

Ecrit par le 18 mai 2026

La recette de noix de Saint-Jacques en carpaccio 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 de noix de Saint-Jacques en épais carpaccio avec radis multicolores, citron confit et huile d'olive mûrée.

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 12 pc de noix de St Jacques sans corail (ou coquilles entière)
- 1 pc de chaque variété de radis (misato, blue meat, red meat, green meat, glaçon, noir, gros rose)
- 4 tranches de pain de mie
- 50 g de pâte de citron confit
- 1 jus de citron
- 20 cl d'huile d'olive mûrée
- 20 feuilles de roquette sauvage
- 20 fleurs de roquette sauvage
- Fleur de sel

Ecrit par le 18 mai 2026

- Sel et poivre

Laver les différents radis et les tailler en tranches fines (entre 1 et 2 mm). Les rafraîchir dans une eau glacée et les réserver.

Tailler les noix de St Jacques et tranches (3 à 4 tranches par noix) et réserver au frais.

Réaliser la vinaigrette : mélanger le jus de citron et la pâte de citron confit, ajouter le sel et le poivre et monter à l'huile d'olive.

Réaliser des petits croûtons au four avec les tranches de pain de mie.

Laver les feuilles de roquettes.

Pour le montage : alterner les couches de radis et de noix de St Jacques. Assaisonner avec la vinaigrette et un peu de fleur de sel. Disposer les croûtons et les feuilles et fleurs de roquette. Déguster aussitôt.



DR

La recette de petits pois du chef Christophe

Écrit par le 18 mai 2026

Pulizzi



Christophe Pulizzi est le chef du restaurant **L'Olivier**, situé à Pertuis. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de petits pois avec brousse légère, verveine parfumée et praliné noisette.

Ingrédients :

Sphérification : purée petit pois, infusion verveine, alginate, bain calcium

Crème : petits pois, crème, beurre, verveine

Sorbet : petits pois, sirop, verveine, citron

Praliné : noisettes, sucre, sel

Brousse : brousse, huile olive

Étapes :

Blanchir petits pois 2 min, refroidir.

Mixer crème, beurre, verveine, passer chinois.

Réaliser praliné en mixant le caramel et les noisettes.

Réaliser sirop, infuser verveine, mixer petits pois, turbiner.

Sphérification : alginate + bain calcium.

Écrit par le 18 mai 2026

Montage : points crème + praliné, quenelles brousse, sorbet, décor petits pois.
Astuce : fleurs comestibles pour finition.

Ecrit par le 18 mai 2026



DR

La recette de dessert à la fraise du chef pâtissier Cédric Perret



Cédric Perret est le chef pâtissier du **Clair de la Plume**, à Grignan dans la Drôme. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de dessert à la fraise avec vin jaune et éclats de meringue.

Meringue :

- 50 gr blanc d'œuf
- 100 gr de sucre

Réaliser une meringue suisse.

Étaler sur un papier silicone d'une épaisseur de 2mm.

Cuire à 75°C pendant 3h.

Une fois sec réaliser de petits éclats.

Ecrit par le 18 mai 2026

Crème de vin jaune :

- 66 gr de mascarpone
- 20 gr de sucre réserver au frais
- 14 gr de vin jaune
- 2 gr de gélatine
- 133 gr de crème

Tiédier le mascarpone avec le sucre et le vin.
Ajouter la gélatine et la crème foutée.
Réserver au frais.

Jus de fraise :

- 200gr de fraise
- 20 gr de sucre

Cuire les fraises avec le sucre sous vide a 76°C pendant 3h.
Passer au chinois et garder le jus et les fraise.

Fraise confite :

- 20 gr Fraise du jus
- 1,5 gr de gingembre

Hacher les fraises et y ajouter une fine brunoise de gingembre.

Crumble de sarrasin :

- 12 gr de farine de sarrasin
- 12 gr de sucre roux
- 12 gr de poudre d'amande
- 12 gr de beurre

Mélanger tous les ingrédients et cuire en plaque à 170°C pendant 16min.

Sorbet fraise :

- 166 gr de fraise
- 25 gr de sucre
- 83 gr d'eau
- 0.25 gr de super neutrose
- 16,5 gr de dextrose

Mixer les fraise avec l'eau.
Mélanger les poudres.
Réaliser un sorbet avec les ingrédients.
Mouler le sorbet dans des ½ sphères de 3 cm.

