



## **TROP BON ! LES LEGUMES DU SOLEIL**

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# TROP BON ! LES LEGUMES DU SOLEIL

*ROBERT MONETTI GUI GEDDA*

TROP BON ! LES LEGUMES DU SOLEIL ROBERT MONETTI GUI GEDDA

 [Télécharger TROP BON ! LES LEGUMES DU SOLEIL ...pdf](#)

 [Lire en ligne TROP BON ! LES LEGUMES DU SOLEIL ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne TROP BON ! LES LEGUMES DU SOLEIL ROBERT MONETTI GUI GEDDA

---

72 pages

Extrait

Artichauts farcis à la barigoule

Pour 6 personnes

Préparation et cuisson :

2 h 15

Ingrédients :

12 artichauts de Provence

100 g de petit salé maigre

2 oignons blancs

100 g de champignons lactaires au naturel

2 gousses d'ail

8 brins de persil

2 pincées de muscade râpée

1 oeuf

1 cuillerée à soupe de chapelure

10 cl de vin blanc sec

Huile d'olive

° Déchirer les premières feuilles dures des artichauts en les rabattant vers la queue. Couper la queue et le haut des feuilles au tiers de leur hauteur. Avec un économiseur, peler les fonds. À l'aide d'une cuillère à café, retirer le foin des artichauts.

° Les ranger dans une cocotte, verser l'huile d'olive et faire légèrement roussir. Réserver.

° Éplucher les gousses d'ail. Effeuillez le persil. Les hacher ensemble.

° Tailler les champignons en brunoise.

° Couper le petit salé en petits dés. Peler les oignons.

° Émincer. Faire blondir dans de l'huile d'olive puis faire raidir le petit salé. Ajouter la brunoise de champignon, la persillade. Saler, poivrer, parfumer de muscade, mélanger, laisser colorer 2 min. Retirer dans une passoire fine, laisser égoutter.

° Dans un saladier, casser l'oeuf, le battre légèrement.

° Ajouter la préparation, saupoudrer de chapelure, mélanger. Farcir l'intérieur des artichauts avec la barigoule obtenue.

° Replacer dans la cocotte les artichauts, verser le vin blanc, un verre d'eau, couvrir et laisser cuire à feu doux jusqu'à ce que le liquide soit bien réduit (compter 1 h à 1 h 30). Présentation de l'éditeur

Découvrez 50 façons de cuisiner les légumes de Provence. Courgette, aubergine, tomate, et blette n'auront plus de secret pour vous et apporteront à chacun de vos repas une touche de soleil hiver comme été.

Des recettes faciles et savoureuses pour être sûr de manger équilibré et de faire le plein de nutriments et vitamines.

Fidèle à la tradition familiale qui veut que l'on soit chef de père en fils, Gui Gedda a dirigé plusieurs restaurants avant de s'établir au «Jardin de Perleflour», à Bormes-les-Mimosas où il a acquis une renommée internationale. Surnommé par ses pairs «Le Pagnot de la cuisine provençale», Gui Gedda partage sa passion n'ont seulement par la publication de livre de recettes mais également en sillonnant la planète pour donner des conférences sur la cuisine provençale ou pour faire goûter ses spécialités aux grands de ce monde. Il

habite à Bormes-les-Mimosas (83).

Robert Monetti partage depuis toujours son amour pour la cuisine provençale en concoctant des plats à son entourage ou en écrivant des livres pour le plus grand nombre. Tel un archéologue de la cuisine, il est remonté dans le passé pour nous offrir les recettes provençales authentiques. Il habite à Aubagne (13).

Biographie de l'auteur

Gui Gedda est surnommé par ses confrères le "pape de la cuisine provençale" et se partage entre la France et le reste du monde. Robert Monetti, quant à lui, se consacre aujourd'hui à sa passion en partageant son savoir-faire et son amour de la cuisine méridionale par les livres.

Download and Read Online TROP BON ! LES LEGUMES DU SOLEIL ROBERT MONETTI GUI GEDDA #AV4XWKFQN5P

Lire TROP BON ! LES LEGUMES DU SOLEIL par ROBERT MONETTI GUI GEDDA pour ebook en ligne TROP BON ! LES LEGUMES DU SOLEIL par ROBERT MONETTI GUI GEDDA Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres TROP BON ! LES LEGUMES DU SOLEIL par ROBERT MONETTI GUI GEDDA à lire en ligne. Online TROP BON ! LES LEGUMES DU SOLEIL par ROBERT MONETTI GUI GEDDA ebook Téléchargement PDF TROP BON ! LES LEGUMES DU SOLEIL par ROBERT MONETTI GUI GEDDA Doc TROP BON ! LES LEGUMES DU SOLEIL par ROBERT MONETTI GUI GEDDA Mobipocket TROP BON ! LES LEGUMES DU SOLEIL par ROBERT MONETTI GUI GEDDA EPub  
**AV4XWKFQN5PAV4XWKFQN5PAV4XWKFQN5P**