

Écrit par le 1 avril 2025

Entrepreneurs Terre de Provence : un rendez-vous autour de la RSE à Baumanière



Le jeudi 27 mars, le [Club des Entrepreneurs Terre de Provence](#) organise la soirée thématique 'La RSE : Levier d'un développement économique durable' au Mas de Baumanière aux Baux-de-Provence.

Le Club des Entrepreneurs Terre de Provence organise un rendez-vous alliant réflexion et prestige lors d'un moment thématique dédié à la Responsabilité Sociétale des Entreprises (RSE) dans le cadre idyllique du Mas de Baumanière.

L'événement sera scindé en deux moments phares. Un premier temps avec une conférence inspirante qui explorera les enjeux de la RSE et de la transition énergétique, avec notamment le témoignage de [Marie-Noëlie Charial](#), responsable RSE de [Baumanière](#), mais aussi celui d'[Etienne Laffaire](#), président de [Provence Écotransition](#), qui présentera son rôle d'accompagnement des entreprises pour la transition écologique et sociale. [Loïc Chovelon](#), président du [Comité régional de Tourisme PACA](#), et [Nicolas Guyot](#), gérant exploitant de l'[Hôtel Carré Vieux Port](#) à Marseille, interviendront également lors de cette soirée. Un second temps sera consacré au networking autour de la cuisine de Michel Hulin, chef étoilé du restaurant la Cabro d'Or de Baumanière.

Ecrit par le 1 avril 2025

Réservation en ligne (80€ pour les non adhérents, 40€ pour les adhérents) – Fermeture de la billetterie ce vendredi 21 mars.

Jeudi 27 mars. De 16h à 22h30. Mas de Baumanière. Les Baux-de-Provence.



Journée Thématique
“La RSE : Levier d'un développement économique durable”
+ Cocktail dinatoire à la Cabro d'or

BAUMANIÈRE
LES BAUX DE PROVENCE

Jeudi 27 mars à 16h
MAS DE BAUMANIÈRE 13520 Les Baux-de-Provence

ENTREPRENEURS
TERRE DE PROVENCE

RSE

(Vidéo) Carrières de Lumières, Monet et Rousseau se partagent la cathédrale minérale

Ecrit par le 1 avril 2025



L'exposition consacrée à Claude Monet, nous transporte de la Normandie aux rives méditerranéennes, avec des étapes marquantes à Londres et Giverny, lieux qui ont profondément influencé l'art du peintre. La dernière création des [Carrières des Lumières](#) nous emmène, pour son programme court, sur les premiers pas de l'art naïf en France. Onirique, parfois enfantine, cette nouvelle approche de la peinture s'incarne dans les œuvres d'Henri Rousseau, tandis que Monet s'invite pour le programme long.

Claude Monet, créateur de l'impressionnisme. Ce voyage immersif met l'accent sur les techniques novatrices de l'artiste : son amour du plein air a transformé sa manière de capturer les nuances de lumière et les paysages changeants. Les célèbres reflets de la Seine ou les falaises de la Manche prennent une nouvelle dimension au cœur des Carrières des Lumières.

Sur les traces de Claude Monet

L'exposition immersive rend également hommage aux sources d'inspiration de Claude Monet. En particulier, l'influence des estampes japonaises, qu'il collectionnait avec passion, et qui a nourri ses compositions et ses perspectives audacieuses. De plus, la photographie, en plein essor à l'époque, inspire Monet qui fige l'instant tout en saisissant l'atmosphère unique de chaque scène, préfigurant ainsi le langage visuel du cinéma. La rétrospective met également en lumière le jardin de Giverny, que Claude Monet considérait comme un véritable laboratoire d'expérimentations artistiques. Dans cet espace façonné par le peintre, chaque plante, chaque étang était pensé pour alimenter sa créativité.

