène



Domaine de la Bouysse

Retrouvez l'intégralité de la recette sur www.clubtableetvin-aude.com





Restaurant La Cranquette Gruissan

Fraises gratinées au Sabayon Muscat / Sureau

Pour 4 personnes

1. Faire bouillir et réduire de moitié 60 cl de Muscat. Laisser refroidir.
2. Incorporer le sirop de Sureau, 75 g de sucre, 4 jaunes d'œuf et faire cuire à 70° durant 1/2 heure sans cesser de fouetter. Laisser refroidir.
3. Laver et découper 200 g de fraises, les partager dans 4 ramequins, les napper de Sabayon et faire gratiner au four avant de servir.



Accords mets & vins

La Clape - AOC :
Coteaux du Languedoc 2007
Château d'Anglès



Retrouvez l'intégralité de la recette sur www.clubtableetvin-aude.com





Restaurant Grand Hôtel Moderne et Pigeon



Limoux

Gâteau d'agneau Cathare au foie gras

Pour 6 personnes

1. La veille mettre 1 kg d'épaule d'agneau dans 0,75 l de Muscat.
2. **Confection du jus** : faire sauter à l'huile d'olive (2 cuillerées) les parures de viandes, les os et le bouquet garni, la carotte et l'oignon haché grossièrement.
3. Le lendemain, égoutter l'agneau, l'essuyer et le faire colorer légèrement 1 minute sur chaque face, dans de l'huile d'olive (2 cuillerées).
4. Etaler 500 g de pâte feuilletée, placer dessus 450 g d'escalopes de foie gras sur toute la longueur et recouvrir celles-ci de l'agneau afin que le foie gras soit bien couvert.
5. Remettre au frais avant cuisson et cuire à 210° thermostat 7 ou 8 durant 35 à 40 mn, sortir du four et réchauffer à four moyen 15 mn avant de servir.
6. Servir le jus au foie gras en saucière à côté ou autour du plat, à la dernière minute, afin qu'il ne détrempe pas la pâte.



Accords mets & vins

Minervois - AOC :

Cuvée Jardin Secret



Domaine de la Tour Boisée

Retrouvez l'intégralité de la recette sur www.clubtableetvin-aude.com





Restaurant La Cranquette Gruissan

Joue de porc confite au Bourboulenc et épices douces

Pour 4 personnes

1. Faire cuire à feu doux 8 joues de porc avec 4 cuil. de sucre, 3 cuil. de thym, 2 cuil. de coriandre, 1 zeste blanchi et 1/4 de litre de jus d'orange (sans couvrir, ni remuer) dans un 1/2 litre de vin blanc (Bourboulenc) et 100 ml d'eau.
2. Lorsque les joues sont très tendres, les réserver.
3. Filtrer la sauce et la faire réduire. Lier la sauce avec le fond de veau et la fécule de pomme de terre (2 min).
4. Avant de servir, réchauffer les joues dans la sauce.
5. Servir avec des feuilles de rouquettes et de la ciboulette.



Accords mets & vins

La Clape - AOC :
Réserve blanc
Mas du Soleilla

Retrouvez l'intégralité de la recette sur www.clubtableetvin-aude.com





Restaurant Au Comte Roger Carcassonne



Méli Mélo de légumes frais sur un sablé de parmesan

Pour 4 personnes

1. **Sablé au parmesan** : mélanger 150 g de beurre et 150 g de farine. Faire une fontaine, ajouter 30 g de parmesan et le jaune d'œuf. Laisser reposer. Etaler et former des disques à votre convenance.
2. **Choisir 7 légumes différents** : tomate, pois chiches, artichauts, olives noires poivron, courgette, haricot vert, fenouil.... Les cuire séparément de façon traditionnelle.
3. **Préparation de la sauce betterave** : prendre une betterave cuite épluchée ; la mixer avec un trait de jus de citron, sel, poivre, huile d'olive jusqu'à ce que l'appareil devienne lisse. Réserver.
4. **Préparation de la sauce basilic** : mixer les feuilles de basilic avec l'huile d'olive, sel et poivre. Cuire les sablés à 180 ° 8 à 10 minutes.
5. **Dressage** : mélanger tous les légumes, assaisonner à votre convenance. Les réchauffer et les déposer sur les sablés. Décorer avec la sauce betterave et la sauce basilic.



