

Ecrit par le 3 avril 2025

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



Écrit par le 3 avril 2025

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 3 avril 2025



Ecrit par le 3 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 3 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 3 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 3 avril 2025



DR

## **Le MIN de Châteaurenard quitte son site vieillot du centre-ville pour la Zone des Iscles**



Ecrit par le 3 avril 2025



« Depuis 3 ans, sur une friche industrielle de 7 hectares, nous avons dépollué, recyclé et requalifié un site qui occupe désormais 13 500 m<sup>2</sup> de plancher », précise lors de l'inauguration, ce mardi 26 novembre, [Jérémy Becciu](#), l'heureux directeur de ce 'Pôle Logistique - [MIN Châteaurenard](#) - Mobilité Décarbonée' qui trône en pleine campagne.

En présence du Président de la Région Sud Provence-Alpes-Côte d'Azur, [Renaud Muselier](#) (qui a fait un chèque de 5M€), de la Présidente du Conseil Départemental des Bouches-du-Rhône, [Martine Vassal](#) (qui a déboursé 10M€), de la sous-préfète d'Arles [Cécile Lenglet](#) (650 000€), et du maire [Marcel Martel](#) qu'il remercie, le directeur ajoute : « Du champ au marché, de la graine à l'assiette, c'est notre ADN, celui de ce pôle agro-alimentaire de tous nos fruits et légumes frais, secs et surgelés. » En tout, ce Pôle a coûté 33M€ cofinancés également par le [Crédit Agricole Alpes-Provence](#) (représenté par son président [Franck Alexandre](#)) et la [Banque des Territoires](#).

Cette plateforme accompagnera le transport de demain en passant à une mobilité décarbonée des marchandises. « Le taux de remplissage est de 92%, nous avons 148 salariés et dès l'année prochaine, ils seront 200 chauffeurs, livreurs, préparateurs de commandes, manutentionnaires, caristes, gestionnaires de stocks et de chargements, commerciaux », précise Jérémy Brecciu.

Sur un seul site, sont concentrés des bâtiments neufs, lumineux, fonctionnels de béton-verre-acier pour 9 entreprises de transports, des parkings pour 148 poids-lourds et 222 véhicules du personnel, avec 17 bornes de recharge électrique, un groupe de production de froid mutualisé pour autant de quais et cellules logistiques accessibles aux personnes à mobilité réduite avec, côté esthétique, un code couleur éclatant.

Ecrit par le 3 avril 2025

Cet outil du XXI<sup>e</sup> regroupe le flux des marchandises, réduit le nombre de camions sur les routes, limite les nuisances sonores, les vibrations des poids-lourds, les embouteillages et le rejet de gaz polluants dans l'atmosphère. Les chauffeurs disposent d'un vestiaire, de douches, les salariés d'un restaurant d'entreprise. « Entre les étals des producteurs, des paysans, des grossistes, des détaillants et les camions frigorifiques, il y a à peine quelques mètres, tout se passe sur le même lieu, on économise entre 20 et 30% de carburants et il n'y a pas de rupture de la chaîne du froid. D'ici 2030, la plupart des véhicules seront électriques, donc zéro décibel, pas de bruit sur les quais et dans les hangars. Et notre mue n'est pas terminée », insiste Jérémie Brecciu.



Ecrit par le 3 avril 2025



©MIN de Châteaurenard

Marcel Martel, le maire de Châteaurenard, rappelle que c'est grâce à l'arrivée du chemin de fer, à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, que Châteaurenard a connu un essor économique exceptionnel en livrant à Paris les fruits et légumes ramassés la veille en Provence. Il a aussi salué ce nouveau site couronné du label 'BDM' (Bâtiment durable méditerranéen - Bronze), à haute performance énergétique qui ajoute à l'attractivité de sa commune.

