

Les bonnes choses

SIMONE CHAMOUX

LES OLIVES

du soleil dans la cuisine



utoxie

Simone Chamoux

LES OLIVES DU SOLEIL DANS LA CUISINE

collection les bonnes choses

sixième édition

Simone Chamoux a également publié

aux éditions d'utovie

Gens de Provence

(portraits)

Les Confidences d'une

cuisinière provençale

(cuisine)

La Passe-Vogue

(roman)

Le Témoin

(essai)

(suite page 119)

Toute reproduction partielle de la présente publication est interdite
sans autorisation de l'éditeur ou du

Centre Français d'Exploitation du Droit de Copie
(C.F.C., 20 rue des Grands Augustins, 75006 Paris)

© Diffusion Différente - Utovie, 2005

Simone Chamoux

**LES OLIVES,
DU SOLEIL
DANS LA CUISINE**

éditions d'utovie

les illustrations de cet ouvrage sont de
Claire Hache
accompagnées de la reproduction d'un menu républicain
de 1887...

AVANT-PROPOS

Depuis la première édition de ce livre, voici bientôt dix ans, jour après jour, olivades après olivades, bien des choses ont changé.

Et voilà que les olives ont repris leur place dans la cuisine familiale et qu'elles commencent à pointer leur petit nez vert ou noir sur la carte des restaurants. Du moins dans le midi.

J'avoue avoir eu beaucoup de plaisir à recevoir un abondant courrier, fait de trouvailles et de suggestions. Et à retrouver quelques unes des recettes que j'ai proposées sur les tables de restaurants réputés. La première semaine du goût, du 17 au 23 octobre 1994 a été le couronnement de ce travail, puisqu'à cette occasion, de nombreux chefs ont créé leur propre recette. C'était la preuve qu'en recueillant ces recettes traditionnelles, je n'avais pas seulement fait œuvre de gardien de musée, mais que j'avais transmis un patrimoine encore bien vivant, puisqu'il a suffi de souffler sur les braises pour qu'il s'enflamme.

Vous trouverez donc dans cette nouvelle mouture des **Olives**, avec les recettes précédemment données, dont certaines ont été modifiées grâce à vos

suggestions, celles découvertes au hasard de mes lectures ou de mes voyages ce qui vous permettra de mettre à votre menu une recette romaine et de préparer le muge aux olives, plat traditionnel du « gros souper de Noël ». Vous trouverez aussi les recettes proposées par les restaurateurs. Certaines sont très simples. D'autres plus sophistiquées. Toutes sont excellentes et méritent qu'on fasse le détour pour les déguster chez leurs auteurs.

J'ai bien travaillé. Je vous passe la cuillère en bois. Moi, à l'ombre légère de mon vieil olivier je vais méditer le vieux proverbe provençal :

*I a tres bonur sus aquesto terro
beùre fres, mangea pébra
et lo resto douè tems,
lo cuei sus la cadiero,
pentaia... (*)*

Simone Chamoux

(*) Il y a trois bonheurs sur cette terre
Boire frais, manger poivré
et le reste du temps, le cul sur la chaise,
rêver...

Table abrégée

Avant-propos	p. 5
Un Olivier dans le jardin	p. 9
Préparation des olives	p. 11
Accommodement des olives	p. 19
Emploi des olives vertes	p. 24
Emploi des olives noires	p. 40
Emploi des olives vertes & noires	p. 66
Emploi de la farce	p. 77
Emploi de la riste	p. 80
Emploi de la tapenade	p. 82
Et avec les pignons ?	p. 91
La Semaine du Goût en Drôme	p. 93
Au revoir	p. 109
Table détaillée des recettes (*)	p. 111
Notes personnelles	p. 117
Adresses utiles	p. 119

(*) Les nouvelles recettes y sont mentionnées en caractères italiques.



PREMIERE PARTIE

**UN OLIVIER
DANS LE JARDIN**

Symbole de paix.

Vieux comme le monde.

Source de lumière et de joie.

Plantez-le dans un lieu aéré en sol profond et bien drainé. Chaque printemps, apportez-lui une bonne fumure et supprimez les gourmands qui jailliront inlassablement de son gros pied noueux appelé "batte".

L'avant-dernière semaine de carême, juste avant le dimanche des Rameaux, taillez-le généreusement. Débarrassez chaque branche de son vieux bois, supprimez celles qui sont trop vigoureuses et les ramifications inutiles. Quand un olivier est bien taillé *«une hirondelle doit pouvoir le traverser sans plier les ailes»* dit la sagesse paysanne.

Son beau feuillage luisant se couvrira en juin de mille minuscules fleurs blanches; toujours les mêmes exactement que celles que tressa en collier avec ses larmes la jeune épouse du très puissant

pharaon Toutankhamon pour orner sa momie.

Si la pluie ne vient pas gâter sa belle floraison, l'automne venu vous pourrez faire vos olivades.

Dès la fin de septembre vous cueillerez de préférence celles de la variété *salonenque*, petites, en forme de poires pour préparer les olives cassées.

En octobre, ce sera le tour des *picholines*, ovoïdes, bombées d'un côté, au noyau allongé que vous confirez en vert.

En novembre, vous taillerez les olives cueillies violettes, gonflées de sève.

Enfin, en décembre, caparaçonné de tous vos lainages : pulls, chaussettes de laine, après-skis, casquette à oreilles et mitaines, vous soufflerez sur vos doigts en cueillant les tanches mordorées.

A Noël, vous disputerez aux grives et aux merles les dernières olives noires sèches et ridées...

Et le travail sérieux commencera...

NB. Toutes les variétés d'olives peuvent se préparer de toutes les façons. Le résultat est un peu moins bon.

DEUXIEME PARTIE
**PRÉPARATION
DES OLIVES**



— olives cassées —

Travaillez sur une planche.

Donnez à chaque olive un léger coup de maillet de bois.

Mettez les olives dans un récipient de grès ou de verre plein d'eau froide.

Changez l'eau tous les jours pendant neuf jours si elles sont très tendres, douze si elles sont plus fermes. Au bout de ce temps, elles ont perdu leur acidité.

Préparez une saumure de la façon suivante : dans un litre d'eau, versez 100 g. de sel, 2 feuilles de laurier, une branche de fenouil, un peu d'écorce d'orange, 10 à 12 grains de coriandre. Faites bouillir 5 minutes et laissez complètement refroidir.

Versez sur les olives qui doivent être complètement recouvertes.

Les olives sont prêtes à consommer une semaine après.

Retirez celles dont on a besoin au fur et à mesure.

Les autres se conservent plusieurs semaines dans la saumure.

Olives à la picholine (à l'ancienne)

Mettez dans un grand pot de grès le même volume de cendre de bois finement passée que d'olives à préparer.

Ajoutez de l'eau jusqu'à former une pâte à peine coulante.

Versez les olives, brassez avec une cuillère en bois pour ne pas les meurtrir.

Le premier jour : brassez 4 à 5 fois.

Les jours suivants : 2 à 3 fois.

Quand les olives sont devenues tendres sans être molles et que la chair se détache facilement du noyau en enfonçant l'ongle dans l'olive, on les sort, on les rince à grande eau, puis on remet dans le récipient avec de l'eau claire que l'on change tous les jours pendant 9 à 12 jours, jusqu'à ce qu'elles aient perdu leur acreté.

Puis on remplace l'eau par de la saumure (exactement comme pour les olives cassées).

Les "picholines" se conservent jusqu'à Pâques.

NB. L'essence du bois donne un goût différent : éviter les cendres de cyprès.

olives à la picholine (préparation rapide)

Plongez les olives pendant 6 heures dans une solution à 10 % de lessive de soude à la place de cendre de bois. Rincez abondamment et mettre directement dans la saumure.

Attention : la lessive de soude est un produit dangereux à utiliser avec précaution :

- tenir loin des enfants
- bien rincer l'olive que l'on sort de la solution pour goûter.

Ce procédé étant très rapide, il est nécessaire de surveiller attentivement le moment où les olives sont tendres sans être molles.

NB. Recette ancienne indiquée ici à titre anecdotique. Les dangers de la soude à lessive n'étant plus à démontrer.

— olives d'été —

Quand les olives ont pris une belle teinte jaune et commencent de tourner au violet on les met directement dans un pot de grès rempli de saumure préparée selon la formule indiquée pour les olives cassées.

Fermez hermétiquement.

Préparées de cette façon, les olives seront bonnes à consommer en juin prochain.

— olives taillées —

Prenez des olives tout à fait violettes, fendez-les jusqu'au noyau de 4 coups de couteau et procédez comme pour les olives d'été.

Etant plus mûres elles seront prêtes à consommer dès le mois d'avril, au moment où les picholines (s'il en reste) ramollissent lamentablement et prennent un goût de cuir peu agréable.

Olives noires en saumure

Cueillez les olives très mûres, noires et bien lisses.

Mettez-les dans un récipient de grès, de verre ou même de bois.

Recouvrez d'une solution d'eau salée à 10 %, parfumée avec un bon bouquet de laurier.

Couvrez.

Il est inutile de faire bouillir l'eau au préalable.

Les olives sont prêtes à consommer au bout de 4 à 5 mois et se conservent plusieurs années dans la saumure.

Il se forme en surface une "peau" qui est signe de bonne santé de la conserve et qu'il ne faut surtout pas ôter.

NB. Le récipient ne doit surtout pas être fermé hermétiquement.

—olives piquées—

Quand les olives commencent à se rider il fait, généralement, de bonnes gelées nocturnes.

Alors, on enfonce quelques aiguilles dans un bouchon de liège et on se sert de cet instrument pour piquer les olives sur toute leur surface.

On les fait ensuite sauter dans un grand plat bien garni de sel fin dont elles doivent être bien enrobées.

Puis on les met dans un panier bien aéré (le vieux panier à salade en fil de fer fera très bien l'affaire), qu'on suspend à la fenêtre entre vitres et volets 2 à 3 nuits de suite.

Elles sont prêtes à consommer, très savoureuses, mais ne se conserveront que quelques jours.

On peut obtenir le même résultat en les mettant non pas au froid, mais sur une source de chaleur douce : dessous la cheminée, coin de la cuisinière de fonte, mais aussi chaudière ou radiateur.