Direction artistique : Nicolas Charlin / Mise en scène et animation : Cutback / Supervision musicale et

Ecrit par le 1 avril 2025

mixage : Start-Rec / Production : Culturespaces Studio®



Oeuvres de Claude Monet Copyright Carrières de Lumières

En savoir plus

Oscar-Claude Monet (14/11/1840 à Paris et décédé le 5/12/1926 à l'âge de 86 ans à Giverny) est l'un des peintres fondateurs de l'impressionnisme. Amoureux du plein air et des couleurs, il est l'artiste qui s'extrait de la tradition pour un style plus novateur, où les formes s'émanent pour plus de mouvements, le flou capturant l'ambiance : le jeu de reflets entre le ciel et l'eau, la vapeur et les nuages. Il est fasciné par les jeux de lumière, notamment sur les édifices comme la cathédrale de Rouen. Jeune-homme, il préfère la forêt de Fontainebleau aux ateliers de Charles Gleyre et d'Auguste Renoir qu'il y rencontre, tandis que même Zola le remarque. Alors qu'il fuit la guerre franco-prussienne en partant à Londres, il y découvre les œuvres de William Turner. Mais le peintre peine à vivre de son art. En 1890 le marchand d'art Durand-Ruel exporte sa peinture aux Etats-Unis, lui permettant enfin de vivre plus

Ecrit par le 1 avril 2025

confortablement et d'acheter sa demeure à Giverny dont le jardin sera la source de son inspiration. Tout comme Renoir, Degas et Pissarro ses amis peintres qui explorent avec lui l'impressionnisme, Claude Monet aura nourri une solide amitié avec le Tigre, Georges Clémenceau. Ils s'étaient connus dans leur jeunesse sous le second empire, avant de se retrouver plusieurs décennies plus tard. Alors que Monet s'en est allé, Georges Clémenceau inaugurerait le 17 mai 1927, les salles des Nymphéas au musée de l'Orangerie. Claude Monet en avait fait don à l'Etat pour commémorer la victoire française. Sources Wikipedia et Beaux Arts.

Programme court

Plongez dans l'univers singulier d'Henri Rousseau, avec le programme court, aux Carrières des Lumières. À travers des œuvres vibrantes et oniriques, cette rétrospective nous invite à explorer l'univers de ce peintre autodidacte, dont l'imaginaire a su capturer les couleurs des paysages exotiques et la poésie d'un Paris industriel. Les jungles et les animaux sauvages prennent vie sous vos yeux, dans un hommage à l'audace créative de l'artiste surnommé le Douanier.



Œuvres du Douanier Rousseau Copyright Les carrières de Lumières

En savoir plus sur Henri Rousseau

Celui que l'on considère comme le peintre de l'art naïf, Henri Rousseau, est né le 21 mai 1844 à Laval décédé le 2 septembre 1910 à Paris à 66 ans. C'est parce qu'il travaille à l'octroi, où il contrôle les entrées

Écrit par le 1 avril 2025

des boissons alcoolisées à Paris, en tant que commis de 2e classe, qu'il est surnommé le Douanier Rousseau. Autodidacte et pionnier de l'art naïf, il est raillé par ses contemporains mais admiré par les avant-gardistes comme Delaunay, Apollinaire, Picasso et Kandinsky. Son inspiration ? La végétation luxuriante et les animaux exotiques qu'il va longuement observer dans les serres et à la Ménagerie du jardin des plantes de Paris. Comme Monet, c'est un amoureux des couleurs qui s'affranchit de tout académisme et des lois de la perspective. Henri Rousseau nous transporte au royaume d'une majestueuse faune et flore.

Sources Wikipedia et Claudine Colin Communication.

Une faille dans le temps nous transporte dans un Paris fin XIXe siècle,

en pleine industrialisation, peuplé de figures figées et de dirigeables flottant dans le ciel. Bien que son style naïf et ses perspectives peu conventionnelles aient d'abord été moqués, Rousseau gagna le respect de figures avant-gardistes comme Picasso, Delaunay et Kandinsky, qui admirent son regard poétique et sa vision moderniste. Dans les jungles imaginaires et les paysages exotiques de Rousseau, les tigres, les plantes luxuriantes et les couleurs vives célèbrent l'évasion.

