

Ecrit par le 7 juin 2026

La recette de fregola sarda du chef Vincenzo Regine



Vincenzo Regine est le chef du **Domaine des Andéols**, situé à Saint-Saturnin-lès-Apt. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de fregola sarda, une petite pâte typique de Sardaigne, façon risotto, avec aubergines rôties au citron d'Amalfi et crème de scamorza affumicata.

Ingrédients pour 4 personnes :

- 400 g de Fregola sarda moyenne
- 15 cl de vin blanc sec
- 2 carottes
- 1 poireau
- 1 oignon blanc
- 3 branches de céleri vert
- 2 feuilles de laurier
- 2 échalotes

Ecrit par le 7 juin 2026

- 2 grosses aubergines
- 6 gousses d'ail
- 3 branches de thym citron
- 1 gros citron
- 500 ml de crème culinaire 18% MG
- 250 g de scamorza affumicata
- Huile d'olive extra vierge

Préparation :

Bouillon de légumes :

Laver et couper en gros morceaux les carottes, poireau, oignon et céleri. Les mettre dans une casserole avec de l'eau froide, les feuilles de laurier et du sel. Porter à ébullition, retirer du feu et laisser infuser 30 minutes. Filtrer.

Cuisson des aubergines :

Couper les aubergines en deux dans la longueur. Assaisonner avec l'ail écrasé, le thym citron et un filet d'huile d'olive. Faire cuire au four à 185°C pendant 25 minutes. Retirer la pulpe et la mixer avec de l'huile d'olive et les zestes du citron.

Crème de scamorza affumicata :

Faire bouillir la crème et réduire d'un quart. Ajouter la scamorza râpée, mélanger et filtrer.

Cuisson de la Fregola :

Hacher finement les échalotes et les faire revenir dans une casserole avec de l'huile d'olive. Ajouter la Fregola et le vin blanc. Une fois évaporé, ajouter progressivement le bouillon de légumes chaud. Cuire 10 minutes en remuant. Ajouter la purée d'aubergines et le jus de citron.

Dressage :

Servir dans une assiette creuse et terminer avec la crème de scamorza.

Ecrit par le 7 juin 2026



DR

Ecrit par le 7 juin 2026

La recette de tournedos de thon 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 tournedos de thon mariné puis snacké à la plancha, avec poêlée de figes au miel de Provence et amandes croquantes, et jus acidulé tranché.

Ingrédients pour 8 personnes :

- 8 tranches de thon de 120 gr chacune
- 12 belles figes mures
- 6 oignons Cébette
- 2 oranges
- Coriandre fraîche
- 50 g d'amandes
- 1 cuillère de miel de Provence
- Vinaigre Balsamico Bianco

Ecrit par le 7 juin 2026

Pour la Marinade :

- 5 cl de sauce soja
- 1 gousse d'ail
- 1 branche de thym
- 15 cl d'huile d'olive

Mélanger tous les ingrédients.

Salade d'herbes :

- ½ bote de cerfeuil
- 1/4 bote d'estragon
- ½ bote d'aneth

Préparation :

Mettre les tranches de thon à mariner une ½ heure avant la cuisson.

Réduire le jus d'orange et le trancher à l'huile d'olive.

Tailler et préparer tout les fruits, réserver au frais.

Éplucher et tailler les oignons.

Démarrer les figes avec une noix de beurre et un trait de miel, ajouter les oignons, laisser 30 secondes et ajouter les oranges avant de déglacer au vinaigre balsamique. Ajouter la coriandre et les amandes croquantes.

Cuire les thons en même temps que de démarrer la poêlée pour avoir les fruits encore croquants.

Ecrit par le 7 juin 2026



DR

La recette 'entre la pizza et la pissaladière' du chef Glenn Viel

Ecrit par le 7 juin 2026



Glenn Viel est chef 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 « entre la pizza et la pissaladière... »

Pâte à pizza :

- 1kg de farine type 45
- 20gr de sel
- 30gr de levure
- 300gr d'eau
- 120gr huile d'olive
- 120gr blanc d'œufs
- Herbes (basilic, sarriette, romarin, thym)

Pétrissage : dans la cuve mettre l'ensemble des ingrédients sauf les herbes, fraisage à vitesse 1 pendant 2-3 minutes puis à vitesse 2 pendant 10 minutes jusqu'à l'obtention d'une pâte bien lisse.