TROISIEME PARTIE

**ACCOMMODEMENT
DES OLIVES**



olives vertes cassées

picholines d'été. *taillées*

Au sortir de la saumure on les rince abondamment et on les égoutte.

Elles sont prêtes à consommer à l'apéritif, en hors-d'œuvre, pour le casse-croûte et pour les picholines en cuisine.

Hors de la saumure, elles vont perdre rapidement leur belle couleur verte. Il faut donc ne sortir que la quantité nécessaire.

olives noires _____
en saumure

Sortir de la saumure et rincer abondamment. Egoutter. Mettre les olives dans un petit récipient de grès ou de verre avec un peu d'huile d'olive, une gousse d'ail coupée en tranches très fines et une feuille de laurier.

Poivrer et faire sauter afin de bien mélanger le tout. Les olives sont prêtes à consommer ou à utiliser en cuisine.

olives piquées —

Ne pas les rincer. Secouez énergiquement le panier pour éliminer le plus possible de sel.

Arrosez d'huile d'olive nouvelle et de sarriette (pebre d'ail) émiettée.

olives farcies —

Prenez de grosses olives vertes préparées à la picholine, rincez-les, égouttez-les, dénoyautez-les.

Remplacez le noyau par le quart d'un fil d'anchois roulé.

Rangez-les dans un bocal que l'on remplit d'huile d'olive.

Elles sont prêtes à consommer au bout de 2 à 3 jours.

tapenade _____

C'est l'épityrum des Grecs ou le caviar marseillais.

Pilez au mortier : 200 g. d'olives noires rincées et dénoyautées, 100 g. de filets d'anchois, 100 g. de thon mariné à l'huile, 200 g. de câpres (tapeno en provençal), 1 cuillerée à soupe de moutarde. Quand on a obtenu une purée très fine on y incorpore 2 décilitres d'huile d'olive et 2 verres à liqueur de cognac.

Poivrez généreusement.

tapenade d'aujourd'hui

Autrefois, la tapenade était une façon d'utiliser les "vieilles olives" de l'année d'avant, quand elles commençaient à rancir. On mettait donc beaucoup de câpres, beaucoup d'anchois et beaucoup d'alcool pour masquer le goût de rance. Aujourd'hui, on fait la tapenade avec des olives fraîches, on peut donc alléger la recette. Voici celle que **Geneviève Autrand**, des **Vieux Moulins** de Nyons vous propose :

A 250 g. d'olives dénoyautées, ajoutez 15 câpres, 1 petit anchois, 1 cuillerée à café d'eau de vie ou de marc, 2 gouttes d'huile essentielle de thym, une pointe de moutarde, un peu de poivre. Mixez longuement.

farce

Faites revenir le foie et le gésier d'une volaille avec un gros oignon haché menu.

Passez au hachoir à viande ou au broyeur avec 3 ou 4 gousses d'ail, une poignée de thym émietté et 12 olives noires dénoyautées.

Incorporez la mie d'une tranche de pain rassis trempée dans un mélange de lait et d'œuf battu.

Salez. Poivrez.

La farce s'utilise surtout pour fourrer les volailles avant cuisson mais on peut remplacer foie et gésier par des filets de poisson, la farce servira alors à fourrer des encornets ou de gros poissons.

riste

Faites revenir un oignon haché. Poudrez le de farine. Délayez avec un verre de vin rouge et un verre d'eau bouillante.

Ajoutez un bouquet garni : thym, persil, laurier, une tomate pelée, 3 gousses d'ail, sel et poivre.

Laissez mijoter jusqu'à réduction du liquide. Ajoutez une douzaine de câpres et une douzaine d'olives noires.

La riste accompagnait déjà les poissons frits chez les Romains.

QUATRIEME PARTIE
**EMPLOI DES
OLIVES VERTES**



*à l'apéritif, _____
en hors-d'œuvre*

Sorties de la saumure et rincées à grande eau, elles seront servies à l'apéritif ou en hors-d'œuvre avec des charcuteries.

Seules, avec du pain de campagne elles feront un délicieux petit repas entre deux grands quand viendront les longs jours d'été.

goûter du berger _____

Prenez un quignon de pain frais.

Frottez la croûte avec une gousse d'ail jusqu'à ce qu'elle soit bien brillante et que la gousse d'ail soit toute usée.

Salez un tout petit peu.

Mangez avec une poignée d'olives vertes.

sauce financière — pour vol-au-vent

Faites revenir les foies de deux volailles coupés en dés, 4 rognons d'agneaux coupés en 4.

Faites blanchir une cervelle d'agneau et un ris de veau, détaillez-les.

Préparez une sauce béchamel épaisse. Incorporez successivement à cette sauce : les foies, les rognons, la cervelle, le ris, 100 g. de champignons de Paris étuvés et une poignée d'olives vertes dénoyautées.

Salez, poivrez.

Allongez avec un verre de madère.

Laissez épaissir au coin du feu.

Réchauffez les croûtes au four avant de les garnir et passez 5 minutes à four chaud avant de servir.

cake aux olives

Versez dans un saladier :

200 g. de farine, 2 cuillerées à café de levure en poudre, une demi-cuillerée à café de sel fin, 100 g. d'olives vertes picholines dénoyautées, 100 g. de jambon cuit coupé en dés.

Mélangez bien, disposez en puits.

Ajoutez 3 œufs entiers, un verre de vin blanc, un verre à porto d'huile d'arachide (qui se dégrade moins à la cuisson que l'huile d'olive). Mélangez jusqu'à ce que le mélange soit bien lisse.

Remplissez aux 2/3 un moule chemisé et laissez cuire une heure à four moyen (175°C).

Laissez refroidir avant de couper en tranches. Servez avec, par exemple, un coulis de tomate.

Idéal pour pique-nique et buffet froid.
(Peut se préparer la veille).

NB. Voir également p. 96.

rôti de veau aux olives

Pour 1 kg de rôti de veau désossé (réservez les os), prenez 500 g. de lard fumé coupé en lamelles et 100 g. d'olives vertes dénoyautées qu'on introduit dans la viande après l'avoir entaillée avec un couteau bien pointu.

Faites dorer le rôti en cocotte sur toutes ses faces. Ajoutez 2 oignons hachés menus, les os, un verre d'eau. Salez, poivrez.

Couvrez et laissez cuire une heure à feu doux.

Aussi bon froid que chaud.

ragoût à la mentonnaise

Faites revenir la viande comme pour le sauté.

Ajoutez 1 kg. de tomates, 2 gousses d'ail, 1 bouquet garni, 1 clou de girofle, 100 g. d'olives vertes petites, de Nice, dénoyautées, salez, poivrez.

Laissez cuire 40 mn à feu doux.

Ajoutez alors 1 kg. de pommes de terre coupées en quartier, un peu d'eau si nécessaire et remettez sur le feu encore 30 mn.

tête de veau en tortue

La tête ou la demi-tête doit être préalablement cuite au court-bouillon.

Egouttée et refroidie, on la fait cuire un quart d'heure à feu doux avec 1 kg. de tomates épluchées et épépinées, 100 g. d'olives vertes, 500 g. de quenelles de volaille coupées en morceaux, le tout couvert de bouillon.

— ventre farci —
(poitrine de veau)

Pour 1,5 kg. de poitrine de veau désossée et ouverte, il faut préparer une farce avec :

200 g. de porc maigre, 100 g. de lard haché, 100 g. de mie de pain trempée dans du lait, 50 g. de parmesan râpé, 200 g. de petits pois, 50 g. d'olives vertes dénoyautées, 4 œufs durs, 1 cuillerée à café de marjolaine. Sel, poivre.

Remplissez la poitrine avec la farce hachée grossièrement et cousez solidement. Faites dorer rapidement.

Ajoutez un oignon, une carotte, une feuille de laurier, un verre de vin blanc, deux litres d'eau froide.

Faites cuire deux heures et demie (comme un pot-au-feu).

Se mange froid découpé en tranches fines.

Langue de mouton _____ aux olives

Nettoyez les langues, les blanchir, les peler.

Faites revenir 5 mn dans une sauteuse avec un peu d'huile.

Ajoutez 500 g. de tomates coupées en quartiers, 100 g. d'olives vertes dénoyautées, 2 filets d'anchois, 1 bouquet garni (thym, laurier, écorce d'orange). Salez, poivrez. Ajoutez un peu de quatre-épices.

Laissez cuire 1 heure 30 à feu doux.

— poulet aux olives

Enduisez le poulet avec un corps gras et faites-le revenir dans une grande cocotte.

A la poêle, faites également revenir quelques lardons et deux gros oignons coupés en lamelles. Ajoutez-les dans la cocotte.

Versez 3 cuillerées à soupe de farine dans la poêle. Remuez bien pour absorber toute la matière grasse, puis délayez avec un verre de vin blanc sec et un verre d'eau. Salez, poivrez.

Versez cette sauce sur le poulet et faites cuire en cocotte fermée au four 1 heure 30.

Au moment de servir, jetez une douzaine d'olives farcies dans la sauce.

sardines à la corse

Garnissez un plat allant au four de quelques branches de fenouil.

Disposez par dessus une couche de sardines lavées, vidées et dont on a ôté la tête et l'arête.

Recouvrez d'une couche de rondelles d'oignons et de quelques rondelles de citron épluchées.

Parsemez d'olives vertes. Salez, poivrez (légèrement).

Remplissez le plat en alternant ainsi les deux couches. Terminez par une couche de sardines.

Recouvrez de vin blanc et mettez à cuire environ une heure à feu doux.

paëlla algérienne

Faites dessaler deux grosses poignées d'olives vertes dans de l'eau fraîche pendant une heure au moins.

Faites gonfler deux verres de raisins secs dans un grand bol d'eau tiède pendant un quart d'heure.

Videz et flambez un petit poulet. Détaillez-le en morceaux assez petits.

Ecossez et ébouillantez environ 500 g. de petits pois. Décortiquez un kilo de crevettes.

Faites rissoler dans le paëllon les morceaux de poulet avec très peu d'huile. Mettez-les à part.

Faites revenir, toujours dans le paëllon et dans le reste d'huile, un gros oignon coupé en rondelles, puis les crevettes jusqu'à ce qu'elles soient tendres (15 mn environ). Mettez à part.

