

# le **C**arnet des recettes

*Des restaurateurs du Languedoc*

*& les producteurs de la coopérative Origine Cévennes*

*vous proposent des recettes,*

*toutes à base d'oignon doux des Cévennes...*

de  
l'**O**ignon  
doux  
des Cévennes



# Au commencement, une culture: l'oignon doux des Cévennes.

Elle est, depuis près de deux siècles, intimement liée à l'histoire de ce pays. Indissociable des paysages de terrasses qui caractérisent les Cévennes méridionales, elle témoigne de l'activité des hommes, attentifs à remonter les murets de pierres sèches, à capter des ruisseaux, à maintenir la qualité de cette production traditionnelle...

## Des pratiques saines, une nature préservée, pour nous c'est important...

La chaleur de l'été, et les arrosages réguliers, conviennent bien à la culture de l'oignon ; les terrasses couvertes par les fanes d'oignon au vert prononcé marquent le paysage.

La technicienne d'Origine Cévennes met en place avec les producteurs des pratiques culturales respectueuses de l'environnement et du produit. Les stations météorologiques, disposées dans chaque vallée permettent de réduire au strict minimum les interventions. L'oignon, bien enterré, va durant 3 mois préparer ses plus belles peaux : claires, légèrement cuivrées, elles vous surprendront par leur brillance et leur finesse.

## Une saveur que l'on n'oublie pas...

Grâce à son terroir, l'Oignon Doux des Cévennes, Doux Saint André, considéré en Europe comme la référence du marché, dévoile sa douceur exceptionnelle, son absence de piquant, et son caractère sucré très marqué. Premier oignon en Europe à bénéficier d'une AOC et d'une AOP, l'oignon doux des Cévennes se déguste aussi bien cru, pour une douceur savoureuse, que cuit, pour une texture onctueuse. L'Oignon Doux des Cévennes, confit ou en glaçage n'a pas d'équivalent !

## Une coopérative, c'est avant tout des gens d'ici...

Il y a près de vingt ans, des producteurs, unis dans la même passion, celle de faire vivre leur territoire, ont créé leur propre outil de commercialisation, la coopérative Origine Cévennes. De la mi-août à la fin mars, chaque jour, des expéditions ont lieu en France et à l'étranger. Aujourd'hui, plus d'une centaine d'adhérents, répartis sur quatre cantons, produisent l'Oignon Doux des Cévennes, Doux Saint André, qui représente la principale activité agricole de la région.

Avec la même exigence, les producteurs commercialisent au sein de la coopérative Origine Cévennes, d'autres fruits et légumes des Cévennes : la pomme Reinette du Vigan, la pomme de terre Belle des Bancelles, la châtaigne des Cévennes et les produits qui en sont dérivés : confit et soupe à l'oignon, jus et compote de Reinette du Vigan, farine et confiture de châtaigne.

## Une région, un produit, des chefs, des recettes...

Du Pays Viganais et de la région Languedoc-Roussillon, des chefs talentueux ont été inspirés par ce produit caractéristique de leur terroir. Ils ont laissé libre cours à leur savoir-faire et à leur créativité, et vous proposent des recettes originales et délicieuses.

*Laissez-les flatter vos papilles.  
Et à vos fourneaux pour déguster la saveur unique  
de l'oignon doux des Cévennes !*



◆◆◆ Les étoiles (\*) sont décernées par le guide Michelin, les toques (T) sont décernées par le guide Gault & Millau

◆ Restaurant L'Octopus (\*)  
12 rue Boieldieu 34500 BÉZIERS  
Tél : 04 67 49 90 00 www.restaurant-octopus.com

## Anguille laquée à l'oignon doux, soja et poivre de Sechuan

Par Fabien Lefebvre

Ingrédients pour 4 personnes

4 filets d'anguilles de 140g  
4 oignons doux des Cévennes  
2c. à soupe de sauce soja  
2c. à café de poivre de sechuan moulu  
1c. à soupe d'huile d'olive  
1 noix de beurre salé  
1 bouquet de shiso verte (peut être remplacé par de la coriandre)  
400g de purée de navet

### La préparation

Détailler les filets d'anguilles en morceaux de 3 cm environ.  
Passer les oignons doux des Cévennes à la centrifugeuse. Faire réduire ce jus aux 3/4 et incorporer la sauce soja. Faire chauffer la purée de navet.