Ecrit par le 18 mai 2026

Dressage :

Disposer au centre de l'assiette du confit de fraise et ajouter par-dessus du crumble.

Déposer le sorbet moulé et pocher la crème avec une douille unis de 0,5cm.

Assembler avec harmonie les éclats de meringue sur la crème en commençant par le bas.

Servir a table le jus de fraise bien froid.



DR

La recette de daurade du chef Denis Martin



Denis Martin, qui a commencé sa carrière à l'École Hôtelière d'Avignon, est aujourd'hui aux commandes du restaurant [La Belle Vie](#), à Saint-Hilaire-d'Ozilhan dans le Gard. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de daurade marinée avec velours d'artichaut à l'ail noir de Vers-Pont-Du-Gard et roquette.

Ingrédients (pour 4 personnes) :

Velours d'artichauts :

- 4 d'artichauts camus
- 1 carotte
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 100 gr de vin blanc
- ½ litre d'eau
- 1 citron jaune
- Sel / huile d'olive

Ecrit par le 18 mai 2026

Tourner, les artichauts camus et bien enlever le foin puis coupez-les en 4. Réserver dans de l'eau citronnée pour ne pas qu'ils s'oxydent.

Dans une sauteuse, faire revenir à l'huile d'olive et à feu doux pendant 5 minutes les oignons et carottes épluchés et émincés ainsi que la gousse d'ail. Ajouter les quartiers d'artichauts et le sel. Ajouter le vin blanc puis réduire de moitié. Ajouter l'eau et cuire à frémissement jusqu'à ce que les artichauts soient bien tendres. Mixer le tout et rectifier l'assaisonnement. Détendre avec un peu d'eau si nécessaire.

Coulis de roquette :

- 500 gr de roquette
- Eau
- Sel
- 50 gr de beurre

Laver la roquette à l'eau claire. Cuire celle-ci pendant 1 minute à l'eau bouillante salée puis égoutter. Mixer le tout avec le beurre frais. Refroidir aussitôt pour fixer la chlorophylle puis réserver.

Coulis d'ail noir :

- 1 tête d'ail noir
- 500 gr d'eau

Eplucher soigneusement la tête d'ail noir puis la cuire dans l'eau à frémissement. Réduire de moitié puis mixer. Réserver.

Marinade :

- 2 c à s d'huile d'olive picholine
- 2 c à s de vinaigre balsamique blanc
- 2 c à s d'huile de fenouil sauvage
- Piment Espelette
- Sel

Condiments et finition :

- 10 gr Petits capres
- 1 citron vert

Daurade :

- 1 daurade royale entre 600 et 800 gr
- 80 gr de sel
- 20 gr de sucre

Lever la daurade en filets. Enlever la peau et désarêter.

Mélanger le sel et le sucre puis recouvrir les filets de la préparation sur les deux faces pendant 5 minutes. Au terme des 5 minutes rincer à l'eau claire puis disposer sur un torchon propre au réfrigérateur. Tailler la daurade et mariner.

Écrit par le 18 mai 2026



DR

Écrit par le 18 mai 2026

La recette d'asperges du chef Christophe Pulizzi



Christophe Pulizzi est le chef du restaurant L'Olivier, situé à Pertuis. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette d'asperges blanches.

Les asperges blanches :

- Asperges blanches (même calibre)
- Huile d'olive
- Poivre de Timut
- Vinaigre balsamique blanc

Éplucher, égaliser et blanchir les asperges. Refroidir en eau glacée. Tailler en longueur et assaisonner.

La crème d'asperges et amandes :

- 500 g de lait
- 500 g de crème

Ecrit par le 18 mai 2026

- 3 gousses d'ail
- Queues et épluchures d'asperges
- 100 g d'amandes blanches torréfiées
- 1 pointe d'amaretto

Cuire les épluchures avec lait, crème et ail. Ajouter amandes et amaretto. Mixer jusqu'à texture lisse.