Tournez 300 g. de riz dans le paëllon. Salez, poivrez. Ajoutez une gousse d'ail et une feuille de laurier.

Ajoutez au fur et à mesure environ deux litres d'eau colorée par du safran en remuant sans cesse avec une cuillère en bois de laurier.

Vers la fin de la cuisson, remettez poulet et crevettes dans le paëllon.

Au moment de servir, ajoutez les olives vertes.

canard aux olives-

Préparez un canard. Bridez-le.

Faites fondre 40 g. de beurre dans une cocotte, faites-y dorer le canard sur toutes ses faces.

Mouillez avec 2 dl de bouillon. Salez, poivrez.

Fermez la cocotte et mettez-la à four doux pendant 2 heures.

Au sortir du four, passez le jus, liez avec 2 cuillerées à soupe de fécule de pomme de terre.

Ajoutez 200 g. d'olives vertes dénoyautées.

Laissez mijoter quelques minutes.

Servez avec de la sauce.

ailerons de dinde

Faites rôtir trois ou quatre ailerons de dinde à la cocotte.

D'autre part, faites fondre 100 g. de lardons de poitrine maigre dans une sauteuse. Ajoutez-y un bouquet de persil, une douzaine d'olives vertes dénoyautées et quelques foies de volaille.

Laissez blondir avant de poudrer de farine. Remuez bien, puis mouillez avec 2 cuillerées à soupe de bouillon et un grand verre de vin blanc sec. Ajoutez les ailerons et laissez cuire une bonne demi-heure.

Au moment de servir, on peut ajouter à la sauce, le jus d'une orange et décorer le plat avec des rondelles d'oranges.

oiseau aux olives *— recette antique*

Prenez un petit poulet de grain et bourrez-le d'olives vertes sans toutefois les tasser, car elles vont augmenter de volume à la cuisson. Recousez soigneusement les ouvertures, puis faites cuire dans un bouillon garni d'un oignon et d'une branche de céleri. A mi-cuisson ajoutez deux poireaux et plusieurs carottes. Ne salez pas : les olives s'en chargeront, mais poivrez généreusement.

Avant de servir, ouvrez la volaille et disposez les olives autour d'elle, avec les légumes.

Recette recueillie (et mise aux normes de nos palais du XX^{ème} siècle) dans **La Cuisine romaine antique** de Nicole Blanc et Anne Nercessian, (Éditions Glénat, Grenoble, 1992).

avec des olives d'été poulet à la marocaine

Faites cuire en cocotte couverte, un beau poulet avec trois oignons émincés, une gousse d'ail, une tasse d'huile d'arachide, sel, poivre, safran et piment doux, gingembre, coriandre et persil selon votre goût.

Le feu doit être très doux et il faut prendre soin de soulever la volaille de temps en temps pour qu'elle n'attache pas.

Lorsque la chair se détache sous la fourchette, le poulet est cuit.

Ajoutez alors une noix de beurre, un demi-verre de jus de citron, 250 g. d'olives vertes ou mieux violettes rincées à l'eau bouillante, quelques quartiers de citrons confits en saumure et laissez mijoter quelques minutes afin que la sauce soit bien onctueuse.

Servez sur un plat ovale avec des fonds d'artichauts en couronne.



CINQUIEME PARTIE

**EMPLOI DES
OLIVES NOIRES**



olives en bonne compagnie

Les olives noires préparées pour la table se mangent volontiers à l'apéritif, en hors-d'œuvre, en accompagnement de charcutailles mais aussi avec la soupe de légumes épaisse dont elles relèvent agréablement le goût.

Elles servent d'accompagnement et de décor à :

- la brandade de morue
- la salade de tomates
- la salade de riz
- la pizza
- la pissadière.

"roma" du mas d'Angirany

Recette communiquée par Marie Mauron.

Prenez autant de tomates "Roma" qu'il y a de convives. Les choisir bien fermes et bien ovales. Les laver, les couper en deux dans le sens de la longueur. Les épépiner, les creuser, réservez la chair.

Hachez finement la chair des tomates avec la même quantité de thon conservé à l'huile, d'olives noires ou vertes dénoyautées, deux ou trois gousses d'ail un peu de persil ou mieux de basilic.

Salez, poivrez, arrosez d'huile d'olive et de jus de citron et garnissez de cette farce les demi-tomates disposées sur un joli plat garni de feuilles de salade.

Tenez au frais.

Au moment de servir, couvrez les barquettes de poudre d'amande ou de noisette et décorez avec des amandes effilées.

paniers de tomates

Découpez la partie supérieure de belles tomates bien rondes de façon à leur donner la forme d'un panier avec son anse.

Rincez-les à l'eau froide et égouttez-les bien.

Garnissez les paniers avec des grains de maïs doux, de petites olives noires de Nice et trois ou quatre filets de cornichons simulant la queue d'un poireau.

Assaisonnez d'un filet d'huile d'olive battue avec le jus d'un citron et légèrement salée et poivrée.

salade napolitaine

Jetez dans un grand saladier :

- la viande émietée d'un reste de poulet
- 3 tomates et 1 poivron vert lavés, épinés et coupés en tranches
- 2 tranches de poitrine de porc "roulée" détaillées en cubes
- des bâtonnets de céleri en branches (un pied entier)
- une poignée de petits oignons confits au vinaigre
- une poignée d'olives noires.

Ajoutez environ 400 g. (un peu moins d'un paquet) de macaroni cuits à la vapeur de préférence et encore tièdes.

Arrosez d'une sauce composée pour moitié d'une mayonnaise et pour moitié de yaourt.

Parsemez selon votre goût de persil grossièrement haché ou de basilic ou de menthe fraîche.

salade sylphide

Au moins deux heures avant le repas, disposez dans un plat peu profond tout un concombre épluché et détaillé en rondelles très fines.

Nappez d'un yaourt "naturel" ou "goût bulgare".

Décorez d'une vingtaine d'olives noires et parsemez de quelques feuilles de menthe hachées menues.

— salade palace

Dans un grand plat "légumier", dressez des cœurs de palmiers débités en gros tronçons.

Tout autour faites des couronnes de rondelles de tomates (un peu comme les rondelles de pommes sur la tarte).

De part en part, disposez des quartiers d'avocats (passés au jus de citron pour leur éviter de noircir), des tranches de pamplemousse épluchées à vif et des olives noires grosses et lisses.

Servez en même temps une émulsion d'huile d'olives, sel, poivre et jus de citron.

pain aux olives —

Dénoyautez 100 g. d'olives noires préparées pour la table. Versez dans un plat saladier 500 g. de farine, un sachet de levure déshydratée, les olives dénoyautées. Mélangez vigoureusement.

Ajoutez d'un seul coup 1/3 de litre d'eau chaude non bouillante. Travaillez énergiquement 3 minutes. Recouvrez le plat d'un torchon.

Laissez reposer 15 minutes dans un endroit frais. Posez la pâte sur la table farinée, aplatissez-la grossièrement avec la main de manière à former un carré dont on rabat les 4 coins au centre. Retournez et arrondissez avec les mains.

Posez la boule sur une plaque graissée, recouvrez à nouveau et laissez reposer 20 minutes.

5 minutes avant la fin de ce temps, chauffez le four (240 °C).

Humectez le dessus de la boule et faites deux entailles au couteau.

Laissez cuire 40 minutes.

-roulades d'olives

Préparez une pâte avec : 500 g. de farine, 1 cuillerée à café de poudre à lever, 1 verre d'huile, 1 verre d'eau chaude.

Quand elle est reposée des deux fois (voir pain), aplatissez-la et découpez dedans des carrés d'une main de côté.

Préparez dans un bol, une garniture avec : 300 g. d'olives noires préparées pour la table, dénoyautées et hachées, 2 gros oignons découpés en rondelles, 1 cuillerée à café de menthe en poudre.

Etalez cette garniture sur les carreaux de pâte. Roulez chaque carreau, dorez-les à l'huile.

Placez sur une plaque huilée.

Laissez cuire à four chaud 30 minutes.

omelette aux olives_

comme à Nyons

Comptez 5 olives par œuf (pour une omelette moyenne, comptez 5 œufs).

Battez les œufs et les olives.

Versez le mélange dans une poêle bien huilée très chaude.

Laissez cuire à feu vif sans remuer.

L'omelette d'olives se mange baveuse.



gâteau d'olives

Préparez une béchamel, incorporez-y 100 g. d'olives noires dénoyautées préparées pour la table et 100 g. de jambon cru coupé en dés puis 3 jaunes d'œufs et, enfin, les blancs battus en neige.

Salez, poivrez.

Versez dans un plat à soufflé huilé.

Laissez cuire 1 heure à 225 °C.

Servez dès la fin de la cuisson.

crêpeau

Préparez une pâte à crêpe un peu épaisse, incorporez-y 100 g. d'olives noires pour la table, qu'on a dénoyautées.

Faites cuire une crêpe épaisse par personne, que vous roulerez.

Servez nappée d'un coulis de tomates.
(Ou de potiron aux olives, page suivante).

coulis de potiron aux olives

Lavez la chair d'un bon kilo de potirons, émincez-la dans une poêle garnie d'un fond d'huile d'olive et de quatre gousses d'ail et laissez fondre tout doucement.

Poudrez d'une demi-cuillerée à café de poudre de gingembre, d'une cuillerée à café de sucre brun. Salez, poivrez et laissez cuire à tout petit feu jusqu'à obtention d'une pâte épaisse. Quelques minutes avant la fin de la cuisson, décorez avec une douzaine d'olives noires.

beignets d'olives.

Les olives sont incorporées à une pâte à beignets un peu épaisse dont on jettera de petits tas de la grosseur d'un abricot dans un bain de friture très chaud.

Les beignets se mangent brûlants en accompagnement d'une salade verte.

coulis d'oignons aux olives

Faites cuire de gros oignons doux piqués chacun d'un clou de girofle dans un diable ou, à défaut, dans des papillotes de papier d'aluminium.

Enlevez les premières peaux.

Faites réduire en coulis au pilon ou au moulin à légumes.

Salez, poivrez légèrement.

Tassez bien dans un plat peu profond. Garnissez abondamment avec des olives noires.