Martine Vassal, la présidente de l'exécutif des Bouches-du-Rhône et de la Métropole d'Aix-Marseille-Provence qui était venue, dès 2016, sur l'ancien carreau du MIN au cœur de Châteaurenard le reconnaît : « Il était dans un triste état, mais les salariés qui y travaillaient avaient une sacrée volonté ! Du coup, j'ai décidé de les aider, de soutenir ce projet de modernisation. Et j'ai tenu parole. Il ne faut pas oublier que c'est le plus grand marché de fruits et légumes de France, après Rungis. Et surtout, Ici, c'est priorité aux circuits courts. Et dans la crise que traversent nos paysans, je voudrais leur dire que je les comprends. Il est honteux qu'ils ne vivent pas du fruit de leur travail. Et s'il le faut, je suis prête à grimper en haut des barricades avec eux pour les soutenir dans leur juste combat. »

Place à Renaud Muselier, le patron de la Région Sud. « Nous avons chez nous tout un réseau de MIN à Marseille (Les Arnavaux), Avignon, Cavaillon, Nice et Châteaurenard. Il représente 1,2Md€ de chiffre d'affaires, 10% des MIN de France, 682 000 tonnes de marchandises, 11% du flux régional annuel. Le

Ecrit par le 3 avril 2025

président évoque alors la figure tutélaire du Châteaurenardais Léon Vachet, député RPR pendant près de 20 ans (1988-2007) et surtout éternel défenseur des paysans, « dont l'unique ambition était de développer sa ville. Il serait content aujourd'hui de voir ce pôle. »

Renaud Muselier évoque alors son programme 'Une Cop d'avance' avec son 'Plan climat', son souci de décarboner, de préserver la biodiversité, de préserver la qualité de l'air et donc de vie de ses habitants et d'avoir une énergie diversifiée entre véhicules électriques, panneaux photovoltaïques, éolien flottant et sites nucléaires. Il a aussi parlé du déficit record que subit la France. « Comment des hauts fonctionnaires de Bercy qui ont Bac + 20 ont-ils pu laisser filer la dette de 60Md€ entre mars et juin 2024 ? Pour nous, ça représente un régime minceur de -112M€. Je ne vais pas fermer de lycées, ni réduire le réseau de transports Zou ni le budget alloué à l'agriculture. Je maintiendrai l'enveloppe de 26,8M€ sans parler des 63M€ du FEADER (Fonds européen agricole pour le développement rural) pour 2025. »

Ecrit par le 3 avril 2025



Renaud Muselier et Martine Vassal lors de l'inauguration. ©Andrée Brunetti / L'Echo du Mardi

Il faut savoir qu'après cette 1<sup>re</sup> étape, le programme du Pôle Logistique va s'enrichir dans quelques mois d'un nouveau carreau des producteurs avec des entrepôts adaptés aux attentes environnementales des consommateurs. Il sera, lui aussi, le moteur de la transition énergétique avec une « Centrale de production photovoltaïque » de 4,2GW pour valoriser les produits locaux et bio et apporter une valeur

Ecrit par le 3 avril 2025

ajoutée à ce territoire. D'autant plus qu'il a été édifié sur un terrain abandonné, une ancienne friche industrielle, donc sans grignoter un seul mètre carré agricole.

Contact : 06 20 76 38 59

## Grande collecte solidaire de jouets : 5 points de collecte en Vaucluse



Les éco-organismes [ecosystem](#) et [Ecomaison](#) organisent une grande collecte de jouets d'occasion sur tout le territoire français du samedi 16 novembre au lundi 9 décembre. Sur les 700 points de collecte, cinq seront placés en Vaucluse. Il y en aura également chez nos voisins

Ecrit par le 3 avril 2025

## **gardois et bucco-rhodaniens.**

L'opération 'Laisse Parler ton Cœur', organisée chaque année depuis 15 ans à l'occasion de la Semaine Européenne de la Réduction des Déchets qui a lieu du 16 au 24 novembre, permet de donner une seconde vie aux jouets. L'occasion pour les Français de vider leur placard, mais aussi de faire une bonne action à l'approche de Noël. Les précédentes éditions ont permis de collecter plus de 18 650 hottes soit l'équivalent de 292 tonnes de jeux et jouets.