### La cuisson

Dans une grande poêle, faire chauffer l'huile d'olive.  
Lorsque cette dernière est bien chaude, démarrer la cuisson des anguilles. Une fois que les morceaux sont colorés, ajouter le beurre 1/2 sel.  
Déglacer avec le jus d'oignon et réduire jusqu'à ce que les anguilles laquent dans la poêle.

### Le dressage

Débarrasser et servir aussitôt. Parsemer de feuilles de shiso et de poivre de Sechuan.

◆ Janvier, vallée de Taleyzac ;  
◆ La terre s'est reposée  
◆ pendant six mois.

◆ Restaurant L'Atelier des Saveurs  
16, rue du Faubourg de Rochebelle 30100 ALÈS  
Tél : 04 66 86 27 77 www.latelierdessaveurs.net

## Cuisine de petits légumes aux épices des mille et une nuits *servie comme une tourte, œuf poché de la ferme sur une tombée d'oignons doux des cévennes*

Par Henri Gouny

Ingrédients pour 16 personnes

5 aubergines	4 pâtes brisées
4 oignons doux des Cévennes	3 pâtes feuilletées
4 poivrons	1 jaune d'œuf
9 tomates moyennes	16 œufs
3 gousses d'ail	8 oignons doux des Cévennes
Sel et poivre	2 échalotes
Ciboulette, basilic et persil	50g de beurre + 40g
Curcuma, ras-el-hanout, cumin, piment	2 pincées de sel et de sucre
Huile d'olive	4 dl de vin rouge
4 c. à soupe de concentré de tomate	4 dl de fond de veau
16 gressins	QS de vinaigre

### Les petits légumes

Peler les oignons, les couper en demi rondelles.  
Découper les poivrons en lanières d'environ 2 cm de long et 1 cm de large  
Couper les extrémités des aubergines, et les peler en rayures.  
Découper des morceaux de 2x2 cm environ.  
Peler les tomates, et les couper grossièrement en morceaux de 2x2 cm.  
Dans un wok, faire chauffer l'huile d'olive. Faire sauter les aubergines, les oignons doux, les poivrons en les mélangeant doucement à feu moyen, pour qu'ils se colorent légèrement.  
Ajouter les tomates, l'ail ciselé et laisser faire le mélange à feu doux. Laisser cuire environ 10 minutes, en mélangeant de temps en temps.

### Les épices des mille et une nuits

Lier avec le concentré de tomate. Ajouter sel, poivre, ras-el-hanout, cumin, curcuma, piment, à doser selon les goûts. Ajouter ensuite un bouquet de persil, ciboulette et basilic ciselé pas trop fin. Laisser réduire 5 minutes, et réserver.

### La tourte

Fariner le plan de travail, dérouler les pâtes brisées et découper des cercles de 13 cm de diamètre. Dérouler les pâtes feuilletées et découper des cercles de 8 cm de diamètre.  
Piqueter les cercles de pâtes brisées avec une fourchette, et les déposer dans des plats à tarte de 8cm de diamètre.  
Disposer la garniture dans chaque moule en laissant un bord de 1cm. Recouvrir le tout avec les cercles de pâtes feuilletées, en prenant soin de bien épouser la forme de la farce.



Dans un bol, battre 1 jeune d'œuf, dorer le contour à l'aide d'un pinceau et coller les 2 pâtes. Laisser refroidir les tourtes au réfrigérateur pendant 20 minutes, et préchauffer le four à 200°

Sortir la tourte du réfrigérateur, faire 2 entailles sur le dessus puis dorer la tourte avec le restant de jaune d'œuf et l'enfourner pendant environ 20 minutes.

### La tombée d'oignon doux des Cévennes

Prendre 8 oignons doux des Cévennes, les peler et les émincer finement. Faire compoter l'émincé d'oignon dans 50g de beurre avec deux pincées de sel et de sucre semoule pendant 15 à 20 minutes, en remuant toutes les 2 ou 3 minutes. Chauffer un filet d'huile de pépin de raisin dans une poêle, ajouter 100g de lardons de poitrine fumée, les laisser cuire 1 minute et les égoutter sur un papier absorbant. Puis les incorporer et les mélanger à la fondue d'oignon doux.