Servez très frais.

bouillabaisse d'olives

Disposez dans un poêlon :
2 cuillerées à soupe d'huile d'olive
1 bouquet de serpolet
8 gousses d'ail non-épluchées
200 g. d'olives noires sorties de la saumure et lavées
1 kg de grosses pommes de terre pelées et coupées en très gros dés.

Salez, poivrez, recouvrez d'eau.

Laissez cuire 20 minutes à feu vif.

bombine

*Recette "retournée" du Canada par Marie Prayal,
de Charlesbourg.*

C'est la variante vaclusienne de la "bouillabaisse".

Le serpolet est remplacé par trois feuilles de laurier fraîchement cueilli.

beefsteaks aux olives

Passez les beefsteacks au gril très chaud, de manière à ce qu'ils soient bien saisis des deux côtés.

Faites réduire en coulis 4 à 5 belles tomates.

Ajoutez un demi-verre de vin rouge et une douzaine d'olives noires sorties de la saumure, lavées et dénoyautées.

Laissez bouillir deux minutes.

Dressez les beefsteacks sur un plat, nappez-les de sauce.

côtelettes d'agneau à la grecque

Roulez les côtelettes dans un mélange de thym, de marjolaine, de safran, de sel, de poivre, finement réduit en poudre.

Faites revenir rapidement les côtelettes ainsi préparées dans une sauteuse huilée.

Ajoutez deux ou trois bulbes de fenouil hachés grossièrement et 100 g. d'olives noires sorties de la saumure, dénoyautées, salez et poivrez, ajoutez un demi verre d'eau et laissez cuire 30 minutes à feu doux.

ragoût d'agneau aux olives _____

Débitez en morceaux une jolie épaule d'agneau et deux belles tranches de poitrine fumée. Faites revenir dans de l'huile d'olive avec une échalote et deux ou trois gousses d'ail.

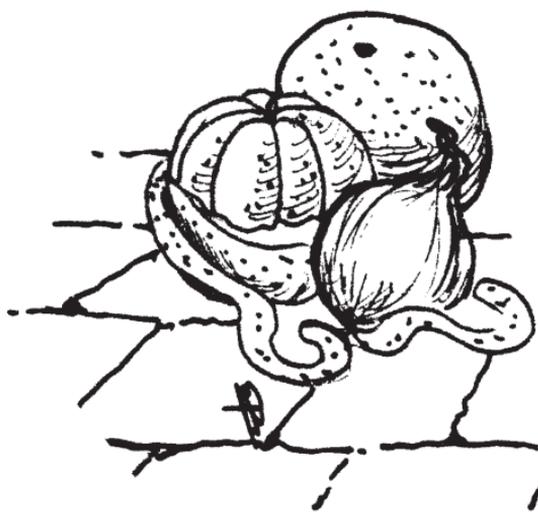
Quand tout est bien rissolé, flambez au marc de Provence, puis mouillez avec un Côte du Rhône rouge. Ajoutez un bouquet garni composé de thym, romarin, laurier, ajoutez une gousse d'ail pilée et quelques baies de genièvre. Ajoutez aussi 4 filets d'anchois, du persil haché et une poignée d'olives noires que vous aurez passées au mixer.

Laissez mijoter une bonne heure.

Au moment de servir, ajoutez un caramel brun.

Présentez avec de la polenta ou des gnocchi, ou de simples croûtons de pain passés au four.

Recette obligeamment donnée par **Soumi Chassagnac** du **Moulin de Cost**, Le Buis Les Baronnie (26170).



tourte de poulet aux olives

Garnissez une tourtière de pâte brisée.

Faites revenir dans une sauteuse un poulet découpé avec 100 g. de lard maigre et 3 petits oignons. Retirez les morceaux de poulet de la sauteuse et disposez-les sur la pâte.

Liez le fond qui reste dans la sauteuse avec une cuillerée à soupe de farine, ajoutez deux grosses tomates pelées et concassées, une petite branche de thym, 250 g. d'olives noires sorties de la saumure, lavées et dénoyautées, et un peu de persil haché. Salez et poivrez.

Laissez cuire le tout 20 minutes à feu doux.

Disposez sur la pâte et recouvrez d'une autre couche de pâte brisée.

Pincez les deux feuilles de pâte.

Faites une cheminée avec une carte de visite roulée au centre de la tourte.

Laissez cuire 30 minutes à four très chaud.

NB. Le même plat peut être réalisé avec des pigeons. Il est beaucoup plus fin.

cailles au poêlon

Dans un poêlon fermé, laissez cuire les cailles à petit feu sur un lit de fines tranches de petit salé parsemé de baies de genièvre pendant 15 minutes.

5 minutes avant la fin de la cuisson, ajoutez une poignée de petites olives noires de Nice, sorties de la saumure et rincées.

Servez avec des croûtons frits très chauds.

lapin aux olives

Dans une cocotte en fonte garnie d'un bon fond d'huile d'olive, faites revenir un joli lapin coupé en morceaux.

Lorsque tout est bien doré de tous les côtés, salez et poivrez.

Ajoutez deux gros oignons émincés puis une gousse d'ail écrasée, et baissez le feu. Lorsque les oignons sont transparents et presque blonds poudrez de farine, remuez bien et laissez cuire 3 à 4 minutes, pas plus, avant de mouiller avec un verre de vin blanc sec. Quand le vin se met à bouillir, ajoutez un grand verre d'eau froide, un bouquet de thym et une feuille de laurier. Couvrez et laissez cuire 45 minutes à feu doux.

Pendant ce temps, dénoyautez deux poignées de grosses olives noires que vous jetterez dans la cocotte dix minutes avant la fin de la cuisson.

Vous servirez votre lapin avec une couronne de pommes de terre frites ou de tagliatelles fraîches.

estoficado

Dans un plat à gratin, disposez : deux cuillerées à soupe d'huile d'olive, une couche d'oignons et de poireaux hachés, des morceaux de morue dessalée, 1 kg de tomates épluchées et coupées en tranches, un bouquet garni (thym, laurier, écorce d'orange, persil), une branche de basilic. Salez, poivrez.

Ajoutez environ 200 g. de petites olives noires de Nice, lavées et 500 g. de pommes de terre coupées en rondelles. Couvrez d'eau, laissez cuire à feu doux, une heure trente minutes.

Juste avant de servir, tartinez avec une crème faite de 4 anchois pilés avec 1/4 de verre d'huile et 1/4 de verre de cognac.

encornets à la provençale

Faites mariner les encornets une heure dans un court-bouillon.

Remplissez-les de farce au poisson.

Fermez chaque encornet avec un pique-olive.

Faites-les dorer au poêlon puis versez dessus la marinade.

Ajoutez 4 gousses d'ail non-épluchées, quelques olives noires dénoyautées et laissez cuire 45 minutes.

Servez avec des croûtons fumants.

morue des alpilles

Recette de la "Tante Bellon" du moulin de Bédarrides à Fontvieille.

Faites pocher et égoutter la morue dessalée.

Dans une cocotte en fonte, versez 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive et y faire blondir un gros oignon haché menu.

Posez dessus les morceaux de morue et remplissez aux 3/4 de blanc de poireau (avec un peu de vert) coupé en fines rondelles.

Ajoutez une grosse poignée de belles olives noires sorties de la saumure et rincées.

Recouvrez de vin blanc et laissez cuire à feu doux jusqu'à ce que les poireaux soient réduits en coulis.

barquettes d'aubergines à la purée d'olives

Lavez et essuyez 4 aubergines bien lisses et bien fermes. Coupez-les en deux dans le sens de la longueur et dessinez à la pointe du couteau des losanges sur la pulpe. Rangez-les dans un grand plat à four généreusement huilé. Tartinez de purée obtenue en hachant finement une vingtaine de grosses olives noires avec 8 filets d'anchois dessalés, deux cuillerées à soupe de câpres au vinaigre, un bouquet de persil, une gousse d'ail et une grosse mie de pain. Salez, poivrez et ajoutez une bonne cuillerée à soupe d'huile d'olive.

Garnissez de bâtonnets de tomates et poudrez de marjolaine. Laissez cuire 45 minutes à four chaud puis encore 5 minutes à four très chaud pour dorer.

_____ *régal*
du jamissaire

Mettez à tremper des haricots blancs la veille.

Faites-les cuire à grande eau salée. Egouttez et rincez plusieurs fois à l'eau froide.

Lorsqu'ils sont tout à fait refroidis, jetez-les dans une sauce composée d'huile d'olive, de jus de citron, de sel et de poivre.

Ajoutez un gros oignon doux coupé en lamelles et une douzaine d'olives noires dénoyautées et coupées en deux ou même en quatre.

spaghetti aux olives noires et à l'orange

Taillez le zeste de 2 oranges en fines lamelles et faites-les bouillir deux minutes dans de l'eau.

Hachez un oignon et faites-le revenir dans un peu d'huile jusqu'à ce qu'il devienne transparent. Ajoutez une poignée d'olives noires, le zeste d'orange. Remuez, salez et ôtez du feu. Pendant ce temps, vous aurez cuit dans de l'eau bouillante salée, des spaghetti *al dente*.

Une fois les spaghetti égouttés, servez-les bien mélangés à la sauce.



SIXIEME PARTIE

**EMPLOI DES OLIVES
VERTES & NOIRES**

sauce à la viande pour spaghetti —

Lavez, épépinez, coupez grossièrement 500 g. de tomates. Passez au moulin à légumes (grosse grille). Hachez finement 6 oignons, 2 gousses d'ail.

Détaillez en rondelles les branches d'un petit céleri. Dans une large poêle huilée, faites revenir à feu moyen l'ail, l'oignon, le lard, le céleri sans cesser de tourner pendant 5 minutes avec une cuillère en bois. Ajoutez alors 450 g. de viande de bœuf.

Laissez cuire encore 5 minutes en remuant toujours. Ajoutez alors les tomates, 12 grosses olives noires dénoyautées et coupées en 4, un bouquet de thym, 2 verres de bouillon. Poivrez, salez modérément, couvrez et laissez mijoter une heure à feu doux.

Au moment de servir, ajoutez les olives farcies.

Nappez les spaghetti cuits à l'eau avec la sauce ou présentez séparément.

pâtes à la portugaise

Faites fondre une bonne noix de beurre dans une sauteuse, incorporez un verre de crème épaisse en remuant doucement sur feu doux. Ajoutez un verre de madère et une poignée de parmesan râpé, quelques petites olives vertes bien rincées et quelques petites olives noires, salez, poivrez.