Façonnage : au laminoir abaisser la pâte 1 mm puis détailler en rond avec un emporte pièce de taille 120 mm

Cuisson : disposer les herbes lavées au préalable sur la pâte puis cuire dans une machine à panini chauffer à 160°C pendant une vingtaine de secondes.

Pain de mie imbibé au jus d'oignon :

- Jus d'oignon

Ecrit par le 7 juin 2026

- 10 pieces oignon doux
- 3.5litres d'eau
- 4 tranches de pain de mie à 4 mm d'épaisseur

Faire suer les oignons avec une légère coloration, mouiller avec l'eau, cuire à feu doux 2h puis passer au chinois fin. Faire réduire jusqu'à l'obtention d'un jus.

Couper le pain de mis avec un emporte-pièces de 80 mm.

Compotée d'oignon :

- 6 gros oignons blancs
- 15 g de beurre
- 3 cl de vinaigre balsamique vieux
- 30 cl d'eau
- Sel
- Poivre

Couper les oignons en deux, puis les émincer finement.

Mettre le beurre à fondre à feu doux dans une grande casserole. Y mettre les oignons et les faire suer. Saler et poivrer, mélanger et cuire jusqu'à une légère coloration.

Ajouter ensuite l'eau. Laisser cuire encore en mélangeant de temps en temps jusqu'à avoir une compote bien fondante.

Finir avec le vinaigre et un peu de jus d'oignon.

Dressage :

- Fleur de capucine 4 pièces
- Fleur de tomate 8 pièces
- Fleur de bourrache 8 pièces
- Noyaux d'olives déshydratés 20 pièces
- Huile d'olive fruité noir PM
- Vieux vinaigre balsamique PM
- Fleur de sel et poivre PM

Dans une assiette mettre la compotée d'oignon à l'aide d'un cercle de 90 mm puis ajouter le pain de mie imbibé par dessus puis la pâte à pizza au préalable assaisonnée avec l'huile d'olive, les noyaux d'olives, le vieux vinaigre, la fleur de sel, le poivre et les fleurs.

Ecrit par le 7 juin 2026



DR

La recette de millefeuille du chef pâtissier Brandon Dehan

Écrit par le 7 juin 2026



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 du millefeuille, tradition Baumanière, avec crème légère à la vanille de Madagascar, Florentin pistache et glace vanille.

Pour 6 personnes

Temps de préparation : 2h

Temps de cuisson : 20 min

Temps de repos : 20 h

Niveau : Difficile

Le feuilletage :

- 200 g d'eau
- 500 g de farine T45
- 10 g de sel fin
- 50 g de beurre fondu chaud
- 250 g de beurre de tourage

Réaliser une détrempe au pétrin, laissez tourner 10 min à la vitesse 1. Diviser en 1 pâton de 1,9 kg (pour 1 kg de beurre de tourage) et laisser reposer pendant 8 h. Faire cuire à 200°C pendant 10 min puis à

Ecrit par le 7 juin 2026

175°C pendant 10 min.

Dans la cuve d'un batteur avec crochet, mettre la farine, le sel et le beurre doux puis mélanger sur vitesse 1. Ajouter petit à petit l'eau en mélangeant sur vitesse 2. La pâte doit être homogène sans être trop pétrie. Former une boule et réserver 1 heure au réfrigérateur. Étaler ensuite la pâte en formant un rectangle, déposer dessus la plaque de beurre de tourage puis donner un tour double puis un tour simple avant de laisser reposer 6 h au réfrigérateur. Procéder ensuite de nouveau à un tour double, puis faire un tour simple puis laisser reposer 6 h au réfrigérateur. Étaler la pâte à 2,2 mm d'épaisseur et détailler un rond de 18 cm de long sur 9 cm de large.