Direction artistique : Virginie Martin / Conception et réalisation : Cutback / Supervision musicale et mixage : Start-Rec / Production : Culturespaces Studio®

Les infos pratiques

Les Carrières de Lumières aux baux de Provence. Janvier, février, novembre, décembre : 10h à 18h ; Mars : 9h30 à 18h ; Avril, mai, juin, septembre, octobre : 9h30 à 19h ; Juillet et août : 9h à 19h30. Dernière entrée 1 heure avant la fermeture. Route des Carrières. 13520 Les Baux-de-Provence

Tarifs

Adultes : 16,50€ | Seniors (+65 ans) : 15,50€ ; Enfants (-7 ans) : gratuit | Jeunes (7 à 17 ans) : 13€ ; Réduits (jeunes 18 à 25 ans, étudiants, demandeurs d'emploi) : 14€ ; Famille (2 adultes et 2 enfants) : 46€ (soit 2ème enfant gratuit) ; Groupes (+ 20 personnes) : 14€ ; Groupes scolaires (+ 20 personnes) : 9€ ; Pass Baux-de-Provence ; (Billet combiné Carrières des Lumières + Château des Baux) ; Adultes : 21€ | Séniors (+65 ans) : 19,50€ ; Enfants (-7 ans) : gratuit | Jeunes (7 à 17 ans) : 16€ ; Réduits (étudiants 18 à 25 ans, demandeurs d'emploi) : 17,50€ ; Famille (2 adultes et 2 enfants) : 58€ ; Groupes (+ 20 personnes) : 16,50€ ; Groupes scolaires (+ 20 personnes) : 11€ ; Demi-tarif au musée Yves Brayer sur présentation du billet Pass Baux-de-Provence.

Brandon Dehan et Justine Berger vous

Ecrit par le 1 avril 2025

accueillent à Baumanière pour une dégustation gourmande



La [Chocolaterie Baumanière](#), située aux Baux-de-Provence, ouvre ses portes au public les week-ends du 14 et 15 décembre et du 21 et 22 décembre. [Brandon Dehan](#), le chef pâtissier de l'Oustau de Baumanière et [Justine Berger](#), la cheffe chocolatière, feront découvrir ce lieu de gourmandises.

Chocolats chauds et douceurs de Noël seront proposés. Ce sera également l'occasion de découvrir les créations des deux chefs, à savoir des chocolats intemporels et gourmands, ainsi que la bûche puzzle créée par Brandon Dehan pour les fêtes de fin d'année 2024.

[Pour les fêtes de fin d'année, Baumanière crée une bûche puzzle](#)

Pour les fêtes de fin d'année, Baumanière crée une bûche puzzle



À l'approche des fêtes de fin d'année, la [Chocolaterie Baumanière](#), située aux Baux-de-Provence, dévoile sa bûche de Noël inspirée des puzzles en bois.

Pour rendre votre repas de Noël encore plus gourmand et peut-être aussi pour vous replonger en enfance, le pâtissier [Brandon Dehan](#) a élaboré une bûche aux allures de puzzle en bois à partager en famille.

Cette pâtisserie est composée d'un croustillant à la cacahuète, d'un biscuit au chocolat, d'un crémeux chocolat, d'un praliné cacahuète, et d'une mousse caramel vanille fève de tonka. « Chaque pièce à

Ecrit par le 1 avril 2025

assembler est une promesse de douceur et de gourmandise, où se mêlent créativité et plaisir partagé », déclare la Chocolaterie.

La bûche est une édition limitée dont le prix est fixé à 100€. Il est possible de la commander directement à la Chocolaterie Baumanière ou [sur le site internet](#) avant le vendredi 20 décembre, et de la retirer sur place les lundi 23, mardi 24 et mercredi 25 décembre au matin.