Versez cette sauce sur les pâtes cuites à l'eau *al dente* (encore un peu fermes).

grande salade d'été

Elle se compose d'une bonne poignée d'olives noires et vertes et de tous les légumes du jardin :

- tomates
- concombres
- choux-fleurs
- oignons doux
- haricots verts blanchis

mais aussi de maïs doux, champignons de Paris, etc.

Garnie d'huile d'olive, sel, poivre et jus de citron, elle se sert avec des œufs durs et des croûtons de pain grillés généralement pour le "goûter" de cinq heures après la sieste.

pan bagna

Décalottez un petit pain rond.

Otez un peu de mie à la partie inférieure.

Posez dessus :

— deux rondelles de tomate

— une rondelle de concombre et une d'oignon doux alternées avec des tranches d'œuf dur.

Posez par dessus une sardine à l'huile écrasée et quelques olives noires et vertes dénoyautées.

Remettez la calotte de pain.

Attendez un peu avant de manger, mais pas trop.

Il faut que le pain soit tout juste "bagna" sans être détrempé.

aubergine en carriar

Lavez de belles aubergines bien fermes et mettez-les à cuire au four ou sur la braise entière sans les peler.

Lorsqu'elles sont bien tendres, fendez la peau et recueillez la chair avec une cuillère.

Mélangez cette pulpe avec autant de gousses d'ail écrasées, autant de cuillerées d'huile d'olive que vous avez d'aubergines et le jus d'un beau citron pour quatre aubergines. Salez, poivrez.

Servez très frais avec des olives noires et vertes en garniture, soit en couronne autour du plat, soit en nid au centre.

polenta povera

Préparez une polenta selon la recette habituelle (tournez 20 mn sur feu doux cinq tasses de semoule de maïs dans deux litres d'eau salée poivrée et assaisonnée d'un peu de muscade râpée avec une cuillère en bois).

Quand la polenta est prête, jetez-y une poignée d'olives noires et une d'olives vertes. Mélangez bien. Versez la polenta dans un moule peu profond (4 à 5 cm).

Lorsqu'elle est bien refroidie, démoulez et découpez en pavés qu'on sert avec une salade verte tels quels ou passés au four ou légèrement frits à la poêle.

NB. La polenta est plus savoureuse si on ne dénoyaute pas les olives.

mechouiya leila

Grillez au four ou sur la braise deux gros poivrons rouges et un vert et trois ou quatre tomates bien mûres.

Pelez et épépinez poivrons et tomates. Coupez le tout en petits morceaux.

Versez dans un plat bien frotté d'ail écrasé.

Salez, poivrez. Arrosez d'huile d'olive et de jus de citron.

Garnissez d'olives noires et vertes. Servez très froid.

babriya

Coupez du pain rassis en tranches de 1 cm d'épaisseur.

Trempez-les dans de l'eau additionnée de quelques gouttes de vinaigre et (si on aime) de harissa pour les imbiber légèrement.

Garnissez-en un plat creux.

Ajoutez la méchouiya préparée selon la recette précédente puis enrichie de quartiers d'œufs durs, de petits cubes de gruyère, de miettes de thon et d'olives vertes et noires.

Servez très frais.

bœuf à la gardiane

Faites roussir à l'huile dans une cocotte deux gros oignons hachés et 200 g de petit salé coupé en dés.

Ajoutez 500 g de bœuf pris dans la macreuse, de préférence, débités en morceaux de la grosseur d'un abricot.

Quand la viande est bien dorée, salez et poivrez, puis ajoutez un oignon piqué de 5 clous de girofle, un bouquet garni (thym, laurier, écorce d'orange), une poignée d'olives vertes, une poignée d'olives noires, quelques pommes de terre coupées en gros dés.

Mouillez avec un verre d'eau, couvrez. Laissez cuire à feu doux jusqu'à ce que la sauce soit réduite.

muge aux olives

Ecaillez et videz le poisson, sans oublier d'enlever la membrane noire. Lavez, essuyez, enlevez la tête et coupez le muge en six tronçons.

Dans une sauteuse huilée, faites revenir légèrement deux gousses d'ail et une poignée de persil, hachées finement ensemble. Ajoutez le poisson et faites-le bien passer dans l'huile sur toutes les faces. Poudrez de farine, mouillez avec un jus de citron et un demi-verre d'eau chaude. Salez, ajoutez une pincée de safran et 150 g. d'olives vertes et noires mélangées. Laissez mijoter un quart d'heure à petit feu.

Ce plat est donné par **Marion Nazet** dans **Misé Lipeto**, (Éditions Créer, 63340 Nonette) comme faisant partie du menu traditionnel du soir de Noël en Provence maritime.

Ne le ratez pas, vous me feriez honte!

tarte aux olives

Faites une pâte brisée selon votre recette personnelle. Quand elle est suffisamment reposée (une heure environ), on en fonce un moule à tarte. Puis on la pique avec une fourchette, on la recouvre d'un papier sulfurisé et de quelques haricots secs et on la met 15 minutes à four chaud.

Pendant que la pâte précuit, dénoyautez 125 g. d'olives vertes, versez-les dans une petite casserole, arrosez-les d'un jus de citron et couvrez d'eau. Faites bouillir deux à trois minutes. Egouttez.

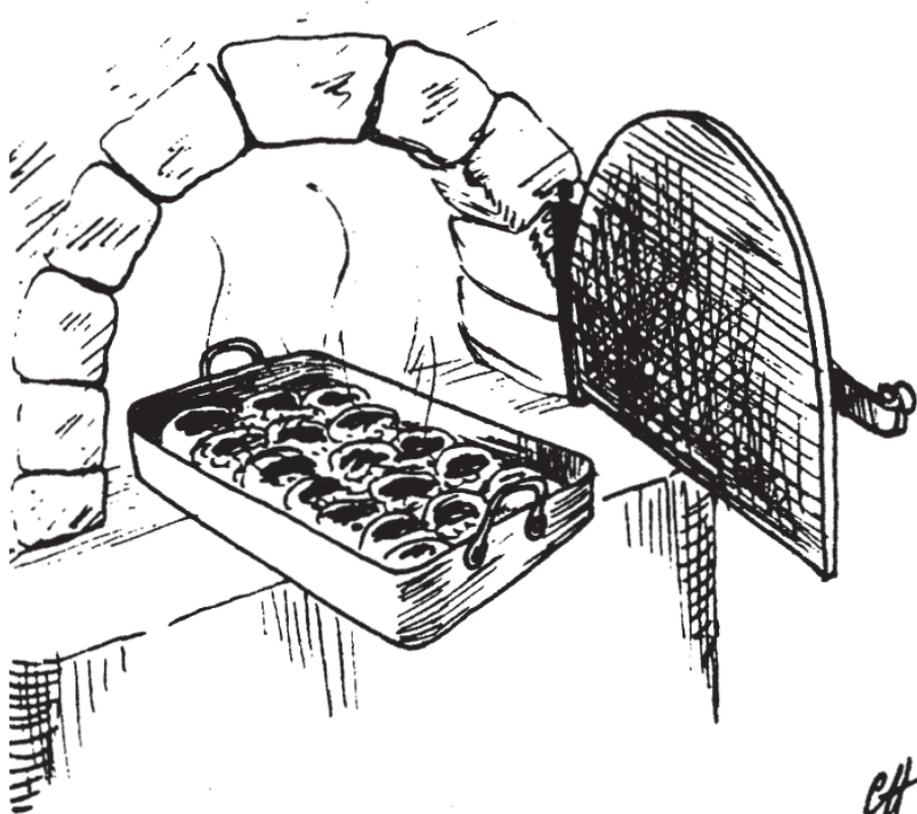
Dans une jatte, battez 4 cuillerées à soupe rases de farine, 3 œufs entiers plus 2 jaunes et 300 g. de crème fraîche, jusqu'à ce que le mélange soit bien homogène. Poivrez.

Retirez la pâte du four, débarrassez-la des haricots et du papier sulfurisé et couvrez-la avec le mélange œufs-crème. Garnissez le centre avec une douzaine d'olives noires, répartissez les olives vertes en couronne et disposez 12 filets d'anchois en rayons. Remettez au four pour une petite demi-heure. Attendez que la tarte soit bien dorée.

Elle se déguste chaude ou froide, accompagnée d'une salade verte.

SEPTIEME PARTIE

EMPLOI DE LA FARCE



pintadeau farci—

Bourez l'intérieur d'un pintadeau de farce aux olives préparée comme indiqué en troisième partie.

Recousez soigneusement les ouvertures. Faites cuire au four en cocotte couverte avec de petits lardons et une poignée de gousses d'ail non épluchées.

NB. Toutes les volailles, de l'oie au pigeon, peuvent se préparer de cette façon.

— pommes de terre farciées

Prenez une douzaine de pommes de terre de grosseur moyenne et de forme assez régulière.

Pelez-les, creusez-les, dressez-les dans un plat à gratin.

Une fois remplies de farce, poudrez-les de chapelure, remplissez aux trois-quarts le plat d'eau, dans laquelle vous avez mêlé deux bonnes cuillerées d'huile d'olive.

Laissez cuire environ 50 minutes à four moyen.

HUITIEME PARTIE

EMPLOI DE LA RISTE



— poisson en riste

La riste sera servie avec des poissons cuits au court-bouillon.

Préparée en plus grande quantité, on en couvre le poisson cru et on le fait cuire à tout petit feu dans la riste sans remuer.

Le poisson le plus souvent préparé de cette façon est le thon dont on choisit une tranche prise du côté de la queue, une tranche "fermée".

NEUVIEME PARTIE

EMPLOI DE LA TAPENADE



fleurs d'artichauts

A la fin de la saison de production on trouve sur les marchés de tout petits artichauts vendus en bouquets de cinq ou six.

Vous les débarrassez de leur queue et de leur premier rang de "feuilles", on les décime légèrement puis on les coupe en quartiers comme une pomme (quatre ou huit selon grosseur).

Disposez les quartiers sur une assiette autour d'un petit tas de tapenade.