### La sauce

Verser 4dl de vin rouge dans une casserole, ajouter 2 échalotes pelées et hachées finement, et une pincée de poivre mignonnette. Porter à ébullition et laisser réduire de 2/3. Ajouter 4dl de fond de veau et laisser réduire de moitié. Incorporer ensuite 40g de beurre sur feu plus doux, en fouettant, puis rectifier l'assaisonnement à votre convenance.

### L'œuf poché de la ferme

Mettre une casserole d'eau à chauffer. Ajouter une cuillère de vinaigre mais surtout pas de sel qui accélère le processus de coagulation des blancs. Pendant ce temps, casser chaque œuf dans une petite tasse. Lorsque l'eau bout, approcher une tasse de la surface et la retourner d'un coup sec. Faire de même avec la seconde, du côté opposé de la casserole. Au bout de 3 minutes, retirer les œufs avec l'écumoire et les déposer dans un saladier d'eau glacée. Aux ciseaux, égaliser le tour des œufs en coupant les filaments qui dépassent.

### Le dressage

Disposer 1 cuillère à soupe de fondue d'oignons aux lardons au centre de 4 petites assiettes creuses, puis dresser un œuf sur chacune et l'assaisonner d'une pincée de sel, ajouter tout autour un cordon de sauce de vin rouge et l'agrémenter de persil plat concassé. Disposer joliment la tourte et bâtir un pont entre l'œuf et la tourte avec un gressin.

Janvier à mars,  
vallée de l'Arbou  
L'oignon est semé.



◆ Restaurant L'Olivier (TT)  
La Bastide Cabezac 11120 BIZE MINERVOIS  
Tél : 04 68 46 66 10 [www.la-bastide-cabezac.com](http://www.la-bastide-cabezac.com)

(Déclinaisons autour de l'oignon doux des Cévennes).

**Milk-shake** *d'oignon doux des cévennes au basilic*

**Sucette** *d'oignon doux des cévennes braisé au foin,*

**Foie gras de canard** *au piment d'Espelette,*

**Cornet de chantilly d'oignon doux des Cévennes** *aux amandes et magret de pigeon fumé*

Par Dominique Champroux

Préparation : 1h30

Cuisson : 30 minutes + 2 heures de braisage

Ingrédients pour 8 personnes

**Pour le milk-shake**

2 oignons doux des Cévennes  
20g de beurre  
1/8 l de bouillon de volaille  
1/8 l de crème liquide  
1/4 l de lait

2,5 cl huile d'olive  
6 feuilles de basilic  
Fleur de sel  
Poivre noir de Sarawak  
du moulin

**Pour la sucette**

2 oignons doux des Cévennes  
2 poignées de foin  
1/4 l bouillon de volaille  
1dl de muscat de St Jean-  
de-Minervois  
1c. à soupe de miel de fleurs

1c. à soupe de miel de fleurs  
1c. à café de vieux balsamique  
100g de mi-cuit de foie gras de  
canard  
1c. à café d'agar-agar  
Fleur de sel  
Piment d'Espelette

**Pour le cornet**

2 oignons doux des Cévennes  
40g de beurre  
1 dl de bouillon de volaille  
40g d'amandes  
1,5 dl de lait  
1,5 dl crème liquide  
1 dl de muscat sec

1c. à café d'huile d'amandes  
1c. à café amaretto  
2 feuilles de pâte filo  
8 tranches de magret de  
pigeon fumé  
Fleur de sel  
Poivre noir du moulin

### La sucette

Porter à ébullition le bouillon de volaille.  
Éplucher et couper en deux les oignons.  
Mettre le foin dans un sautoir, y déposer les oignons, verser le bouillon de volaille, couvrir et braiser au four à 120°C pendant deux heures.  
Tailler le mi-cuit de foie gras en 8 demi-tranches et planter un bâtonnet.  
Au terme de la cuisson, retirer les oignons du sautoir, et les mixer avec le jus de cuisson, le miel, le muscat, le balsamique



Mai;  
Ardailles, vallée de l'Herault;  
les premières fleurs sur les arbres.

et passer au chinois étamine. Ajouter l'agar-agar, assaisonner, porter à ébullition et laisser tiédir. Tremper chaque sucette de foie gras dans le liquide, laisser figer, recommencer cette opération une deuxième fois et réserver au frais.