La crème légère vanille de Madagascar :

- 500 g de lait entier
- 15 g de beurre
- 100 g de sucre semoule
- 80 g de jaunes d'œufs
- 40 g de poudre à crème
- 10 g de farine
- 1,5 gousses de vanille
- 500 g de crème montée
- 33 g de gelée dessert

Dans une casserole, porter à ébullition le lait et les gousses de vanille à feu moyen. Laisser reposer le mélange pendant 30 min. Mélanger ensemble le sucre, les jaunes, la farine et la poudre à crème puis verser le lait bouillant dans le mélange, retirer les gousses pour la cuisson. Poser la casserole sur feu moyen et portez à ébullition puis retirer la casserole du feu. Ajouter le beurre et la gelée dessert à chaud, refroidir, ajouter la crème montée, réserver.

Glace vanille :

- 1 l de lait entier
- 2 gousses vanille de Madagascar
- 1 gousse de vanille de Madagascar sauvage
- 50 g de poudre de lait entier grillé
- 170 g de sucre semoule
- 80 g de glucose atomisé
- 100 g de crème liquide
- 65 g de beurre
- 25 g de sucre semoule
- 5 g de Stab 2000
- 140 g de jaunes d'œufs

Chauffer le lait, les vanilles, et 50 g de sucre à 50°C, ajouter les poudres, faire bouillir, puis verser sur les jaunes, faire cuire à 84 °C, refroidir et turbiner.

Le florentin pistache :

Ecrit par le 7 juin 2026

- 75 g de beurre
- 30 g de glucose
- 90 g de sucre semoule
- 1,8 g de pectine NH
- Pistache hachée

Lier tous les ingrédients à la casserole sans faire bouillir, étaler finement entre deux feuilles de papier sulfurisé, puis faire cuire jusqu'à coloration. Découper en carré de 1 cm.

La sauce caramel :

- 95 g de sucre semoule
- 95 g de sirop glucose
- 140 g de crème liquide
- 50 g de beurre mou

Faire cuire l'ensemble des ingrédients (sauf le beurre) jusqu'à coloration caramel, refroidir et incorporer le beurre mou à 30 °C. Réserver.

Montage :

Pocher la crème dans chaque cavité du feuilletage, le placer au centre de l'assiette, déposer un carré de florentin, en quinconce sur les points de crème du côté droit, puis verser un peu de sauce caramel sur le côté gauche du millefeuille, et terminer en parsemant un peu de pistache haché sur l'ensemble, servir la glace dans un support à côté.

Écrit par le 7 juin 2026



©Virginie Ovessian

La recette de carpaccio de Saint-Jacques du chef Matthieu Hervé

Ecrit par le 7 juin 2026



Matthieu Hervé est le chef exécutif du bistro et du restaurant gastronomique du **Château de Montcaud**, situé à Sabran dans le Gard. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de carpaccio de Saint jacques avec déclinaison de choux fleur et agrumes.

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 12 Saint jacques
- 1 chou fleur de chaque couleur
- 1 oignon
- 2 citron vert
- ½ L de lait
- 1 orange
- 1 citron jaune
- ½ L de crème
- 1 citron caviar
- 20gr de pignons de pin
- Fleurs pour décoration
- 1 botte de ciboulette

Déroulé :

Ouvrir et nettoyer les Saint-Jacques, les rouler dans le gros sel et les laisser au frais pendant 30 minutes. Rincer et tailler très finement comme pour un carpaccio.

Tailler très finement les différents choux pour faire la vierge. Mélanger ceux-ci avec un peu d'huile

Ecrit par le 7 juin 2026

d'olive, le jus d'un citron vert et d'une orange, les pignons de pins torr fies, un peu de ciboulette, sel et poivre. Ajouter des segments de citrons vert ainsi que d'orange en petits d s. La sauce vierge est prête. Pour la purée de choux fleur, faire suer sans coloration 1 oignon blanc taillé finement, ajouter les parures de choux fleur blanc et ajouter le lait et la crème. Cuire environ 30 minutes et mixer. Refroidir.

Dressage :

Dans une assiette creuse, mettre un peu de purée de choux fleur dans le fond et disposer la rose de Saint-Jacques dessus. Ajouter la vierge acidulée dessus en guise d'assaisonnement.

Décorer avec quelques fleurs et le citron caviar.