Tous les jouets inutilisés sont acceptés, qu'ils soient électriques, électroniques, en bois, de construction, de société, ou en tissu. Cela peut également être des puzzles, des poupées, des déguisements, ou autre. Les dons seront confiés à 90 associations caritatives comme la Croix Rouge, Emmaüs, les Restos du Cœur, le Secours Catholique, le Secours Populaire et bien d'autres, qui vont les trier, compléter, tester, nettoyer et les remettre en état afin de les offrir à des familles modestes ou de les revendre à prix solidaires.

## **Les points de collecte en Vaucluse**

En Vaucluse, cinq points de collecte permettront de déposer des jouets du samedi 16 au samedi 30 novembre :

- Déchetterie du Puit des Gavottes (Chemin Dorio, Cavaillon) de 9h à 12h et de 14h à 17h.
- Siège social de Luberon Monts de Vaucluse (315 Avenue Saint Baldou, Cavaillon) de 9h à 12h et de 14h à 17h
- Maison de la petite enfance (191 Allée Roch Pape, Cavaillon) de 9h à 12h et de 14h à 17h.
- Déchetterie de Lauris (Ancienne Route de Puget, Lauris) de 9h à 12h et de 14h à 17h.
- Déchetterie e Vaugines (RD45, La grande Garrigue, Vaugines) de 9h à 12h et de 14h à 17h.

## **Les points de collecte dans les Bouches-du-Rhône et le Gard**

Des points de collecte seront aussi installés dans les départements voisins, notamment dans les Bouches-du-Rhône du mardi 19 novembre au dimanche 8 décembre :

- Communauté de Communes Vallée des Baux - Alpilles (23 Avenue des Joncades Basses, Saint-Rémy-de-Provence).
- Médiathèque de Tarascon (26 Boulevard Gambetta, Tarascon).

Et dans le Gard :

Ecrit par le 3 avril 2025

- Déchèterie d'Aramon (Chemin des plaines, lieu dit Beauvallon, Aramon) du samedi 16 au dimanche 24 novembre.
- Sud Rhône Environnement (360 Avenue Pierre et Marie Curie, Beaucaire) du mardi 19 novembre au dimanche 8 décembre.
- Mairie de Domazan (2 avenue du miougraniers, Domazan) du samedi 16 au dimanche 24 novembre.
- Déchèterie des Angles (Chemin du Pigonelier, Les Angles) du samedi 16 au dimanche 24 novembre.
- Point info déchets (8 Rue Régale, Nîmes) du samedi 16 au dimanche 24 novembre (du lundi au samedi de 10h à 15h).
- Boutique Tango (13 Rue Régale, Nîmes) du samedi 16 au dimanche 24 novembre (du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h30 à 18h, et tous les samedis de 10h à 13h15).
- Carré de l'eau (9A Avenue de la Méditerranée, Nîmes) du samedi 16 au dimanche 24 novembre (les mardis, mercredis et vendredis de 9h à 18h, les jeudis de 9h à 12h, et les samedis de 9h30 à 13h).
- Paloma (250 Chemin de l'aérodrome, Nîmes) du samedi 16 au dimanche 24 novembre (du mardi au vendredi de 9h30 à 13h et de 13h30 à 18h30).
- Sitom Sud Gard (150 Rue Louis Landi, Nîmes) du samedi 16 au dimanche 24 novembre (du lundi au jeudi de 8h à 17h30 et le vendredi de 8h à 17h)
- TANGO - Dépôt (388 Avenue Robert Bompard, Nîmes) du samedi 16 au dimanche 24 novembre (du lundi au samedi de 7h à 20h).
- Némausa (120 Avenue de la Bouvine, Nîmes) du samedi 16 au dimanche 24 novembre (les lundis de 12h à 14h et de 17h à 21h et les mardis de 7h à 9h et de 12h à 14h et de 17h à 21h, les mercredis de 10h à 21h, les jeudis de 12h à 14h et de 17h à 21h, les vendredis de 12h à 14h et de 17h à 21h, les samedis de 9h à 13h et de 14h30 à 18h30, et les dimanches de 9h à 13h et de 14h30 à 18h30).
- Nîmes métropole Le Colisée (3 Rue du Colisée, entrée A, Nîmes) du samedi 16 au dimanche 24 novembre (du lundi au vendredi de 8h à 19h).
- Nîmes métropole Le Colisée (3 Rue du Colisée, entrée B, Nîmes) du samedi 16 au dimanche 24 novembre (du lundi au vendredi de 8h à 19h).
- Nîmes métropole Le Colisée (3 Rue du Colisée, entrée DCTDM, Nîmes) du samedi 16 au dimanche 24 novembre (du lundi au vendredi de 8h à 19h).
- Mairie de Pujaut (Rue de la mairie, Pujaut) du samedi 16 au dimanche 24 novembre.
- Sictomu (21 bis Avenue du Pont du Gard, Remoulins) du mardi 19 novembre au dimanche 8 décembre.
- Mairie de Rochefort du Gard (Impasse du lavoir, Rochefort-du-Gard), du samedi 16 au dimanche 24 novembre.
- Déchèterie de Roquemaure (Zone de l'Aspre, Roquemaure) du samedi 16 au dimanche 24 novembre.
- Siège SMICTOM Rhône Garrigues (160 chemin des sableyes, Villeneuve-lès-Avignon) du samedi 16 au dimanche 24 novembre.