Ecrit par le 1 avril 2025



Ecrit par le 1 avril 2025



©Baumanière

La recette de saint-honoré du chef Michel Hulin



Michel Hulin est le chef du restaurant [La Cabro d'Or](#) de Baumanière, aux Baux-de-Provence. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de saint-honoré.

Pâte feuilletée :

- 500g de farine
- 250g d'eau
- 9g de fleur de sel Camargue
- 70g de beurre doux (température ambiante)
- 1/2 gousse de vanille
- 300g de beurre de tourage (un beurre AOP Poitou-Charentes donnera un excellent résultat)

Ecrit par le 1 avril 2025

Mettre tous les ingrédients en cuve (sauf le beurre de tourage) et travailler au crochet jusqu'à ce que la pâte se décroche de la cuve, laisser la détrempe que vous avez préalablement boullée reposer 30min à température ambiante.

Préparer votre beurre de tourage puis votre détrempe et effectuer 3 tours doubles. Il faut que votre beurre et votre détrempe soient à la même consistance et même température pour effectuer votre premier tour double.

Pour la cuisson, déposer un disque de pâte feuilletée (abaissé à 3mm) sur l'envers d'un moule rond en silicone 17cm diamètre, il vous faudra un second moule 2 cm plus large, bien graissé pour déposer sur le disque de pâte feuilletée (pour faire notre corbeille en pâte feuilletée).

Cuire 30min à 190°C, puis 10min à 160°C.

Pâte à choux :

- 125g de lait
- 125g d'eau
- 100g de beurre
- 3g de fleur de sel de Camargue
- 6g de cassonade
- 150g de farine blanche t55 tamisée
- 250g d'œufs

Pour préparer la panade, faire bouillir l'eau et le lait avec le beurre, la fleur de sel et le sucre. Retirer la casserole du feu et verser la farine tamisée en une seule fois. Mélanger rapidement, puis dessécher légèrement en la travaillant sur feu moyen jusqu'à ce qu'elle se détache des parois.

Mettre en cuve et à l'aide de la feuille de votre robot en vitesse 2 pour réduire la température de la panade avant d'y incorporer les œufs battus petit à petit en travaillant chaque fois la préparation en vitesse 3.

La pâte à choux terminée doit faire un ruban bien lisse main non liquide.

Verser la pâte dans une poche à douille, munie d'une douille lisse n°12 pocher des petits choux de 2 cm de diamètre sur silpain bien graissé.

Graisser les choux plaqués et saupoudrer de sucre glace, placer au congélateur 30 min.

Pour la cuisson, préchauffer le four à 240°C. Enfourner d'abord les choux durant 20 min four éteint puis cuire à 160°C 15 min four allumé (ne pas ouvrir le four).

Les noix de pécan :

- 600g de noix de pécan torréfiées (au four 15min à 150°C), garder 100g de noix de pécan torréfiées pour placer à l'intérieur des choux, du Saint-honoré et en décoration.
- Praliné pécan
- 500g de noix de pécan torréfiées
- 250g de sucre
- 80g d'eau
- 8g de fleur de sel

Ecrit par le 1 avril 2025

Cuire le sucre avec l'eau à 110°C. Ajouter les noix de pécan torréfiées et le sel. Mélanger et déposer sur silpain, laisser refroidir.

Mixer jusqu'à l'obtention d'un praliné, dans un robot coupe c'est l'idéal, sinon dans un robot mixer ménager, il faudra mixer une petite quantité à la fois.

Crème pâtissière et crème diplomate au mélilot :

- 1000g de lait entier
- 160g de miel de forêt + 60g de sucre
- 160g de jaunes d'œufs
- 80g de maïzena
- 60g de mélilot
- 14g de gélatine
- 550g de crème montée pour la diplomate
- 1 gousse de vanille épuisée (la gousse utilisée pour la pâte feuilletée)

Porter le lait à ébullition avec la gousse de vanille fendue et ajouter le mélilot, laisser infuser 9min puis chinoiser en appuyant bien sur le mélilot pour extraire le maximum d'infusion. Rectifier la pesée de lait.