### Le milk-shake

Éplucher et ciseler les oignons.  
Suer dans le beurre 2 à 3 minutes.  
Ajouter le bouillon de volaille, la crème, le lait et le basilic.  
Cuire doucement au coin du feu 20 à 25 minutes.  
Mixer, assaisonner et passer au chinois étamine.  
Réserver au frais.  
Au moment de servir ajouter l'huile d'olive et 2 c s de lait bien froid et émulsionner.

### Le cornet de chantilly

Éplucher et ciseler les oignons;  
Suer avec 20 gr de beurre et ajouter les amandes.  
Déglacer avec le vin blanc, ajouter le bouillon de volaille et le lait. Porter à ébullition et cuire doucement 20 à 25 minutes.  
Mixer et passer au chinois étamine.  
Ajouter la crème, l'amaretto et l'huile d'amande, assaisonner et mixer à nouveau.  
Mettre dans un siphon avec deux cartouches et réserver au frais.

Pour les cornets, étaler une feuille de filo, badigeonner de beurre fondu à l'aide d'un pinceau, remettre une autre feuille de filo et beurrer de nouveau.  
Couper la pâte en cercle et l'enrouler autour des moules.  
Cuire à 180°C pendant 10 minutes, démouler et refroidir.  
Couper en dés les tranches de magret de pigeon fumé.

### Le dressage

Remplir les tubes de milk-shake préalablement émulsionné, planter les sucettes dans les bouchons en liège, remplir les cornets de chantilly, ajouter le tartare de pigeon et décorer avec des herbes fraîches.

*L'avis du sommelier :*

*Château Massamier La Mignarde tradition blanc Minervois 2006.*

### ◆ Restaurant Le Château d'Ayres

Les Ayres 48150 MEYRUEIS

Tél : 04 66 45 60 10 [www.hotel-restaurant-meyrueis.com](http://www.hotel-restaurant-meyrueis.com)

## Escargots petit gris à peine confits,

*compotée d'oignons doux des Cévennes,  
légumes racines et crème d'ail*

*Par Karim Lebouachera*

### Ingrédients pour 4 personnes

4 tranches de pain de campagne  
très fines  
6 oignons doux des Cévennes  
4 douzaines d'escargots confits  
à la graisse de canard  
1 betterave crue  
1 radis noir  
1 carotte  
1 navet

1 botte de radis  
1 betterave cuite  
1 tête d'ail  
3 cuillères à soupe de crème  
liquide  
10 cl de vinaigre de Banyuls  
Sel, poivre

### La préparation

Faire sécher les tranches de pain de campagne au four entre deux plaques.  
Réaliser une compotée d'oignons en y ajoutant du thym et de l'ail frais, sel et poivre (en faisant cuire environ 40 minutes à feu moyen).  
Tailler le plus finement possible la betterave crue, la carotte, le radis noir, le navet et les radis et les conserver dans l'eau glacée.  
Préparer un coulis de betterave en mixant la betterave cuite avec un peu d'eau et une cuillère à soupe de vinaigre de Banyuls.  
Blanchir l'ail épluché pendant quelques minutes dans l'eau bouillante, rafraîchir puis mixer avec 3 cuillères à soupe de crème liquide. Rectifier l'assaisonnement.

### Le dressage

Dresser l'assiette en commençant par la tartine de pain puis les oignons confits puis les escargots légèrement tiédés.  
Assaisonner les légumes racines avec l'huile d'olive et le vinaigre de Banyuls, les "piquer" sur la tartine.  
Finir avec un point de chaque coulis.

◆◆◆◆  
Juin;  
Vallée de Saleyrac:  
Tout le monde est au repiquage.

◆ Restaurant L'Ambassade (\*)  
22, boulevard de Verdun 34500 BÉZIERS  
Tél : 04 67 76 06 24 [www.restaurant-lambassade.com](http://www.restaurant-lambassade.com)

## Escalope de foie gras poêlée, feuillantine caramélisée d'un chutney d'oignons doux des Cévennes et bâton de rhubarbe

Par Patrick Oly

Ingrédients pour 4 personnes

4 escalopes de foie gras de canard extra (60 gr chacune coupées à 4 cm d'épaisseur)	1 dl de vin de Xérès
1 plaque de feuilletage	1 dl de fond de canard réduit
20 gr de sucre glace	1 bâton de rhubarbe
200 gr d'oignons doux des Cévennes	125 gr de semoule
40 gr de beurre frais	Poivre de Sechuan et Sarawak

### La feuillantine caramélisée d'un chutney d'oignons doux

Cuire une plaque de feuilletage la plus fine possible, la découper en 8 formes au choix (carré, rectangle, cercle...) de préférence à l'aide d'un emporte-pièce, puis les saupoudrer de sucre glace et les faire caraméliser.