Croquez chaque quartier saucé dans la tapenade.

canapés froids pour apéritif

Tartinez de tapenade de petites tranches de pain de mie ou de pain de campagne.

canapés chauds

Tartinez de petites tranches de pain grillé ou des croûtons, passez-les au four très chaud.

Servez très chaud autour d'une volaille rôtie en alternance avec des pommes soufflées.

Mais pour un buffet ou en entrée, on peut les servir dressés en pyramide sur un grand plat, accompagnés d'une salade verte, amère de préférence.

choux d'Aubres—

Préparez une pâte à choux selon la formule habituelle et divisez-la en petites boules de la grosseur d'une noisette. Elles tripleront de volume à la cuisson. Laissez bien cuire et même un peu dessécher au four.

Laissez refroidir, garnissez de tapenade.

Servez à l'apéritif.

Idéal pour un buffet.

barquettes du Buis—

Faites cuire à blanc de petites barquettes de pâte brisée et garnissez-les de tapenade. Garnissez de quelques grains de jaune d'œuf.

Servez en entrée ou pour un buffet.

allumettes et sacristains

La pâte feuilletée découpée en toutes petites portions afin de cuire plus rapidement, sera enduite de tapenade avant cuisson.

Pour les allumettes on recouvre d'une seconde portion de pâte feuilletée (et on appuie légèrement sur les bords pour souder).

Pour les sacristains on tord simplement la pâte enduite de tapenade.

Passez quelques minutes à four très chaud.

— œufs farcis à la tapenade

Ecaillez les œufs durs, évidez-les. Prenez la moitié des jaunes et incorporez à un même volume de tapenade.

Remplissez les blancs avec ce mélange. Poudrez avec le reste des jaunes.

Servez sur un lit de feuilles de laitue.

oignons farcis à la tapenade

Pour huit oignons :

Epluchez les oignons. Coupez leur chapeau. Evidez-les à demi et rangez-les dans un plat à four.

Hachez l'intérieur des oignons avec une bonne tranche de jambon cru, un bouquet de persil et 3 belles gousses d'ail.

Incorporez au hachis environ 125 g de tapenade, 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive et 2 tranches de pain dur émietté. Salez, poivrez.

Remplissez les oignons de cette farce. Remettez les chapeaux et piquez dans chacun la moitié d'un clou de girofle.

Emplissez le plat d'eau ou de bouillon de viande aux trois-quarts et laissez cuire à four chaud environ 45 minutes.

fausses truffes vrai régal

Dans un grand bol, travaillez à la fourchette deux fromages de chèvre crémeux avec de l'huile d'olive jusqu'à obtenir une pâte homogène (la quantité d'huile varie beaucoup avec le degré d'onctuosité du fromage).

Poivrez et mettez au frais.

Dénoyautez et hachez finement une grosse poignée d'olives noires préparées pour la table.

Avec la pâte de fromage et d'huile, faites des boules de la grosseur d'une belle noix et glissez dans chacune un peu de tapenade.

Enfin, roulez chaque boule dans le hachis d'olives.

Les fausses truffes se servent sur un lit de salade verte frisée.

Si vous les avez préparées à l'avance tenez votre plat au frais.

Barquettes d'aubergine — à la tapenade

Coupez le pédoncule des aubergines, lavez-les et séchez-les. Après les avoir partagées en deux dans le sens de la longueur, dressez-les dans un plat à four huilé. Avec un couteau bien pointu entaillez la pulpe des aubergines sans entamer la peau de manière à tracer un quadrillage assez serré. Tartinez chaque demi-aubergine avec de la tapenade (généreusement). Garnissez de lamelles de tomates. Arrosez légèrement d'huile et poudrez de marjolaine. Laissez cuire 45 minutes à four chaud (thermostat 7 : 225-300 °C).

Spaghetti à la tapenade

Garnissez les spaghetti cuits *al dente* avec une sauce faite de deux cuillerées à soupe d'huile d'olive, un pot de tapenade et deux pots de ricotte (ou *ricotta* : fromage italien blanc de brebis ou vache). Mélangez bien. Avant de servir parsemez de feuilles de basilic hachées.

carré de veau à la tapenade

Prévoyez pour six personnes un carré de veau de 2 kg, légèrement bardé.

Salez, poivrez, garnissez de noisettes de beurre et faites cuire au four environ 30 minutes dans un grand plat au fond duquel vous aurez versé un tout petit peu d'eau.

Lorsque votre carré est cuit, laissez-le reposer 10 minutes à la porte du four. Puis posez-le sur une planche et découpez-le en tranches épaisses, mais sans couper jusqu'au bout. Tartinez chaque tranche de tapenade et donnez deux tours de ficelle pour reconstituer le rôti. Remettez 5 minutes à four chaud en arrosant bien avec le jus.

Dressez sur un plat chaud, retirez la ficelle et accompagnez le rôti de son jus en saucière.

DIXIEME PARTIE

**ET AVEC
LES PIGNONS ?**

Autrefois, quand les choses n'allaient pas très bien, ma grand-mère disait : *Jean fai-ti, gras maï de pignoun d'ulivo!* (Jean engraisse-toi avec des noyaux d'olives).

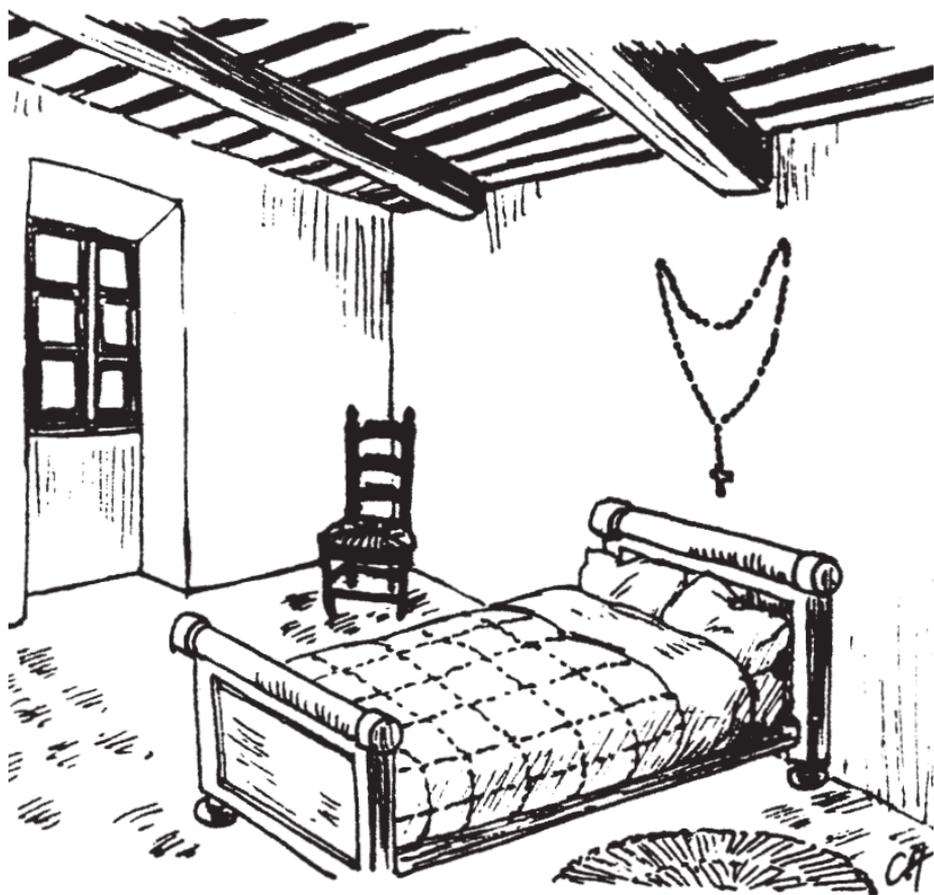
Cela signifiait : débrouillons-nous avec le peu que nous avons, utilisons jusqu'à notre dernière miette de nourriture.

Mais, ces fameux "pignons", l'été nous les lancions sans façon dans la cour où ils se mêlaient aux cailloux pour nous sauver de la boue les jours d'orage. L'hiver, par contre, ils allaient brûler jusqu'au dernier dans le foyer de notre petite cuisinière de fonte noire à trois pieds qui s'efforçait de les convertir en maigre chaleur.

Il y a longtemps, polis avec une infinie patience percés et enfilés en longs rosaires ils étaient l'unique ornement de bien des chambres blanchies à la chaux. On disait que ceux qui faisaient ces rosaires accomplissaient ainsi une pénitence ou un vœu.

Aujourd'hui, personne ne fait plus rien du tout avec les pauvres pignons d'o-

lives qui ne servent même pas à faire de petits oliviers puisque l'arbre laisse rejaillir de son pied chaque année des rejets vigoureux qu'il suffit de replanter pour avoir de nouveaux oliviers.



ONZIEME PARTIE

RECETTES PRÉSENTÉES
à l'occasion de
LA SEMAINE DU GOUT

par les restaurants de Nyons
et de la Drôme provençale.



AVEC LE PARRAINAGE DU
CONSEIL NATIONAL
DES ARTS CULINAIRES

Caviar d'aubergine aux olives sur sa mousseline de tapenade

Epluchez puis détaillez en dés, 6 belles aubergines et laissez dégorger au sel pendant deux heures.

Au bout de ce temps, garnissez un faitout d'un fond d'huile d'olive et d'une gousse d'ail épluchée et écrasée. Ajoutez-y les aubergines, quelques feuilles de basilic hachées et laissez cuire à l'étouffée. Après cuisson, passez au moulin à légumes, ajoutez 5 œufs battus avec un quart de litre de crème fraîche puis 150 g. d'olives noires dénoyautées. Garnissez une terrine ou des ramequins individuels et faites cuire au bain-marie, au four.

Servez chaud ou froid avec une sauce composée de sauce hollandaise, de tapenade et de crème fraîche par parts égales.

Se déguste tout l'été et même en arrière-saison, chez **Jean-Pierre Delaire**, à **La Croisée des Chemins** (26110 Vinsobres).

crêpes d'épeautre à la tapenade _____

Préparez une pâte à crêpes avec 200 g. de farine d'épeautre, 4 œufs entiers, 200 g. de crème double et 650 g. de lait, sel, poivre. Ajoutez-y 100 g. de tapenade.