Battre dans un cul de poule les jaunes d'œufs avec le sucre et le miel, ajouter la maïzena, fouetter et verser 1/3 du lait chaud sur les jaunes. Délayer l'ensemble puis verser les jaunes blanchis avec le lait dans le restant du lait chaud. Remettre sur le feu et porter à ébullition sans cesser de mélanger.

La crème pâtissière va épaissir, à la fin de cuisson ajouter la gélatine essorée, filmer contact et réserver au frais (pour redescendre la température assez rapidement).

Une fois la pâtissière refroidie à 37°C, lisser rapidement 450g d'appareil et mélanger délicatement à la crème montée, mettre en poche avec une douille saint-honoré, réserver au frais jusqu'au montage.

Caramel :

- 500g de sucre
- 175g d'eau
- 75g de sirop de glucose

Réaliser un caramel 157°C. Tremper les choux et les disposer dans un moule 1/2 sphères en silicone.

Montage et finition :

Garnir les petits choux de crème pâtissière lissée puis de praliné pécan, terminer par une 1/2 pécan torréfiée à l'intérieur.

Récupérer la corbeille en pâte feuilletée et garnir l'intérieur de crème pâtissière au mélilot, de praliné pécan et terminer par les noix de pécan torréfiées légèrement concassées, finir par la diplomate, lisser. Mettre les petits choux sur le contour de la corbeille et pocher une rosace à la douille saint-honoré. Décorer et déguster sans attendre.

Ecrit par le 1 avril 2025



DR

Baux-de-Provence : une formation sur le management à Baumanière

Ecrit par le 1 avril 2025



[Celou Conseil](#), agence spécialisée dans l'externalisation des services pour les professionnels basée à Mollégès, organise l'atelier 'Manager efficacement : stratégies et compétences clés' au sein de l'établissement [Baumanière](#) aux Baux-de-Provence le jeudi 12 décembre.

Cette formation, dédiée au développement des compétences managériales, au partage d'expériences et à la motivation des équipes, et organisée en partenariat avec l'organisme de formation [ACE Concept](#), sera animée par [Jérôme Tron](#), dirigeant de Celou Conseil.

La journée se fera dans le salon Louis XV du Mas de Baumanière. Jean-André Charial, propriétaire de l'établissement, sera présent et évoquera sa relation avec Glenn Viel, célèbre chef 3 étoiles au Guide Michelin. Les participants pourront profiter d'un accueil café et petit déjeuner ainsi qu'un déjeuner au restaurant la Cabro d'Or avec un menu en 4 services, boissons comprises.

Ecrit par le 1 avril 2025



DR

La formation est au prix de 500€. La journée peut être prise en charge par le budget formation. Inscription (avant le samedi 30 novembre) auprès de Jérôme Tron au 06 62 68 24 63 ou par mail à l'adresse jerome.tron@celouconseil.fr

Jeudi 12 décembre. De 9h à 17h. Mas de Baumanière. Les Baux-de-Provence.

La recette de dessert de framboises du chef pâtissier Brandon Dehan

Ecrit par le 1 avril 2025



Brandon Dehan est le chef pâtissier du restaurant gastronomique l'[Oustau de Baumanière](#) au Baux-de-Provence. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de dessert de framboises fraîches et déshydratées avec gel à l'aneth et noix de coco givrée.

Jus framboise : (90°C/30min)

- 1000g Framboises surgelées
- 80g Sucre

Mettre les framboises et le sucre sous vide puis cuire au four vapeur 30 minutes à 90°C, refroidir, filtrer et réserver.

Réduction framboise :

- 400g Jus framboise réduit à 180g

Mettre le jus dans une casserole, et réduire jusqu'à 180g, refroidir et réserver.