Émincer finement les oignons (conserver les parures pour la sauce).

Les faire suer rapidement au beurre et à blanc, assaisonner avec sel et poivre, tout en les maintenant croquants.

Déglacer avec 5 cl de vinaigre de Xeres, puis mettre à égoutter et réserver.

### Le bâton de rhubarbe

Éplucher la rhubarbe sur la longueur, puis la tailler en bâtonnets de 6 cm.

Pocher la rhubarbe, 4 à 5 minutes, à 70°C, dans un sirop léger de 125 gr de sucre et 1/2 litre d'eau et quelques grains de poivre de Sarawak et Sechuan.

Suer à blond les oignons restants, déglacer au vinaigre de Xérès, réduire presque à sec, mouiller avec le fond de canard et passer au chinois fin, réserver.

### La finition

Sur une des découpes de feuilletage caramélisée placée dans l'emporte-pièce, déposer une cuillère d'oignons cuits, recouvrir d'une seconde plaque de feuilletage. Déposer un bâtonnet de rhubarbe sur le dessus et réserver au chaud. Poêler les escalopes recto-verso, sans les fariner. Disposer joliment le montage de feuilletage, l'escalope cuite et époncée, et un peu de sauce dans l'assiette.



◆ Restaurant Le Mazerand (T)  
Mas de Causse 34970 LATTES  
Tél : 04 67 64 82 10 [www.le-mazerand.com](http://www.le-mazerand.com)

## Fondue d'oignons doux des Cévennes dans une pâte façon Focaccia

Par Jacques Mazerand

Cette préparation peut être servie aussi bien en entrée qu'en accompagnement d'un apéritif ou d'une viande. Dans cette recette, on fait suer très doucement les oignons doux des Cévennes afin de garder toutes les qualités de ce fabuleux oignon : son côté juteux, sa texture incomparable, et son goût subtilement sucré.

Ingrédients pour 4 personnes

5 oignons doux des Cévennes	<b>Pour la pâte à Focaccia</b>
1 jaune d'œuf	200g de farine
Un peu de farine	60g huile d'olive
	60g eau
	20g levure, sel

### La pâte

Mélanger tous les ingrédients et pétrir comme une pâte à pain. Rajouter si nécessaire un peu de liquide ou de farine pour obtenir une belle pâte. Laisser reposer à température ambiante pendant 1 à 2 heures.

### Les oignons

Pendant ce temps, éplucher les oignons doux des Cévennes, les couper en deux puis les tailler très finement en lamelles. Les faire suer dans une poêle, à feu doux, avec de l'huile d'olive, un peu de thym, du sel et du poivre. Il est également possible de les cuire au four à 100°C.

## La finition

Étaler la pâte à Focaccia avec un peu de farine (5 mm d'épaisseur environ). Disposer la fondue d'oignons doux des Cévennes refroidie, sur la moitié de la pâte seulement, en laissant 1cm sans oignons sur le tour. Badigeonner avec un pinceau du jaune d'œuf sur la partie de la pâte non recouverte d'oignons. Replier la moitié sans oignons sur les oignons (on recouvre complètement). Bien fermer les côtés en appuyant. Dorer le dessus avec le jaune d'œuf. Laisser gonfler la pâte comme une pâte à pain 1/2 heure environ. Puis cuire à 180/200°C pendant 15 minutes environ, selon le four et l'épaisseur de la pâte.