Écrit par le 3 avril 2025

Pour découvrir tous les points de collecte, [cliquez ici](#).

## Saint-Rémy-de-Provence : Adeline Fruneau est la nouvelle responsable RSE de Bconnex

**bconnex**



**Le groupe [Bconnex](#), basé à Saint-Rémy-de-Provence et spécialisé dans les services et solutions IT (Information Technology), fait évoluer son équipe de direction et annonce la nomination d'[Adeline Fruneau](#) en tant que responsable RSE (Responsabilité sociétale des entreprises).**

La nomination d'une nouvelle responsable RSE s'inscrit dans le cadre de la transformation du groupe Bconnex et du lancement de son nouveau plan stratégique de croissance. Adeline Fruneau avait intégré Connexing en 2018, racheté depuis par BetooBe devenu Bconnex, où elle a occupé différents postes, dont celui de Chargée de projet marketing.

Ecrit par le 3 avril 2025

En tant que responsable RSE, Adeline Fruneau devra définir la gouvernance et la stratégie RSE du groupe en auditant les différentes entités du groupe afin de dresser un bilan carbone exhaustif. Elle pourra ensuite proposer des pistes d'amélioration visant à tendre vers une approche zéro carbone. En parallèle, elle engagera des démarches de re-certification et certification auprès d'organismes de référence. Dans ce contexte, un processus de re-certification [B-Corp](#) est lancé pour l'entité [Connexing](#) et une démarche de certification du groupe va être initiée auprès d'[Ecovadis](#), qui donne les moyens aux entreprises d'accélérer leur parcours RSE.

La nouvelle responsable RSE jouera un rôle central pour accompagner le groupe dans sa démarche numérique responsable. « Avoir un impact positif est au cœur de notre stratégie, déclarent [Julien Fournier](#) et [Sébastien Reverdy](#), co-fondateurs de Bconnex. Nous souhaitons constituer une équipe dédiée RSE qui devra définir et mettre en œuvre des projets à impacts aussi bien pour notre organisation que chez nos clients en leur permettant de gérer tout le cycle de vie de leurs flottes mobiles : sourcing, recyclage et seconde vie. Adeline a toute notre confiance pour répondre à ce projet et à ce challenge pour notre groupe. »

---

## Les Passagers du Zinc invite La P'tite Fumée à l'Étoile de Châteaurenard

Ecrit par le 3 avril 2025



### **La P'tite Fumée, LE groupe incontournable de la scène live française**

[La P'tite Fumée](#) a su s'imposer comme un incontournable de la scène live française. Les quatre musiciens proposent un cocktail électro-acoustique explosif à la frontière de la Psytrance et de l'univers Cyberpunk, une joyeuse tempête sonore où le didgeridoo fusionne avec les mélodies hypnotiques de la guitare et de la flûte traversière, sur une fondation rythmique percutante. Chaque spectacle est un rituel festif incandescent, un moment intense de partage avec le public, une véritable invitation au lâcher prise. Préparez-vous à « pousser la machine » !