Accords mets & vins

Vin de Pays d'Oc :

Rosé de Cinsault 2008



Domaine de l'Herbe Sainte

Retrouvez l'intégralité de la recette sur www.clubtableetvin-aude.com





Restaurant L'Olivier La Bastide Cabezac à Bize

Pigeon en croûte de feuilletage foie gras et morilles, champignons poêlés et jus corse

Pour 4 personnes

1. Emincer finement 300 g de chou. Faire revenir 60 g de poitrine fumée coupée en dés dans un faitout, ajouter le chou, 40 g de beurre, cuire doucement.
2. Désosser 2 pigeons et mettre à part les filets et les cuisses en ôtant toutes les peaux.
3. Pour la sauce, faire revenir les carcasses des pigeons, bien colorer. Ajouter 2 gousses d'ail, l'oignon, la carotte, le vert de poireau, le bouquet garni, cuire 5 mn. Dégraisser, mouiller avec 1,5 l d'eau froide. Saler et poivrer. Laisser cuire doucement pendant deux bonnes heures.
4. Faire revenir 8 morilles émincées dans 50g de beurre, ajouter la persillade. Poser sur une plaque un rond de feuilletage de 10 cm de diamètre, un filet de pigeon, assaisonner.
5. Ajouter les morilles, 120 g de foie gras, assaisonner. Poser une cuisse désossée, assaisonner. Terminer par du chou. Refermer la pâte sur elle-même comme une boule, souder, puis dorer au jaune d'oeuf.
6. Cuire à four chaud à 180 °C pendant environ 12 à 15 minutes.



Accords mets & vins

Minervois - AOC :



Cuvée Belvèze 2005



Château de Cabezac

Retrouvez l'intégralité de la recette sur www.clubtableetvin-aude.com





Restaurant Grand Hôtel Moderne et Pigeon



Limoux

Velouté glacé d'huîtres de Gruissan

Pour 4 personnes

1. Mixer au blinder 16 huîtres, 1 échalote, 20 cl de crème liquide, 1/2 jus de citron et des fines herbes entre 20 et 40 secondes afin d'obtenir le velouté glacé plus ou moins liquide et en faisant disparaître les morceaux.
2. Verser dans quatre verres à pied style flûte afin de pouvoir boire rapidement ce délicieux cocktail au moyen d'une grosse paille, (ou conservez-le au maximum un quart d'heure au réfrigérateur).
3. Servir avec une purée de céleri rave à l'huile d'olive de Bize-Minervois qui emmènera un magnifique contraste en bouche.



Accords mets & vins

Corbières - AOC :



Cuvée Serres-Mazard Blanc



Domaine Serres-Mazard

Retrouvez l'intégralité de la recette sur www.clubtableetvin-aude.com





Restaurant Au petit Comptoir

Narbonne

Rôti de lotte à la Gruissanaise

Pour 4 personnes

1. **Préparer 1 kg de lotte** : retirer la peau, lever les deux filets, portionner.
2. **Préparer la garniture "Gruissanaise"** : lever les suprêmes d'1 citron, lever la peau de 2 tomates et les découper en petits dés, ciseler l'oignon, piquer la lotte avec 4 anchois.
3. Marquer les morceaux de lotte à la poêle et terminer la cuisson au four.
4. Avant de servir, faire revenir la garniture et napper la lotte.



Accords mets & vins

La Clape - AOC

Château des Karantes Blanc 2008

Domaine des Karantes

Retrouvez l'intégralité de la recette sur www.clubtableetvin-aude.com