Brousse aux anchois et câpres :

- 100 g de brousse
- Zestes et suprêmes de 2 citrons verts
- 50 g de câpres à queue
- 50 g d'amandes torréfiées concassées
- 30 g d'anchois hachés
- Ciboulette ciselée
- Fleur de sel, poivre de Timut

Mélanger la brousse avec citron vert, câpres, anchois, ciboulette et amandes.

Le sorbet d'asperges :

Congeler une partie de la crème puis mixer pour obtenir un sorbet.

Le dressage :

Dresser la brousse, ajouter les asperges, la crème, les zestes et le sorbet.

Ecrit par le 18 mai 2026



DR

La Vaclusienne Emma Garcia fait rayonner la gastronomie française au-delà des frontières



Diplômée de l'École Hôtelière d'Avignon en 2019, la Vaclusienne [Emma Garcia](#) a fait ses preuves dans de nombreux établissements de renom en France. Passionnée par l'art de la table, c'est à New-York que la jeune femme souhaite aujourd'hui poursuivre son chemin et faire rayonner la gastronomie française, notamment au travers du service et de l'art de la table.

C'est au collège, en classe de 3e, qu'Emma Garcia met un premier pied dans la gastronomie, lors d'un stage d'observation dans un restaurant. « Pendant une semaine, j'ai fait un peu de service et en rentrant le soir, je disais à mes parents que ça me plaisait trop », explique-t-elle.

Écrit par le 18 mai 2026

C'est donc tout naturellement qu'elle s'est dirigée vers l'École Hôtelière d'Avignon pour faire ses études, où elle a obtenu son Baccalauréat technologique en hôtellerie-restauration en 2019. « J'aimais tellement travailler que j'étais impatiente, donc après le Bac j'ai eu envie de trouver un travail directement et j'ai fait le choix de ne pas continuer avec un Bachelor ou un BTS », poursuit la Vauclusienne.

Un CV plein d'étoiles

Ainsi, à la sortie de l'école en 2019, Emma s'immerge dans la vie active et oscille pendant trois ans entre les saisons d'été au cœur du Vaucluse, au sein de l'hôtel 5 étoiles [Crillon Le Brave](#), et les saisons d'hiver dans l'hôtel 5 étoiles [Le Coucou](#), à Méribel. Les deux établissements appartenant au groupe hôtelier [Maisons Pariente](#). « L'école m'a appris les bases du métier, mais le moment où j'ai le plus évolué, c'est quand je me suis retrouvée en immersion », affirme-t-elle.

« Tout ce qui entoure les établissements de luxe et les étoilés m'a toujours intéressée. »

Emma Garcia

En 2022, Emma prend ses valises pour se diriger vers Paris, capitale mondiale de la gastronomie, où elle rejoint l'équipe du chef Arnaud Donckele au sein du restaurant [Plénitude](#), dans l'hôtel Cheval Blanc Paris. C'est parmi les équipes de cet établissement triplement étoilé qu'elle s'épanouit pendant plus de trois ans avant de s'envoler vers de nouveaux horizons, au-delà des frontières.

Le rêve américain

« Un jour, j'ai eu l'idée de partir à New York pour améliorer mon anglais, mais aussi parce que cette ville m'a toujours attirée », poursuit Emma. C'est donc avec un visa d'un an en poche que la jeune femme s'envole pour les États-Unis en 2025. Pendant un an, elle travaille dans un restaurant mythique de New York : l'établissement [Daniel](#), 1 étoile au Guide Michelin, ouvert par le chef lyonnais Daniel Boulud, qui s'est installé aux États-Unis dans les années 80 et a créé un véritable empire de la gastronomie.

Mais le rêve américain a pris fin récemment, le visa d'Emma étant arrivé à échéance. Passionnée par l'art de la table, la Vauclusienne souhaite continuer de faire rayonner le service à la française au-delà des frontières. Ce n'est donc que partie remise pour la jeune femme qui compte bien remettre les pieds à New York d'ici la fin de l'année.

Revenir à New York

Si le visa d'un an d'Emma a pris fin et n'est pas renouvelable avant minimum deux ans, la Vauclusienne entend bien poursuivre sa jeune carrière dans la ville surnommée 'The Big Apple'. Pour ce faire, elle doit désormais obtenir un visa O-1. Un visa de trois ans renouvelable réservé aux « talents extraordinaires. »

Ecrit par le 18 mai 2026

« Pour obtenir ce visa, il faut prouver que je peux avoir une place ici et démontrer pourquoi on devrait me la donner à moi plutôt qu'à un Américain », explique Emma.