Faites cuire des crêpes très fines (vous devez en obtenir 18), et passez-les quelques minutes au four avant de servir, pour qu'elles soient bien croustillantes.

Pour la garniture, vous aurez cuit 18 petites côtes d'agneau désossées avec 150 g. de ris d'agneau, 4 oignons blancs émincés, 1 branche de céleri et 300 g. de champignons frais dans un Vin de Pays des Baronnies blanc (cépage Chardonnay, de préférence). Ajoutez de la ciboulette, du thym, du persil hachés et 100 g. de crème double. Salez, poivrez. Remettez au feu deux minutes avant de servir.

On vous servira ce délice au **Colombet**, l'hôtel-restaurant centenaire de la place de la Libération à Nyons où **Pascal Geffroy** le prépare toujours, à la demande, avec un égal bonheur.

cake aux olives

Martine Plantevin, à l'**Auberge du Moulin du Château** (26310 Villeperdrix) le prépare selon ma recette (voir page 27).

Mais elle le garnit par moitié d'olives vertes et noires.

feuillantine de pintade à la tapenade

Découpez une jeune pintade. Désossez entièrement les cuisses, les ailes et les filets.

Tartinez chaque morceau avec de la tapenade, salez, poivrez et laissez en attente.

Découpez une plaque de pâte feuilletée de 500 g. en cinq parties et étalez-la de façon à pouvoir en enfermer chaque morceau de pintade.

Dorez à l'œuf et mettez à cuire sur une plaque, 25 minutes à four très chaud.

Chez **Claude Aumage**, au **Dauphiné Provence** (26510 Sahune), on vous servira cette merveille avec une sauce au porto.

Cuisses de Canard aux olives de Nyons

Comptez une cuisse de canard par convive.

Préparez une farce en hachant menu autant de carottes et autant de fois sept olives dénoyautées qu'il y a de cuisses de canard et en mélangeant le tout avec une grosse mie de pain trempée dans du lait.

Farcissez les cuisses préalablement désossées en prenant soin de les ficeler solidement. Faites revenir les paquets dans l'huile d'olive. Dégraissez, singez^(*) légèrement, déglacez au vin blanc puis mouillez avec deux verres de bouillon de volaille. Laissez cuire 1 h 30 à feu doux.

Avant de servir, ajoutez un peu de crème à la sauce.

A l'automne, au **Hameau** de Valouse (26110), chez **Jacques et Michèle Gaulard**, le chef **Jean-Marie Métivier** vous servira cette merveille avec des grisets frais cueillis.

(*) **Singer** : poudrer de farine, avec l'idée de "sécher". Un de ces succulents termes culinaires qui évitent des expressions aussi incongrues que "saupoudrer de farine". (ndle)

terrine de canard maison aux olives

Ce plat demande à être fait en assez grande quantité. Pour le réaliser, il vous faudra 2 canards entiers que vous désoserez à cru. Vous obtiendrez environ 2,4 kg de chair que vous hacherez avec 1 kg de foie de volaille et 1,5 kg de poitrine de porc fraîche.

A la viande hachée, ajoutez trois œufs, 15 cl de cognac, 300 g. d'olives dénoyautées. Salez, poivrez et faites cuire au bain-marie au four une heure et demie.

A La Charrette Bleue (26110 Condorcet), **Denis Jadon** en a toujours pour les gourmets. Il suffit de demander.

roulade de lapin à la tapenade et aux pignons

Désossez complètement un beau lapin. C'est plus facile que ce qu'on croit. Couchez-le sur un lit de crépine. Tartinez-le de tapenade. Puis d'une farce composée de 200 g. de chair à saucisse, du foie du lapin coupé en petits dés, d'un œuf, d'une grosse mie de pain trempée dans du lait, de 100 g. de pignons de pin et d'un peu de crème fraîche. Salez, poivrez, ajoutez une pincée de quatre-épices, rabattez la crépine sur la farce et roulez le tout en un gros boudin.

Faites fondre 50 g. de beurre dans une cocotte en fonte. Placez le boudin au milieu et les os sur les côtés. Le lapin cuira 45 minutes au four. A mi-cuisson on l'arrosera avec un demi-litre de bon vin rouge.

On le servira, sans les os, comme un rôti.

C'est une des spécialités de **Christian Cormont** au **Petit Caveau**, rue Victor Hugo à Nyons.

le lapereau à la sauce tapenade et aux ravioles du Royans

ou : le régal de Serge Wattel, que vous pourrez déguster en son domaine : Les Oliviers, 2 rue André Escoffier à Nyons (26110).

Faites braiser le lapereau détaillé dans une cocotte en fonte tapissée d'huile d'olive, en compagnie d'un gros oignon émincé et d'un joli bouquet garni. Laissez colorer, puis déglacez au vin blanc sec et laissez la cuisson s'achever tout doucement. Préparez la sauce en mélangeant au bain-marie un fond obtenu en faisant braiser des parures de lapin, bouquet garni, carottes émincées, thym, laurier, clous de girofle, romarin et poivre en grains, avec un demi-verre de vin blanc sec, 3 cuillerées à soupe de tapenade très finement pulvérisée et 2 cuillerées de crème fraîche épaisse.

Servez le lapereau nappé de sauce tapenade et accompagné de ravioles (*) du Royans pochés dans du bouillon de volaille.

(*). Les ravioles ont la forme des ravioli, mais en beaucoup plus petits. Ils sont fourrés de fromage et de verdure. Ils sont pochés à la minute.

*filet de loup grillé et
ses toasts au rôti
————— d'olives de Nyons*

Pour chaque personne, comptez un filet de loup d'environ 150 g. et 50 g. d'olives noires de Nyons.

Placez les olives parsemées d'herbes de Provence dans un plat à gratin et passez-les au four, jusqu'à ce qu'elles soient légèrement rôties.

Lorsqu'elles sont refroidies, dénoyautez-les et passez-les au mixer avec une quinzaine de câpres, 2 gousses d'ail et un peu d'huile d'olive. Tartinez les toasts avec cette préparation.

Les filets de loup, assaisonnés et badigeonnés d'huile d'olive seront grillés à feu vif.

Chez Denis Cuerva, au **Resto des Arts**, rue des Déportés à Nyons (26110), on vous servira le poisson couronné de riz blanc ou de légumes-vapeur et décoré de toasts. C'est un délice.

truites à la tapenade

Comptez une truite "portion" par convive.

Achetez-les non vidées pour pouvoir les ouvrir par le dos. Retirez l'arête en sectionnant chaque extrémité avec des ciseaux et ôtez l'intérieur sans fendre le ventre.

Garnissez vos truites d'une farce composée de tapenade, de fines herbes fraîches et d'un peu de mie de pain trempée dans du lait.

Chaque truite refermée sera cuite à la meunière dans une poêle que vous déglacerez au dernier moment avec un mélange d'huile d'olive, de vinaigre et de thym.

Recette donnée par **Mireille Colombe** qui en régale ses clients à l'**Auberge du Vieux Village**, à Aubres (26110).

Suprême de Cabillaud à la compote de tomates et sabayon d'olives de Lyons

Pour 4 convives.

Dans une marmite de bonne taille, préparez un fumet avec 2 carottes, 2 poireaux, 2 oignons coupés grossièrement et quelques parures de poisson que vous aurez demandées au poissonnier. Salez, poivrez, mouillez avec un demi-litre d'eau. Portez à ébullition, écumez, baissez le feu et laissez frémir 10 minutes. Passez au chinois et réservez.

Chauffez 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive dans une poêle. Faites-y blondir un gros oignon détaillé en fines rondelles, puis ajoutez 1 kg de tomates épépinées, pelées et coupées en dés, un peu de sel, une pincée de sucre, un bouquet garni et une gousse d'ail. Laissez cuire 10 minutes à feu doux.

Prévoyez pour chaque convive une escalope de cabillaud de 150 g. environ. Badigeonnez vos escalopes d'huile d'olive avant de les mettre à cuire 10 minutes dans un grand plat, dans le four

préchauffé à 100°C.

Pendant que les escalopes cuisent, montez le sabayon. Tout d'abord battez deux jaunes d'œuf avec un demi-verre de fumet de poisson. Portez à feu doux et, sans cesser de remuer, ajoutez 150 g. de beurre. Retirez du feu dès que le mélange commence à épaissir et ajoutez deux cuillerées à café de vinaigre de Xérès, un filet de jus de citron et une cuillerée à soupe de tapenade.

Disposez la compote de tomates au milieu de l'assiette. Posez dessus l'escalope de cabillaud que vous entourez d'un filet de sabayon. Parsemez de ciboulette cisailée.

Si vous ne voulez pas vous lancer dans cette préparation de grande classe, venez donc la déguster chez **Claude Romanet**, à **La Picholine**, promenade de la Perrière, à Nyons (26110).

Cassolettes de poisson à la crème et aux olives de Nyons

Détaillez des filets de poisson blanc (lieu noir, merlan, rascasse, etc.), en petits carrés de 4 cm par 4 cm.

Salez-les un tout petit peu, puis passez-les dans la farine avant de leur faire faire un aller-retour dans la poêle. Disposez-les dans les cassolettes.

Utilisez l'huile qui reste dans la poêle pour lier un roux avec 3 ou 4 cuillerées de farine blanche. Mouillez avec de la crème fleurette, allongée d'un bon tiers d'eau.

Dénoyautez et émiettez les olives noires. Mettez-les dans la sauce, sans les remuer.

Laissez reposer un petit quart d'heure, pour que le goût des olives pénètre bien dans la préparation, puis recouvrez-en les carrés de poisson.

Il est très possible de préparer ce plat à l'avance. Il suffira de le réchauffer au

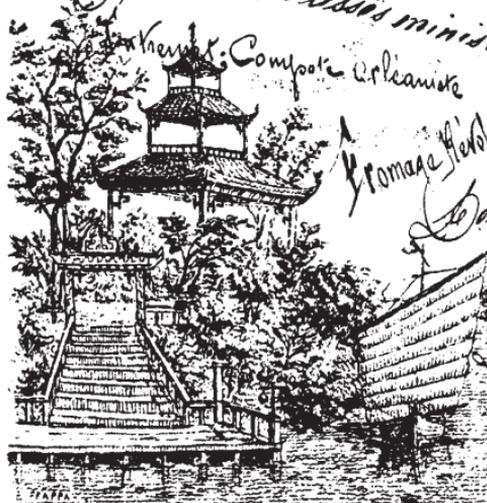
four avant de servir.