DR

Ecrit par le 7 juin 2026

La recette de langoustine 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 langoustine juste saisie, avec racines de Mallemort parfumées au thym et réduction de jus de têtes.

Ingrédients (4 personnes) :

- 4 pièces de grosses langoustines
- 1 garniture aromatique (carotte, oignons, fenouil, céleri, ail)
- 20 g de concentrée de tomate
- 30 g de beurre
- 10 cl de cognac
- 20 cl de vin blanc
- Farine
- 0.5 l de crème
- 1 kg de carottes
- 1/4 botte de thym

Ecrit par le 7 juin 2026

- Huile d'olive
- 12 pièces de carottes fanes multicolores
- 4 pc de panais fanes
- 160 g d'eau
- 60 g d'huile neutre
- 20 g de farine
- Purée d'ail noir

Décortiquer les langoustines en gardant le dernier anneau avec la queue. Inciser sur le dos et enlever le boyau. Conserver les queues de langoustines au frais.

Réaliser une bisque de langoustines avec les pinces et les carapaces : Suer les carcasses, ajouter la garniture aromatique, décoller les sucs en ajoutant le beurre moussant, ajouter le concentré de tomate, singer légèrement, déglacer cognac puis vin blanc, mouiller à hauteur et cuire 30 minutes à frémissement en écumant. Passer le tout, réduire la moitié à glace et refroidir. Réduire l'autre partie de moitié et crémier. Réduire encore de moitié, rectifier l'assaisonnement et émulsionner.

Réaliser une purée de carotte au thym bien lisse en suant les carottes émincées et en les cuisant avec le thym à court mouillement. Lisser si besoin en mixant avec un peu d'huile d'olive.

Éplucher les légumes fanes. Tailler en un de chaque en fines lamelles à l'aide d'une mandoline. Cuire les autres au sautoir à court mouillement.

Réaliser les tuiles dentelles à la poêle.

Saisir rapidement les langoustines huilées et assaisonnées en les plaçant 2 minutes sous la salamandre (ou grill du four).

Dressage :

Disposer la réduction de bisque en fond d'assiette, poser la langoustine dessus. Masquer l'ouverture sur le dos de la langoustine avec la purée de carotte et les sommités de thym. Dresser les légumes fanes, copeaux et tuiles autour de la langoustine. Finir avec la sauce émulsionnée.

Ecrit par le 7 juin 2026



DR

La recette de joue de cochon du chef Xavier Mathieu

Ecrit par le 7 juin 2026



Xavier Mathieu est le propriétaire et chef étoilé de l'établissement [Le Phébus & Spa](#) à Joucas. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de joue de cochon longuement braisée avec réduction de tête à la poitrine, polenta crémeuse à la sauge de la balizone, tomates épicées, haricots verts fermentés et giroles en pickles.

Joue de cochon :

- 1kg de joue de cochon
- 6 carottes
- 4 oignons
- 2l de vin blanc
- 4 gousses d'ail
- 10 baies de genièvre et de poivre
- 2 feuilles de laurier

Nettoyer les joues de cochon puis les mettre à mariner avec tous les autres ingrédients pendant environ 24h.

Le lendemain les égoutter puis les marquer à feu vif avant de les remettre dans leur marinade avec 1/3 de jus de veaux. À cuire au four dans un bac gastro avec couvercle pendant environ 1h30 à 160°C et les laisser reposer une heure de plus dans leur jus avant de les refroidir pour les conditionner.

Ecrit par le 7 juin 2026

Sauce de tête :

- Bacon
- Tomates cerises
- Sauce Worcester
- Bisque
- Jus de volaille

Colorer le bacon. Déglacer avec les tomates et le sauce Worcester et réduire à glace. Mouiller à la bisque et jus de volaille et laisser réduire. Puis mixer et filtrer la sauce.

Polenta :

- 200gr d'eau
- 30gr de crème
- 80gr de polenta
- 3 tranches de bacon
- Jus de volaille
- Eau
- Crème infusée à la sauge

Mélanger l'eau, la crème et la polenta, puis cuire dans un gastro avec couvercle au four à 200°C pendant 20 minutes.

Ajouter le bacon puis cuire encore 10 minutes. Mixer au Thermomix. Émulsionner au jus de volaille et à la crème infusée.