En attendant l'obtention de ce nouveau visa, la Vauclusienne va rentrer en France, dans son Sud natal, mais ne compte pas se reposer sur ses lauriers. Une place de maître d'hôtel l'attend cet été au sein du restaurant [Louis Vuitton](#), 1 étoile au Guide Michelin, à Saint-Tropez avec le chef Arnaud Donckele auprès duquel elle a déjà travaillé de 2022 à 2025 au Plénitude à Paris.

Le service à la française, tout un art

Ainsi, pour retourner à New-York, Emma doit faire ses preuves et montrer pourquoi elle serait un atout essentiel à la restauration aux États-Unis, où la vision du service est très différente de la vision française, même lorsqu'il s'agit des grands établissements. « Le service est beaucoup représenté comme un travail que tout le monde peut faire, mais surtout qui est temporaire, pour les étudiants qui souhaitent payer leurs études par exemple », ajoute-t-elle.

« Je suis passionnée par le service et l'art de la table, qui demandent un vrai sens du détail. »

Emma Garcia

Mais pour la Vauclusienne, le service à la française est bien différent, et requiert une véritable connaissance et rigueur. Pour elle, la gastronomie, ce n'est pas juste ce qu'il y a dans l'assiette, c'est aussi l'art de la table, le sens du détail, l'attention portée sur le client. « En service, on est là pour créer une expérience, il faut amener le client vers différents horizons, le faire voyager, explique-t-elle avec passion. Il faut que le client, à la fin du repas, se dise que la cuisine a été excellente, mais que le service, lui aussi, a été merveilleux et lui a fait passer un moment inoubliable et hors du temps. »

Nul ne peut avoir de doute quant à la passion d'Emma Garcia, qui, si elle obtient son nouveau visa, devrait travailler d'ici la fin de l'année aux côtés d'Alexia Duchêne et Ronan Duchêne Le May au sein de leur restaurant [Le Chêne](#), établissement français situé dans le West Village à New York.

Écrit par le 18 mai 2026



©Emma Garcia

Ecrit par le 18 mai 2026

La recette de feuilleté aux morilles de Plantin



Située à Puyméras, la [Maison Plantin](#), leader de la truffe en France, vous dévoile sa recette de feuilleté aux morilles avec un œuf mollet.

Ingrédients pour 2 personnes :

- 140 g dans une plaque feuilletée pur beurre
- 200 ml de crème fraîche épaisse 30% MG
- 4 œufs moyen fermier plein air
- 120 ml de vin blanc
- 52 g de morilles séchées
- 80 g d'échalotes

Ecrit par le 18 mai 2026

- 120 g de champignons de Paris
- 20 g de shimeji ou Paris bouton cru
- Assaisonnement

Réhydrater les morilles séchées dans de l'eau claire. 1er bain de 6h au frigo : vider l'eau. Remouiller 2h au frigo en conservant l'eau de réhydratation.

Réaliser la sauce aux morilles : sauter les morilles avec les échalotes émincées finement. Mouiller au vin blanc et laisser réduire presque à sec. Ajouter la crème fraîche. Laisser réduire. Enlever quelques morilles et conserver les à part, mixer le reste pour obtenir une sauce bien liée et homogène.

Cuire l'œuf mollet pendant 5mn.

Façonner et cuire la pâte feuilletée.

Sauter les champignons de Paris : les émincer en lamelles épaisses d'environ 5mm.

Dresser à la minute. disposer une partie de la pâte feuilletée, disposer les champignons de Paris sautés ainsi que les morilles entières que vous avez conservé. Disposer l'œuf mollet. Décorer l'assiette avec la sauce aux morilles en nappant en partie l'œuf. Disposer quelques champignons crus (champignons de Paris émincés minute ou Shimeji). Puis ajouter quelques feuilles pour faire ressortir la composition (pousse de roquette, pousse de petit pois...). Couper l'œuf à l'envoi pour que le jaune coule dans l'assiette.

