

# Bruschetta : Brandade de Morue, Tomates et Olives

*Pour 4 personnes :*

- 4 grosses tranches de pain
- 170 g de brandade de morue ([ici une brandade de morue artisanale et d'exception Azais Polito](#))
- 1 barquette de tomates cerises
- 1 dizaine d'olives noires à la Grecque
- 1 gousse d'ail (type ail rose de Lautrec)
- 1 bouquet de ciboulette
- poivre

1. Préchauffer le four en mode grill entre 200 et 220°.
2. Disposer les tranches de pain sur une plaque de cuisson puis enfourner pendant 5/10 minutes jusqu'à ce qu'elle colorent légèrement. Retirer du four.
3. Mettre le four à 210° en chaleur tournante.
4. A l'aide de la gousse d'ail, frotter un côté des tranches de pain grillées.
5. Sur chaque tranche, étaler une cuillère à soupe de brandade de morue.
6. Couper les tomates cerises en deux puis disposer ensuite sur les tranches.
7. Tailler les olives en petits morceaux puis les disposer entre les tomates.
8. Enfourner le tout pour 15/20 minutes de cuisson, sortir du four puis saupoudrer de ciboulette finement ciselée, un peu de poivre : c'est prêt ! ☐

☐ Le mariage morue/tomate/olive est à tomber ! Servir ces bruschettas tièdes accompagnées d'une salade verte de saison ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



---

## Tagliatelles de Courgettes au Mirepoix de Poulpe

*Pour 2 personnes :*

- 4 courgettes
- 300 g de sauce mirepoix de poulpe ([ici une sauce mirepoix de poulpe artisanale Azais Polito](#))

- **sel, poivre**

1. Mettre à bouillir de l'eau dans une grosse casserole avec une poignée de gros sel.
2. Dans une autre casserole, faire chauffer à feu doux le mirepoix de poulpe en ajoutant un verre d'eau puis laisser réduire.
3. Laver les courgettes puis à l'aide d'un économe, éplucher toute la courgette jusqu'au centre pour obtenir de fines tranches qui seront semblables à des tagliatelles.
4. Plonger les tagliatelles dans l'eau bouillante pendant 5 minutes.  
A la sortie, elles seront légèrement fondantes mais pas cassantes.
5. Dresser dans une assiette les tagliatelles, assaisonner légèrement puis y déposer le mirepoix de poulpe : c'est prêt ! ☐

☐ Le mirepoix de poulpe se marie avec une multitude d'accompagnements. On peut varier la recette en remplaçant la courgette par des pâtes, du riz, de la semoule, du quinoa ou encore de la purée ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



---

## [Tarte à l'Anchoïade façon Tian de Légumes](#)

*Pour 1 tarte de 6/8 personnes :*

- **1 pâte brisée ([la recette ici !](#))**
- **85 g d'anchoyade ou anchoïade ([ici une anchoyade artisanale Azais Polito](#))**
- **2 tomates**
- **1 aubergine**
- **1 grosse courgette**
- **6 gousses d'ail**
- **des herbes de Provence**
- **sel, poivre**

1. Préchauffer le four à 210° en chaleur tournante.
2. Laver et tailler en tranches épaisses les tomates, l'aubergine et la courgette.
3. Disposer la pâte brisée dans un moule à tarte puis piquer le fond à l'aide d'une fourchette.
4. Étaler l'anchoyade à l'aide d'une cuillère sur le fond de la pâte brisée.
5. En alternant tomate/courgette/aubergine, disposer ces légumes en rosasse jusqu'à recouvrir la totalité de la tarte.