### **Makoto, électro et son asiatique**

La musique de MAKOTO SAN allie le son de percussions en bambou et autres instruments asiatiques à la musique électronique. Insolite, pur et envoûtant, le timbre des instruments en bambou guide les productions du quatuor. C'est cette vibration des graminées qui donne une couleur si particulière à leurs morceaux. C'est en live qu'on prend la mesure de MAKOTO SAN avec un show oscillant entre la tension ultra-cérémonielle des spectacles de percussions japonaises et le lâché prise dansant du club techno.

**Samedi 9 novembre. 20h30. De 19 à 27€. Salle de l'Etoile. 10 avenue Leo Lagrange. Châteaurenard. 04 90 90 27 79. [www.lespassagers.net](http://www.lespassagers.net)**

## La recette d'épaule d'agneau de Haute-Provence du chef Nicolas Bottero



Nicolas Bottero est le propriétaire et le chef de cuisine du restaurant étoilé [Le Mas Bottero](#), situé à Saint-Cannat, dans les Bouches-du-Rhône. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette d'épaule d'agneau de Haute-Provence confite et croustillante avec choux frisé farci et jus réduit.

### Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 épaule d'agneau de Haute Provence avec os (1.5kg env)
- 100 g carottes
- 100 g oignons
- 1/2 tête d'ail
- 1/2 bq de sauge
- 1 bq d'herbes (thym, romarin, sarriette, laurier)
- 0.3 l de vin blanc

Ecrit par le 3 avril 2025

- 2 l de bouillon de volaille
- 3 œufs
- 300 g de panko (chapelure)
- 1 chou frisé
- 120 g de farce fine de volaille
- 100 g de châtaigne
- 100 g de brunoise de pomme crue
- 15 g de sauge hachée
- Huile, sel, poivre

#### Épaule d'agneau :

Faire colorer les épaules d'agneau dans une cocotte à l'huile. Tailler une grosse garniture aromatique (carotte, oignon, ail, sauge) et faire suer ensemble. Dégraisser et déglacer au vin blanc, réduire de moitié et mouiller au bouillon de volaille.

Cuire à frémissement à couvert pendant 2 heures. Décanter la viande, effiloche et compoter dans le jus de cuisson préalablement réduit (texture nappante). Garder un peu de jus pour l'assiette. Plaquer la viande dans un plat rectangulaire et refroidir. Une fois froid, tailler des bandes de la dimension voulue (pour notre recette 10x3x3 cm).

Battre les œufs et paner 2 fois dans les œufs et le Panko. Colorer côté pané dans une poêle avec une bonne quantité d'huile. Finir la réchauffe à four moyen.

#### Choux farci :

Ébouillanter les premières feuilles de chou et les refroidir directement à l'eau glacée. Tailler les cotes et mettre à égoutter.

Tailler le reste du chou finement et suer à l'huile en assaisonnant dès le départ. Cuire à couvert. Refroidir. Tailler les pommes et les châtaignes cuites en brunoise. Lier à la farce fine de volaille et façonner des cannellonis de chou (10 cm) à l'aide d'un film alimentaire en disposant la feuille de chou blanchie à l'extérieur et en roulant sur elle-même avec la farce chou. Cuire 5 minutes au four vapeur pour cuire la farce de volaille.

#### Dressage :

Disposer le chou farci dans l'assiette avec un trait de purée de châtaigne et rappel des éléments de la farce : brunoise de pomme, feuille de sauge, morceau de châtaigne. Dresser l'agneau en parallèle et verser le jus d'agneau à la sauge.

Ecrit par le 3 avril 2025



DR

## La recette de dessert de framboises du chef pâtissier Brandon Dehan

Ecrit par le 3 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 3 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 nouveau 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 3 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 3 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 3 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 3 avril 2025



DR