◆ Restaurant Le Vertige des Senteurs (T)  
35, chemin Usclade 30340 SAINT PRIVAT DES VIEUX  
Tél : 04 66 91 08 84 [www.vertige-des-senteurs.fr](http://www.vertige-des-senteurs.fr)

## Œuf cuit à 65°C "façon Carbonara"

*aux Oignons doux des Cévennes*

Par Stéphane Debuc

Ingrédients pour 10 personnes

10 œufs extra frais  
400g de poitrine fumée

**Pour l'espuma d'oignons doux des Cévennes**

5 oignons doux des Cévennes  
1/2l de lait  
5g de agar-agar

**Pour la gelée chaude de parmesan**

300g de lait  
200g de parmesan râpé  
5g de agar-agar

## L'espuma d'oignons doux

Faire caraméliser les oignons émincés dans un sautoir. Verser le lait et laisser cuire 15 minutes, puis mixer dans un blender. Passer au chinois. Faire à nouveau bouillir en ajoutant l'agar-agar, et laisser refroidir.

## La gelée chaude de parmesan

Faire bouillir le lait et l'agar-agar et ajouter le parmesan. Verser dans une dizaine de verres, et laisser refroidir. Lorsque la gelée est froide, mettre un œuf dans chaque verre, et enfourner au bain marie à 65°C pendant 1h. Pendant que les œufs cuisent, faire revenir la poitrine fumée taillée en dés.

## La finition

Faire réchauffer l'espuma d'oignons doux, et la mixer. En remplir un siphon à chantilly et ajouter deux cartouches. Une fois les œufs cuits, ajouter dans les verres la poitrine fumée revenue et verser, à l'aide du siphon, l'espuma d'oignons doux.

Juillet, août; l'oignon profite du soleil et de l'eau.



◆ Restaurant La Magnanerie de Bernas  
Le Hameau de Bernas 30630 MONTCLUS  
Tél : 04 66 82 37 36 [www.magnanerie-de-bernas.com](http://www.magnanerie-de-bernas.com)

## Oignons au gros sel

Par Pierre Colombeau

Ingrédients pour 4 personnes

4 gros oignons doux des Cévennes  
Gros sel  
Sel

Poivre  
Parmesan en poudre  
Crème liquide

Parsemer le fond d'un plat allant au four de gros sel, y déposer les oignons, et les recouvrir de gros sel. Enfourner et laisser cuire 2h à 130°C. Retirer le gros sel, et couper les chapeaux des oignons aux 2/3 de leur hauteur. Évider les oignons, et les mettre de côté. Passer la chair au mixer. Ajouter du sel, du poivre, du parmesan en poudre et un peu de crème liquide. Mixer à nouveau. Remplir les oignons avec cette farce et faire dorer au four 10 minutes à 180°C.

◆ **Restaurant Alexandre (\*\*)**  
2, rue Xavier Tronc 30128 GARONS  
Tél : 04 66 70 08 99 [www.michelkayser.com](http://www.michelkayser.com)

## Oignons doux des Cévennes farcis à l'émietté de sanglier

Par Michel Kayser

### Ingrédients pour 4 personnes

1 épaule de sanglier de 1.5 kg  
8 oignons doux des Cévennes  
100g de champignons de Paris  
1 c. à soupe de concentré de tomate  
1 branche de thym  
1 branche de laurier  
1 branche de romarin  
Sel, poivre en grains

### Pour la marinade

100g de carottes coupées grossièrement  
2 branches de céleris coupées grossièrement  
2 branches de persil  
1 branche de thym  
2 feuilles de laurier  
3 baies de genièvre  
3 gousses d'ail écrasées  
2 c. à café de poivre en grains  
20g de gros sel  
1 dl d'huile d'olive  
1 bouteille de vin rouge

### L'oignon doux

Évider les oignons en laissant 2 pelures, réserver dans un plat allant au four. Garder l'intérieur des oignons évidés.

### La farce

Découper l'épaule en morceaux de 200g environ. Laisser mariner les morceaux 72 heures, puis égoutter la viande dans une passoire et faire saisir dans une poêle. Verser ensuite la viande dans une cocotte allant au four (sans apport de

graisse) et ajouter les légumes de la marinade (carottes et branches de céleri).

Ajouter 100g de champignon de Paris, l'intérieur des oignons évidés, une bonne c. à soupe de concentré de tomates, du sel, du poivre en grains, une branche de thym, de laurier et de romarin. Mouiller avec 1l de cidre brut, 1/2l de la marinade, 1/2l de crème fleurette. Porter à ébullition. Couvrir la cocotte et passer au four 1h30 à 1h45 à 160°C. Laisser refroidir. Séparer la viande et les légumes et les égoutter. Émietter la viande à l'aide d'une fourchette et écraser les légumes. Mélanger le tout.