Si vous êtes décidément trop pressés, allez donc vous approvisionner chez **Isabelle et Bernard Sereno**, traiteurs, **place des Arcades à Nyons**, qui ont "inventé" cette entrée délicieuse et très fine.



MENU
du 3 Décembre 1887

Potage: Carpioca Bonkitchonimé
 Huitres de la crise
 Veluté: Bouchées Présidentielles
 Poisson: Jolis pitus à la Demission
 Entrecôte: Cimet de lièvre de Barcelo à la Dixoulide
 Légumes: Choux de Bruxelles à la Terry - Fonds de Celari à la Freycinet
 Rôti: Boeuf ministérielle
 Foie gras au Congrès
 Dessert: Compote arkanise
 Fromage Révolutionnaire
 Desserts servis au Message



Jims
 Chas Boulanger
 Chateau Wilson
 Champagne
 Marguier

AU REVOIR

N'oubliez jamais :

— que la cuisine est fille de tradition
mais nièce de poésie et d'imagination

— qu'on peut remplacer le jambon par
un reste de viande ou de volaille; les
biscottes par du pain dur et 10 grosses
olives par 20 petites. Et même les tomates
fraîches, par du coulis.

Si vous êtes "fan" de l'auto-cuiseur,
qui est bien utile quelquefois, divisez
toujours le temps de cuisson par 3.

Et, mais ceci est valable bien au-delà
de la cuisine, que la meilleure manière de
ne pas rater l'aïoli c'est toujours de faire
une vinaigrette.

Simone Chamoux
aux Gûards
à Nyons.

notes personnelles

TABLE DÉTAILLÉE DES RECETTES

PREMIERE PARTIE	p. 9
"UN OLIVIER DANS LE JARDIN"	
DEUXIEME PARTIE	p. 11
PRÉPARATION DES OLIVES	
Olives cassées	p. 12
Olives à la picholine (à l'ancienne)	p. 13
Olives à la picholine (préparation rapide)	p. 14
Olives d'été	p. 15
Olives taillées	p. 16
Olives noires en saumure	p. 17
Olives piquées	p. 18
TROISIEME PARTIE	p. 19
ACCOMMODEMENT DES OLIVES	
Olives vertes cassées taillées (picholines d'été)	p. 20
Olives noires en saumure	p. 20
Olives piquées	p. 21
Olives farcies	p. 21
Tapenade	p. 22
<i>Tapenade d'aujourd'hui</i>	p. 22
Farce	p. 23
Riste	p. 23

QUATRIEME PARTIE	p. 24
EMPLOI DES OLIVES VERTES	
A l'apéritif, en hors d'œuvre	p. 25
Goûter du berger	p. 25
Sauce financière pour vol au vent	p. 26
Cake aux olives	p. 27
Rôti de veau aux olives	p. 28
Ragoût à la mentonnaise	p. 29
Tête de veau en tortue	p. 29
Ventre farci (poitrine de veau)	p. 30
Langue de mouton aux olives	p. 31
Poulet aux olives	p. 32
Sardines à la corse	p. 33
Paëlla algérienne	p. 34
Canard aux olives	p. 35
Ailerons de dinde	p. 36
<i>Oiseau aux olives (recette antique)</i>	p. 37
Avec des olives d'été :	
Poulet à la marocaine	p. 38
CINQUIEME PARTIE	p. 40
EMPLOI DES OLIVES NOIRES	
Olives en bonne compagnie	p. 41
"Roma" du mas d'Angirany	p. 42
Paniers de tomates	p. 43
Salade napolitaine	p. 44
Salade sylphide	p. 45
Salade palace	p. 45
Pain aux olives	p. 46
Roulades d'olives	p. 47
Omelette aux olives, comme à Nyons	p. 48

Gâteau d'olives	p. 49
Crespeau	p. 49
Coulis de potiron aux olives	p. 50
Beignets d'olives	p. 51
Coulis d'oignon aux olives	p. 51
Bouillabaisse d'olives	p. 52
Bombine	p. 52
Beefsteacks aux olives	p. 53
Côtelettes d'agneau à la grecque	p. 53
<i>Ragoût d'agneau aux olives</i>	p. 54
Tourte de poulet aux olives	p. 56
Cailles au poêlon	p. 57
Lapin aux olives	p. 58
Estoficado	p. 59
Encornets à la provençale	p. 60
Morue des alpillés	p. 61
Barquettes d'aubergines à la purée d'olives	p. 62
Régal du Janissaire	p. 63
<i>Spaghetti aux olives noires et à l'orange</i>	p. 64

SIXIEME PARTIE **p. 66**

EMPLOI DES OLIVES

VERTES & NOIRES

Sauce à la viande pour spaghetti	p. 67
Pâtes à la portugaise	p. 68
Grande salade d'été	p. 69
Pan Bagna	p. 70
Aubergine en caviar	p. 71
Polenta povera	p. 72
Mechouiya leila	p. 73
Bahriya	p. 73
Bœuf à la gardiane	p. 74

Muge aux olives p. 75

Tarte aux olives p. 76

SEPTIEME PARTIE p. 77

EMPLOI DE LA FARCE

Pintadeau farci p. 78

Pommes de terre farcies p. 79

HUITIEME PARTIE p. 80

EMPLOI DE LA RISTE

Poisson en riste p. 81

NEUVIEME PARTIE p. 82

EMPLOI DE LA TAPENADE

Fleurs d'artichauts p. 83

Canapés froids pour apéritif p. 84

Canapés chauds p. 84

Choux d'Aubres p. 85

Barquettes du Buis p. 85

Allumettes et sacristains p. 86

Œufs farcis à la tapenade p. 86

Oignons farcis à la tapenade p. 87

Fausses truffes... vrai régal p. 88

Barquettes d'aubergine à la tapenade p. 89

Spaghetti à la tapenade p. 89

Carré de veau à la tapenade p. 90

DIXIEME PARTIE p. 91

ET AVEC LES PIGNONS ?

ONZIEME PARTIE	p. 93
RECETTES PRÉSENTÉES	
à la SEMAINE DU GOUT en DROME	
<i>Caviar d'aubergines aux olives sur sa mousseline de tapenade</i>	p. 94
<i>Crêpes d'épeautre à la tapenade</i>	p. 95
<i>Cake aux olives</i>	p. 96
<i>Feuillantine de pintade à la tapenade</i>	p. 97
<i>Cuisses de canard aux olives de Nyons</i>	p. 98
<i>Terrine de canard maison aux olives</i>	p. 99
<i>Roulade de lapin à la tapenade et aux pignons de pin</i>	p. 100
<i>Lapereau à la sauce tapenade et aux ravioles du Royans</i>	p. 101
<i>Filet de loup grillé et ses toasts au rôti d'olives de Nyons</i>	p. 102
<i>Truites à la tapenade</i>	p. 103
<i>Suprême de cabillaud à la compote de tomates et sabayon d'olives de Nyons</i>	p. 104
<i>Cassolettes de poisson à la crème et aux olives de Nyons</i>	p. 106

REMERCIEMENTS

Conseil National des Arts Culinaires
Office de Tourisme de Nyons
Coopérative Oléicole de Nyons
Le Nouvel Olivier

pour leurs aide et soutien

Geneviève Autrand, des Vieux Moulins
Nicole Blanc, Anne Nercessian
et les Editions Glénat
Marie Mauron
Marie Paryal
Soumi Chassagnac, du Moulin de Cost
Le Moulin de Bédarrides
Marion Nazet et les Editions Créer
Jean-Pierre Delaire, de La Croisée des Chemins
Bruno Thévenet et Pascal Geffroy, du Colombet
Martine Plantevin de l'Auberge du Moulin du Château
Claude Aumage, du Dauphiné-Provence
Jacques et Michèle Gaulard et Jean-Marie Métivier,
du Hameau
Denis Jadon, de La Charrette Bleue
Christian Cormont, du Petit Caveau
Serge Wattel, des Oliviers
Denis Cuerva, du Resto des Arts
Mireille Colombe, de l'Auberge du Vieux Village
Claude Romanet, de La Picholine
Isabelle et Bernard Sereno, de Nyons

pour leurs participations.

Simone Chamoux a également publié :

*Les bonnes recettes
d'Anaïs Dufourneau*
(éditions Repère Santé)

Chroniques villageoises
(Presses des Baronnie)

Le Bonheur est à Châteauneuf de Bordette
(Simone Chamoux)

Nyons, un pays de lumière
(Equinoxe)

en collaboration

*Figures des prêtres des Baronnie
à l'aube des temps révolutionnaires*
in Les Drômois, acteurs de la Révolution

L'ascendance dauphinnoise de Condorcet
in Condorcet, homme des Lumières
et de la Révolution (ENS)

Généalogie ascendante d'Albert de Rions
in Le contre-amiral Albert de Rions
un baroudeur au siècle des lumières,
(Le Phare de misaine)

*Vingt cinq recettes
à la gloire de l'huile d'olive*
in Secrets et vertus de l'huile d'olive
(Ramsay)

notre collection
Les Bonnes Choses
comprend également

La Cuisine au fromage de chèvre
Les olives, du soleil dans la cuisine
Oliven sonnenschein in der küche
Les Bonnes adresses du vin bio
La Cuisine des huîtres
La Cuisine des escargots
Le Menu des écrivains
La Cuisine de la courgette
Confidences d'une cuisinière provençale
La Cuisine des aromates
Cookies et desserts des U.S.A.
La Cuisine du poireau
Je cuisine avec le miel
La Cuisine à la bière
Les Bons pains à faire à la maison
Les Bonnes confitures à faire à la maison
La Cuisine de la pomme de terre

*Envoi du catalogue détaillé
des titres disponibles
sur simple demande à*

**Diffusion Différente
Editions d'Utovie
40320 BATS (France)**

Vous pouvez aussi consulter notre site :
www.utovie.com

achevé d'imprimer
pour cette sixième édition
au cours de l'été 2005
par Danona (CE)

dépôt légal : septembre 2005