Pickles :

- 1l de vin blanc
- 1l de vinaigre de riz
- 30gr de sucre

Mettre en pickles des girolles et des haricots vert entier.

Finition :

Tomates cerises mondées coupées en deux et sautées au tabasco.

Ecrit par le 7 juin 2026



DR

Ecrit par le 7 juin 2026

La recette de pintade du chef Vincenzo Regine



Vincenzo Regine est le chef du **Domaine des Andéols**, situé à Saint-Saturnin-lès-Apt. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de pintade fermière de la maison Forte rôtie avec réduction d'abricots au Mizkan, caviar d'aubergines brûlées du potager et oignons confits.

Recette pour 4 personnes :

- 2 suprêmes de pintades fermières
- 2 oignons blancs de taille moyenne

Couper le manchon du suprême, puis rouler le blanc de pintade avec la peau dans du film. Mettre sous vide avec une noisette de beurre. Cuire au four vapeur à 66°C avec une température à cœur de 64°C.

Couper l'oignon en deux dans le sens de la longueur. Récupérer le cœur d'oignon, tailler le dos pour que l'oignon soit plat. Mettre sous vide et cuire à vapeur 95°C pendant 30 minutes avec thym, romarin et une noisette de beurre.

Ecrit par le 7 juin 2026

Réduction d'abricots au mizkan :

- 300 gr d'abricots
- 50 gr de sirop d'érable
- 25 gr de vinaigre de cidre
- 120 gr de mizkan
- 10 gr de sel

Rôtir les abricots au four à 220°C pendant 1 heure mixer jusqu'à que ce soit lisse, réduire le sirop d'érable en casserole ajouter les vinaigres et laisser réduire à glace, ajouter les abricots rôtis, mixer et laisser cuire 30 minutes, puis mixer et passer au chinois étamine.

Siphon d'oignons confits :

- 50 gr d'oignons émincés
- 10 gr de miel
- 10 gr de beurre
- 30 gr de crème

Confire les oignons émincés avec le miel et le beurre jusqu'à que la coloration soit caramélisée, mixer le tout au Thermomix, bien lisser et incorporer la crème. Mixer à nouveau, saler et mettre en siphon, gazer 2 fois et garder à une température de 50°C.

Caviar d'aubergines brûlées :

- 2 kg d'aubergines
- 40 gr de beurre
- 20 gr de sel

Griller les aubergines et les laisser 30 minutes de chaque côté, récupérer uniquement le cœur de l'aubergine et mixer les avec le beurre et le sel.

Purée d'épinards :

- 300 gr d'épinards frais
- 30 gr de beurre
- 10 gr de sel

Cuire les épinards dans une eau bouillante salée pendant 1 minute à peine, mixer directement avec le beurre salé si besoin, mettre en pipette, servir tiède.

Dressage :

Snacker la peau du blanc de pintade dans une poêle très chaude avec un filet d'huile et du beurre, arroser jusqu'à quand soit bien colorée. Faire reposer et tailler dans le sens de la longueur.

Glacer au beurre le cœur d'oignon confit et disposer dans l'assiette avec le blanc de pintade.

Faire une quenelle de caviar chauffé précédemment et placer dans l'assiette avec la réduction d'abricots et une pointe de purée d'épinards.

Terminer avec le siphon d'oignons et verser le fond de volaille directement à table.

Ecrit par le 7 juin 2026



DR

Écrit par le 7 juin 2026

La recette du burger 'Nemausus' du chef Joannes Richard



Joannes Richard, champion du monde de burger en 2023, 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 du Nemausus, un burger avec de la viande hachée, des pickles de salicorne ou encore de la tomme d'Arles.