Gel framboise / aneth :

- 1000g Jus framboise
- 15g Agar-Agar
- 50g Aneth (à froid)

Ecrit par le 1 avril 2025

Faire bouillir le jus de framboise avec l'agar-agar, refroidir puis mixer avec l'aneth, réserver.

Sauce framboise :

- 30g Jus framboise
- 50g Réduction
- 10g Moutarde de Brive violette

Mélanger tous les ingrédients, et réserver en pipette.

Framboises déshydratées :

- Framboises fraîches

Mettre dans un déshydrateur durant 2 jours à 50°C, sans les toucher pour ne pas les déformer.

Glace coco :

- 567g lait de coco
- 172g purée de coco
- 62,5g poudre de lait entier
- 30g sucre
- 20g trimoline
- 6g stab 2000
- 1g sel fin
- 100g dextrose

Chauffer le lait de coco et la purée à 55°C, ajouter le reste des ingrédients, faire bouillir, refroidir, maturer 12h et turbiner, réserver.

Gavotte : (180°C)

- 810g eau
- 6g sel fin
- 74g beurre
- 180g blanc d'œufs
- 150g sucre glace
- 74g farine T45

Faire bouillir l'eau, le sel et le beurre, verser sur les blancs mélanger la préparation au sucre et à la farine, faire bouillir à nouveaux deux minutes, refroidir.

Étaler finement au peigne, puis cuire 5 minutes à 180°C, sortie du four la disposer sur un moule à tartelette de 10cm de diamètre, repasser 1 minute au four puis presser la gavotte avec un deuxième moule, laisser refroidir, réserver.

Coco cristallisée : (120°C/15min)

- 100g Coco râpée
- 15g Sirop à 30°

Ecrit par le 1 avril 2025

Mélanger l'ensemble puis étaler sur un tapis en silicone, et cuire 15min à 120°C, laisser refroidir et réserver.

Dressage :

Disposer une gavotte au centre de l'assiette, ajouter 6 framboises fraîches farcies avec le gel à l'aneth et 6 framboises déshydratées, quelques gouttes de sauce framboise, des points de gel, et de petites sommités d'aneth dessus, à coté, servir la glace coco dans une demi coco givrée surmontée de coco crispie, servir la réduction en saucière.



©Virginie Ovessian

La recette de lièvre à la royale du chef Michel

Ecrit par le 1 avril 2025

Hulin



Michel Hulin est le chef du restaurant [La Cabro d'Or](#) de Baumanière, aux Baux-de-Provence. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de lièvre à la royale.

Pour 10 personnes :

- 1 lièvre
- 0.2 kg d'oignons en gros dés
- 0.2 kg de carotte en gros dés
- 1 vert de poireau en gros dés
- 1 branche de céleri en dés
- 1 tête d'ail
- poivre en grains
- baies de genièvre
- feuilles de laurier
- thym frais
- 4 l de vin rouge

Ecrit par le 1 avril 2025

- 2 l de fond de veau
- bardes de lard gras

Préparer la marinade avec tous les légumes, les épices, les aromates et le vin rouge.

Désosser entièrement le lièvre (conserver les os et le sang) ok en prenant soin de le laisser en un seul morceau puis le mettre dans la marinade pendant 24 à 48 heures.

Farce :

- 200 gr de gorge
- 150 gr de lard salé
- 150 gr de maigre de veau
- 150 gr de champignons blancs
- 80 gr d'échalotes
- 30 gr de mie de pain au lait
- 7 cl de cognac flambé
- huile de truffe
- 50 gr de truffe hachée
- 2 œufs entiers
- 5 gr de sel
- 2 gr de poivre blanc moulu
- 2 gr de quatre épices
- 1 boudin de foie gras de 400 gr

Passer au hachoir et mélanger tous les ingrédients sauf le boudin de foie gras qui prendra place au milieu du lièvre et de la farce.

Sortir le lièvre de la marinade. Une fois égoutté, le déposer sur les bardes de lard gras. Etaler la farce sur le lièvre et placer le boudin de foie gras au milieu. Replier les bardes de lard de façon à former un boudin puis ficeler avant de mettre en cuisson.