### La finition

Farcir, avec la préparation, 8 oignons doux des Cévennes. Faire cuire au four 15 à 20 minutes environ et servir avec la sauce.

◆ **Restaurant L'Atelier de Jean-Luc Rabanel (\*\*)**  
7, rue des Carmes 13200 ARLES  
Tél : 04 90 91 07 69 [www.rabanel.com](http://www.rabanel.com)

## Pissaladière végétale aux oignons doux des Cévennes

Par Jean-Luc Rabanel

### Ingrédients pour 8 personnes

#### Pour la pâte à croûte

900g de farine  
100g de semoule de blé dur, ou de semoule fine (ou 100g de farine)  
500g d'eau (50cl)  
150g d'huile d'olive (15cl)  
15g de levure de boulanger  
15g de sel

#### Pour la garniture

10 oignons doux des Cévennes  
1dl d'huile d'olive  
200g d'olives noires dénoyautées  
1 botte de salade roquette  
4 poivrons rouges confits  
Quelques branches de thym  
Sel et poivre  
Vinaigrette au pistou

### La pâte à croûte

Mélanger l'eau, la levure et l'huile d'olive. Ajouter la farine, la semoule et le sel. Pétrir jusqu'à obtenir une pâte homogène. Laisser reposer 30 minutes. Étaler finement au rouleau sur 1/2 cm d'épaisseur (entre deux feuilles de film plastique). Pré cuire au four à 170° C pendant 2 à 3 minutes. La pâte doit se développer mais pas rester blanche (l'absence de coloration est le signe qu'il reste de l'eau dans la pâte). Réserver.

### La pissaladière

Émincer les oignons doux des Cévennes et les faire suer à l'huile d'olive avec quelques branches de thym. Assaisonner. Les disposer sur la pâte à croûte, préalablement cuite. Disposer dessus les olives noires, les poivrons confits ainsi que la salade roquette. Assaisonner le tout d'une vinaigrette au pistou.

◆ ◆ ◆ ◆  
Juillet, août:  
dans les parcelles  
avec la technicienne  
de la coopérative.



◆ ◆ ◆  
Début août,  
dans toutes les vallées,  
ce sont maintenant les plus  
beaux paysages.

◆ Restaurant La Table St Crescent (\*)  
68, avenue du Général Leclerc 11100 NARBONNE  
Tél : 04 68 41 37 37 [www.la-table-saint-crescent.com](http://www.la-table-saint-crescent.com)

## Pomme de terre, sardine à l'huile et crème

*glacée d'oignon doux des Cévennes*

Par Lionel Giraud

Ingrédients pour 4 personnes

2 pommes de terre	3 pochons de bouillon de légume
8 grosses sardines	50g de crème liquide
3 filets d'anchois frais de Collioure	7 cuillères à soupe d'huile d'olive
2 oignons doux des Cévennes	1 grain d'ail
1 citron à zester finement	1 branche de fleur de thym
100g de glaçons	Sel et fleur de sel
2 pochons de porto blanc	

### La crème glacée à l'oignon doux des Cévennes

Éplucher les oignons et les émincer finement. Dans une casserole, faire suer lentement à feu doux avec 2 cuillères à soupe d'huile d'olive. Écraser un grain d'ail et l'ajouter à la préparation. Faire revenir sans coloration.

Quand l'oignon devient translucide, déglacer avec 2 pochons de porto blanc, et faire réduire à glace.

Émincer les anchois en fine Brénoise et les ajouter à la préparation. Ajouter les 3 pochons de bouillon de légume et la branche de fleurs de thym. Porter à ébullition la totalité de la préparation et mixer le tout avec 100g de glaçons et 50g de crème liquide. Passer la préparation au chinois fin, et réservez au frais.

### La pomme purée à l'huile d'olive

Éplucher et tailler les pommes de terre, faire cuire dans une casserole d'eau bouillante. Une fois qu'elles sont cuites, passer leur pulpe au moulin, puis la monter à l'huile d'olive, et incorporer les zestes de citron. Laisser la préparation à température ambiante.

### Les sardines

Prendre 8 grosses sardines, lever les filets et ôter les arêtes. Les passer 5 minutes à la salamandre ou au four à 120°C avec un filet d'huile d'olive et fleur de sel.