Ingrédients :

- 4 buns classiques parfumés aux herbes de la garrigue
- 480 g de viande de bœuf hachée à 20 % de MG (120 g par steak)
- Beurre clarifié (si vous en avez) ou à défaut du beurre doux
- Sel et poivre
- Sauce barbecue de tomates anciennes fumées au foin de Crau
- 150 g de pousses d'épinard
- 120 g de pickles de salicorne
- 160 g de tomme d'Arles

Ecrit par le 7 juin 2026

- 4 pièces noires de taureau
- 80 g d'oignons doux frits

Sauce barbecue :

- 650 g de tomates anciennes
- 200 g de foin de Crau AOP
- 50 g d'oignons doux des Cévennes
- 10 g d'ail fumé frais
- 1 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 1 cuil. à café de paprika fumé
- 50 ml de vin blanc moelleux
- 50 g de cassonade
- 50 g de sirop d'érable
- 1 cuil. à café de piment des Cévennes en poudre
- Sel et poivre

Allumer le barbecue avec du bois (ou du charbon, si vous n'avez que ça).

Couper les tomates en quatre et les épépiner, puis en peser 500 g.

Disposer les tomates sur la grille du barbecue et ajouter le foin sur la partie incandescente de la braise. Une fois que le foin a pris feu, refermer immédiatement le couvercle pour réaliser le fumage des tomates.

Patienter environ 5 minutes puis retirer les tomates du barbecue.

Tailler les oignons et l'ail en brunoise. Faire revenir le tout dans l'huile jusqu'à obtenir une belle coloration dorée. Ajouter le paprika et faire torrifier le tout.

Déglacer avec le vin. Ajouter les tomates fumées et laisser réduire 15 minutes environ à feu moyen.

Ajouter la cassonade, le sirop d'érable et le piment. Assaisonner et laisser réduire à nouveau 15 minutes à feu moyen.

Mixer le tout au blender pour obtenir un mélange homogène. Passer au chinois étamine pour obtenir la texture du ketchup. Si la texture est encore trop liquide, faire réduire à nouveau. Une fois la bonne texture obtenue, laisser refroidir avant de mettre en bocal.

Pickles de salicorne à la camarguaise :

- 250 g de salicornes
- 75 g de cassonade
- 75 ml de vinaigre de vin blanc italien (Bianco®)
- ¾ morceau d'écorce de citron jaune bio
- 1 feuille de citronnier bio
- 1 feuille de laurier
- ¼ branche de romarin
- ¼ branche de thym
- ¼ cuil. à soupe de grains de poivre noir

Rincer et égoutter les salicornes avant de les mettre dans un bocal.

Placer la cassonade, le vinaigre, les écorces de citron, les feuilles de citronnier, le laurier, le romarin, le

Écrit par le 7 juin 2026

thym et le poivre dans une casserole avec 100 ml d'eau.

Porter à ébullition en mélangeant pour que la cassonade ne colle pas au fond.

Une fois qu'il a bouilli, laisser refroidir le mélange avant de le verser sur les salicornes et de laisser infuser. Il ne faut surtout pas le verser à chaud sur les salicornes, car cela va les cuire et leur faire perdre leur texture croquante.

Ces pickles doivent être consommés dans les 2 jours maximum, après quoi les salicornes perdront de toute manière leur croquant.

Le burger :

Préchauffer la plancha ou la poêle à 260 °C (aux $\frac{3}{4}$ de la puissance pour une plaque à induction ou vitrocéramique).

Toaster les 2 moitiés des 4 buns avec un peu de beurre. Une fois une belle croûte dorée obtenue, les poser sur une planche pour procéder au montage.

Faire cuire la viande hachée avec un peu de beurre clarifié. Assaisonner avec le rub pour la viande hachée.

Étaler 1 cuillerée à soupe de sauce barbecue sur les 2 moitiés de chaque bun.

Déposer des pousses d'épinard et 1 belle poignée de pickles de salicorne (30 g) sur le bun du haut.

Au bout d'environ 2 minutes et demie de cuisson, retourner le steak, assaisonner de nouveau et déposer 2 tranches de tomme d'Arles (40 g) et la pièce noire de taureau dessus. Clocher à l'aide d'un couvercle ou d'un cul de poule.

Au bout de 2 minutes, enlever la cloche puis écraser un peu le steak à l'aide de la spatule pour évacuer l'excédent d'eau.

Déposer le steak sur le bun du bas. Ajouter 1 belle pincée d'oignons frits (20 g) par-dessus.

Poser le bun du haut sur le steak : votre burger est prêt !

Ecrit par le 7 juin 2026



DR