Pour la cuisson, égoutter puis colorer les légumes et les os.

Faire bouillir la marinade et ajouter le fond de veau.

Mettre le lièvre dans une grande plaque à rôtir, couvrir le lièvre de marinade et de garniture. Cuire pendant minimum 8 heures au four à 90 °C.

Laisser refroidir après cuisson pendant 24 h.

Sortir le lièvre de son bain et retirer le lard gras.

Découper des tranches d'environ 1.5 cm et disposer dans une plaque.

Sauce Royale :

Faire bouillir et réduire le jus de cuisson puis incorporer du beurre de foie gras (100 gr de beurre mixé avec 100 gr de foie gras terrine) en petits morceaux, lier également avec le sang du lièvre ou de porc.

Ajouter quelques carrés de chocolat noir, laisser frémir lentement avant de passer au chinois.

Ecrit par le 1 avril 2025



DR

La recette de ris de veau Glenn Viel

Ecrit par le 1 avril 2025



Glenn Viel est le chef du restaurant gastronomique l'[Oustau de Baumanière](#) au Baux-de-Provence. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de ris de veau « boulé » avec sarrasin, carottes 18, purée à froid et jus amer.

Ris de veau :

- Ris de veau 800gr
- Sarrasin torréfié 50gr
- Jus de veau réduit à glacer 50gr

Eplucher les ris de veaux préalablement dégorgés dans l'eau glacée une nuit. Portionner à 180gr dans un tork, les compresser en boule à l'aide d'une ficelle. Les cuire 2h à 63°C dans un bouillon de légumes puis les laisser tirer 1h or du feu. Dans un sautoir, cuire les ris de veaux à l'unilatérale dans un beurre moussant, laqué de jus de veau réduit à l'envoi et enrobé de sarrasin.

Réaliser la carotte 18 déshydraté, réhydraté :

- Carotte fane 20 pièces (8 pour carotte déshydraté / 12 pour jus)

Éplucher les carottes fanes (les carottes doivent peser 30 gr). Réaliser un bouillon avec les pluches de carottes puis les cuire 9 minutes, dans ce même bouillon. Assaisonner les carottes huile d'olive et sel puis les enfourner une fois plaqué à 80°C pendant 12 heures. L'idée est de passer d'une carotte de 30 gr à une carotte de 5 gr.

À l'aide d'une centrifugeuse, réaliser un jus de carotte, puis de réduire de moitié. Dans un sautoir,

Ecrit par le 1 avril 2025

disposer les carottes puis les carottes et laisser cuire à frémissement le temps nécessaire.
À l'envoi, snacker les carottes en pinçant les sucs.

Réaliser la carotène :

- Jus de carotte 2 litres

Réaliser 2 litres de jus de carotte, porté à ébullition puis passer au tork a 2 reprises. Une fois passé et pressé, rectifier l'assaisonnement avec de l'huile d'olive fruité noire, jus de citron, sel, poivre.

Réaliser la sauce :

- Jus de carotte 1 litre
- Pamplemousse 1 pièce

Faire réduire de $\frac{3}{4}$ un 1 litre de jus de carotte. En parallèle, mettre un pamplemousse piqué entier au four à 250°C pendant environ 1h30. Récupérer la pulpe, mixer et tamiser si nécessaire. Incorporer avec parcimonie la pulpe de pamplemousse au jus de carotte réduit, monté avec une noix, de beurre frais, huile d'olive, jus de citron, sel et poivre.

Purée à froid :

- Carotte fane les plus grosses 4 pièces
- Botte de coriandre $\frac{1}{4}$
- Mangue verte $\frac{1}{4}$

Sur un marbre peau de requin, placer au congélateur quelques heures avant (conçue à cet effet). Frotter au préalable la coriandre, la mangue verte puis les carottes jusqu'à l'obtention d'une purée.

Ecrit par le 1 avril 2025



©Virginie Ovessian