### La finition

Déposer dans une assiette creuse la purée tiède, puis les sardines. Émulsionner à l'aide d'un mixer la crème d'oignon, et la déposer délicatement. Disposer joliment des fleurs de bourrache sur le plat.



◆ Restaurant Le Ranquet (\*)  
30140 TORNAC  
Tél : 04 66 77 51 63 [www.leranquet.com](http://www.leranquet.com)

## Tartare de truite à l'oignon doux et à la truffe

Par Anne Majourel, ancienne chef de cuisine

Ingrédients pour 8 personnes

400g de filet de truite fraîche	10g de truffe fraîche
1c. à soupe de sel	50g de tomates séchées
1c. à soupe de sucre	200g de roquette
100g d'oignons doux des Cévennes ciselés	Huile d'olive, sel, poivre et vinaigre balsamique
20g de ciboulette	
20g de pignons de pain torréfiés	

Tailler l'ensemble des ingrédients le plus petit possible. Mélanger au dernier moment en ajoutant l'huile d'olive, le sel et le poivre. Assaisonner la roquette avec une vinaigrette au vinaigre balsamique. Servir l'ensemble avec des tranches de pain de campagne toasté.

◆ ◆ ◆  
Mi-août,  
La récolte peut alors  
commencer.



◆ Restaurant L'Auberge de St Hilaire  
Route de Nîmes 30 560 SAINT HILAIRE DE BRETHMAS  
Tél : 04 66 30 11 42 [www.auberge-saint-hilaire.com](http://www.auberge-saint-hilaire.com)

## T'arte fine de pieds de porcs *sur une fondue d'oignons doux des Cévennes, jus aux piments d'Espelette*

Par Alain Reymond

Ingrédients pour 8 personnes

8 pieds de porc crus	1 œuf
1kg d'oignons doux des Cévennes	3 citrons
500g de champignons de Paris	1 très gros bouquet garni
500g de farine	1 tête d'ail
200g de beurre	3 clous de girofle
3 grosses échalotes	Sel, poivre
	Sucre
	Piment d'Espelette en poudre

### Les pieds de porc

Blanchir les pieds dans de l'eau citronnée salée pendant 1 heure. Rafraîchir et mettre à cuire dans de l'eau avec le gros bouquet garni, les clous de girofle et la tête d'ail pendant 3 heures. Quand ils sont tièdes, les désosser complètement. Conserver le jus de cuisson, y ajouter un peu de poudre de piment d'Espelette.

### La pâte

Préparer une pâte à tarte avec la farine, le beurre, l'œuf, un peu d'eau et de sel. Tracer 3 cercles de 12 cm de diamètre, et les faire cuire pendant 10 minutes au four à 180°C. Hacher les champignons avec les échalotes ciselées suées au beurre. Saler et poivrer.

### Les oignons

Émincer les oignons finement, cuire à l'étouffée au beurre pendant 20 minutes au moins, saler, poivrer et saupoudrer de sucre. Dans une poêle, faire sauter les pieds et le hachis de champignons vigoureusement pendant 10 minutes, rectifier l'assaisonnement.

### La finition

Mouler cette préparation dans des cercles de 10cm de diamètre et de 5 cm de hauteur. Prévoir 8 cercles à placer au frais pour qu'ils se compactent. Sur les fonds de tarte, étaler la fondue d'oignons, poser les pieds de porc, enlever les cercles et mettre au four à 160°C pendant 15 minutes.



◆◆◆◆  
*Les graines:  
Maintenant,  
il faut penser  
à l'année suivante...*



◆◆◆  
*Et jusqu'au mois de février,  
préparer les oignons  
un à un (les équeuter et  
enlever les peaux sèches.)*

*Les restaurateurs qui vous ont proposé ces recettes,  
les producteurs de l'oignon doux des Cévennes "Saint André"  
et le personnel de la coopérative Origine Cévennes ...*

*...vous souhaitent un bon appétit.*



Ce carnet vous est offert par

*La coopérative des petits producteurs*

Route de Valleraugue  
30570 Saint André de Majencoules  
04 67 82 50 64  
originecevennes@originecevennes.com

D'autres recettes encore sur  
**[www.oignon-doux-des-cevennes.fr](http://www.oignon-doux-des-cevennes.fr)**