6. Assaisonner en sel et poivre puis saupoudrer d'herbes de Provence puis disposer les gousses d'ail sur la tarte.
7. Enfourner pour 40/45 minutes de cuisson jusqu'à ce la tarte soit légèrement grillée : c'est prêt ! ☐  
☐ Voilà une belle petite recette avec des produits de saison. A déguster froide ou chaude avec une salade verte le tout accompagné d'un bon vin rosé ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



---

## Les Zézettes de Sète

*Pour une trentaine de Zézettes :*

- **550 g de farine tamisée**
- **150 g de sucre en poudre**
- **15 cl (ou 150 g) de muscat (de Frontignan de préférence pour garder l'authenticité de la recette)**
- **15 cl (ou 150 g) d'huile d'olive**
- **2 cuillères à soupe de fleur d'oranger**
- **1 cuillère à café d'extrait ou poudre de vanille**
- **1 sachet de levure chimique**

1. Préchauffer le four à 180° en chaleur tournante.
2. Dans un saladier, mélanger le sucre en poudre avec le muscat, la fleur d'oranger, l'huile et la vanille.
3. Dans un autre saladier, mélanger la farine tamisée avec la levure.
4. Verser petit à petit le premier mélange liquide dans le second jusqu'à obtenir une boule de pâte.
5. Découper un petit morceau de pâte puis former un boudin aux extrémités pointues.
6. Rouler le boudin dans du sucre en poudre puis disposer sur une plaque recouverte de papier cuisson.
7. Renouveler les opérations jusqu'à remplir la plaque.
8. Enfourner pour 25 minutes de cuisson jusqu'à ce que les Zézettes soient bien dorées : c'est prêt ! ☐

☐ Laisser refroidir les Zézettes à la sortie du four avant dégustation. Idéales pour l'heure du café ou du thé, elles se feront dévorer en un éclair ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



---

# Croquettes de Morue

*Pour une dizaine de croquettes :*

- **500 g de pommes de terre**
- **350 g de brandade de morue ([ici une brandade de morue artisanale Azais Polito](#))**
- **1 cuillère à soupe de lait demi-écrémé**
- **1 bouquet de persil**
- **du sel et du poivre au moulin**

1. Éplucher, laver et cuire à la vapeur les pommes de terre pendant 20 minutes.
2. Une fois cuites, les passer au moulin à légumes en alternant avec de la brandade de morue. Cela permettra de faire un mélange homogène.
3. Hacher finement le persil, l'ajouter à la préparation puis assaisonner généreusement (poivre et sel).
4. A l'aide d'un fouet, mélanger en ajoutant le lait pour bien lier le tout.
5. Prélever une portion de préparation avec une cuillère à soupe et la rouler dans la farine puis la modeler en forme de lingot triangulaire.
6. Une fois toutes les croquettes prêtes, les déposer dans une poêle bien chaude avec de l'huile de cuisson.
7. Laisser frire les croquettes sur chacune des trois faces puis une fois cuites les déposer sur un papier absorbant : c'est prêt ! ☐

☐ Ces croquettes seront bien meilleures réchauffées donc attendez le lendemain pour les déguster ! ☐  
Pour information, cette recette m'a été transmise par ma grand-mère paternelle : c'est donc une valeur sûre ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



---

# Poulet Bisque de Corail de Saint Jacques

*Pour 3/4 personnes :*

- **4 beaux filets de poulet (ou 4 filets de dinde)**
- **370 ml de bisque de corail de Saint Jacques ([ici une bisque artisanale Azais Polito](#))**

- du sel et du poivre au moulin

1. Faire chauffer à feu doux la poêle avec 2 cuillères à soupe d'huile de cuisson.
2. Pendant ce temps, couper les filets de poulets en aiguillettes (en long) puis en morceaux de 2 à 3 cm.
3. Ajouter le tout dans la poêle et laisser dorer le poulet durant une vingtaine de minutes, en pensant à saler et à poivrer.
4. Verser la bisque avec un petit verre d'eau sur le poulet et laisser mijoter.  
Remuer de temps en temps pour éviter que le mélange accroche.
5. Une fois réduite, la texture doit être onctueuse avec un poulet bien imbibé : c'est prêt ! ☐

☐ Ce plat se dégustera avec une purée de pommes de terre maison ou encore du riz et surtout avec une tranche de pain tartinée de rouille à la Sétoise ([ici une rouille artisanale Sétoise Azais Polito](#)) ! ☐

→ Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