Ecrit par le 18 mai 2026



Ecrit par le 18 mai 2026

©Plantin

Coupe de France du burger : l'Orangeois Guillaume Redon obtient la 2e place de la finale régionale Sud-Est



La Coupe de France du burger 2026, organisée par [Socopa](#), s'est tenue ce mercredi 1er avril au Salon Snack Show à Paris Porte de Versailles. Le Vauclusien Guillaume Redon a participé à ce défi culinaire pour la 3e fois.

Il a voulu relever le challenge une première fois en 2024. Guillaume Redon, fondateur de [Braz & Bro's](#),

Ecrit par le 18 mai 2026

spécialisé dans la cuisson des aliments au braséro et basé à Orange, a tenté une 3e participation à la Coupe de France du burger cette année.

Après avoir décroché la 3e place de la finale nationale en 2024 puis la 4e place l'année dernière, le Vauclusien a atteint une nouvelle fois la finale régionale où il a obtenu la 2e place, ne lui permettant malheureusement pas d'accéder à la finale nationale cette fois-ci.

Le Hover Smash

Guillaume Redon a tout de même atteint le palier des finales régionales avec brio puisque seulement 25 professionnels y parviennent. En 2024, il avait présenté le 'Super Smash Beef', un burger centré sur la viande de bœuf, et en 2025 le 'Smashon', un burger rendant hommage aux bouchons lyonnais.

Cette année, le traiteur orangeois s'est illustré au travers du 'Hover Smash', une création « qui voyage dans le temps », selon lui, qui reflète une cuisine éco-responsable et anti-gaspi. Dans le burger, du topinambour, une sauce avec sabayon de mâche, liqueur de sapin et poivre de Sichuan, une tomme au fleurs, du veau cuit à basse température, un double steak smashé, ainsi que quelques oignons caramélisés.

Mis à part le grand gagnant, les candidats sont autorisés à participer de nouveau au concours. Peut-être verra-t-on Guillaume Redon retenter le défi une nouvelle fois en 2027 ?

La recette de falafels du chef Joannes Richard

Écrit par le 18 mai 2026



Joannes Richard, champion du monde de burger en 2023 et d'Europe en 2025, originaire de Nîmes, a fondé le concept de restauration éphémère 'Les Burgers de Jo' avec Sébastien Chabal, légende française du rugby. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de falafels végétariens.

« Je suis plutôt un amateur de viande. Mais les alternatives végétariennes deviennent incontournables, ne serait-ce que parce qu'il faut commencer à faire évoluer nos modes de consommation. Cette recette va vous faire aimer les burgers végétariens à coup sûr ! »

Préparation pour 10 galettes :

- 500g de pois chiches égouttés
- 200g d'huile d'olive
- 200g de mélange de céréales à cru (300g cuits)
- 50g d'oignons doux des Cévennes
- 10g d'ail frais
- 10g de coriandre fraîche
- 10g de persil frais
- 1 càc de cumin moulu
- 1/2 càc de paprika fumé
- 100g de farine type 55
- 100g de Corn-Flakes

Ecrit par le 18 mai 2026

- 100g de Panko

Faire chauffer 300 millilitres d'eau et la verser sur les céréales. Mélanger, couvrir et laisser reposer 20 minutes avant d'égrainer.

Ciseler l'ail, la coriandre et le persil. Tailler les oignons en brunoise.

Faire chauffer l'huile à 180 °C.

Rincer et égoutter les pois chiches. Ajouter 200 millilitres d'huile d'olive et mixer le tout jusqu'à obtenir une pâte presque lisse. Ajouter la coriandre, le persil, l'ail frais, les oignons, les céréales cuites, le cumin, le paprika et 50 grammes de farine. Assaisonner. Bien mélanger jusqu'à obtenir une pâte homogène.

Former 10 galettes de 120 grammes chacune et de 10 centimètres de diamètre.

Mixer grossièrement le panko avec les corn flakes. Passer les galettes dans la chapelure avant de les faire frire 3-4 minutes à 180 °C, jusqu'à obtenir une belle coloration dorée. Égoutter sur du papier absorbant, laisser refroidir puis réserver au frais jusqu'à utilisation. Au moment de servir, mettre un peu d'huile d'olive dans une poêle et lorsqu'elle frémit, déposer les galettes de falafel et les faire cuire 2 minutes de chaque côté..

Ecrit par le 18 mai 2026



DR