

CANTAL

voyage gourmand

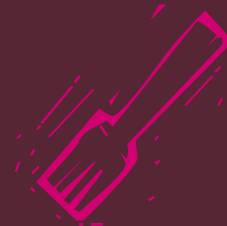
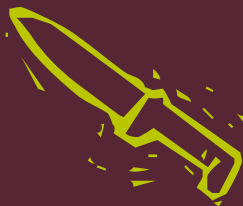
Un terroir et des produits de qualité

Des chefs pour nous régaler durablement

Visites et séjours : partager, découvrir, déguster...

Mon agenda gourmand

Mes recettes préférées



Le Cantal est le seul département français à porter le nom d'un fromage. Son terroir exceptionnel lui confère une place de choix parmi les régions françaises reconnues en matière de gastronomie. Situé au cœur du massif central, ce territoire surprend par des paysages hors du temps, éventail de paysages naturels et de panoramas grandioses dévoilant tour à tour, crêtes, monts et vallées. Le Cantal était, quasiment dans son intégralité, un immense volcan qui a donné ce goût puissant aux produits cantaliens. Le feu avec l'eau, omniprésente, apportent à la terre sa spécificité.

Contact presse : Sylvie Favat
sfavat@cantaldeveloppement.fr
Tél. 04 71 63 85 11 / 06 10 41 74 30

UN TERROIR ET DES PRODUITS DE QUALITÉ

Le fameux cantal, identitaire à tous points de vue, est emblématique du savoir-faire traditionnel des Cantaliens. Fabriqué encore aujourd'hui dans les fermes, selon le procédé décrit par Diderot dans son encyclopédie, sa production a évolué avec le temps tout en respectant une fabrication traditionnelle.

Ici, le temps est donné et respecté pour que la qualité régale les papilles les plus fines.

Les fromages

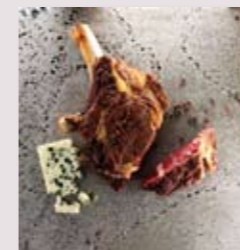
Le Cantal est également le seul département à se situer dans les zones d'appellation et à produire 5 AOP fromagères (cantal, bleu d'Auvergne, fourme d'Ambert, saint-nectaire et salers), sans compter les nombreux autres fromages produits sur ce territoire où leur qualité tient à la nature de l'herbe et du fourrage des plateaux montagneux et des prairies naturelles.

www.fromages-aop-auvergne.com



La viande

Le Cantal se distingue dans le domaine de l'élevage avec des races prestigieuses telles que l'Aubrac et la Salers. Professionnels de la boucherie et tables renommées lui réservent une place de choix. Le Cantal est le domaine de



prédilection des bovins qui constituent un élément indissociable des paysages. Veaux, porcs, ovins fournissent également de remarquables viandes, produites en pleine nature.

www.salers.org

www.race-aubrac.com

Les lentilles blondes de la Planèze, un produit plébiscité par Slow Food

Sur la Planèze de Saint-Flour (plaines constituées de coulées de la lave du volcan Cantal avec une typicité unique), des agriculteurs ont relancé cette culture abandonnée depuis les années 1960.

Réputée pour ses qualités culinaires, gustatives et sa valeur nutritive, elle se fait inventive sur les tables des chefs. Germée avec de l'huile de noisette, au cœur d'un sushi cantalien (à base de viande crue), en velouté, servi avec une chantilly de curcuma ou dans des mariages plus traditionnels de spécialités locales : la créativité des chefs n'a pas de limites.

www.lentille-blonde.fr





Les Salaisons

Pays vert, pays d'élevage, pays de châtaignes (nourriture ancestrale des porcs), le Cantal propose de belles salaisons, identiques à celles que dégustaient nos aïeux... Des petites industries aux artisans, le savoir-faire est

perpétué et garantit la qualité des pâtés, terrines, jambons ou saucissons et autres saucisses sèches, aux parfums de montagne, faits "comme à la maison".

Des desserts et des douceurs



Les douceurs ne sont pas en reste. On peut citer les fameux macarons de Massiac, le cornet de Murat, les sablés au miel de pays, la fameuse tarte à la tome de cantal, les carrés de Salers et autres croquants. Les confiseries à base de fruits rouges ou encore imaginées avec des lentilles blondes surprendront également par la finesse de leur goût.

Liqueurs, vins : quelques incontournables

La Légendaire est un côté d'Auvergne bonifié dans un buron à 1 200 m d'altitude ; l'histoire originale d'un vin reconnu en 2004 en obtenant le Liger de bronze au Concours des vins du Val de Loire. Chaque année, fin mars, la Confrérie de la Légendaire sort les bouteilles des entrailles du buron et fête le nouveau millésime.



La distillerie Louis Couderc a été créée en 1908 à Aurillac. Depuis, les liqueurs sont fabriquées dans le respect de la tradition familiale. De la Gentiane aux châtaignes, en passant par les framboises, noisettes, pommes, myrtilles et prunelles : crèmes, liqueurs et eaux de vie s'offrent à la dégustation avec des saveurs recherchées qui rappellent la nature.

Enfin, **l'Avèze**, fabriquée à Riom-ès-Montagnes est un apéritif conçu à partir de racines de gentiane fraîches. Les initiés qui apprécient sa saveur amère, la dégustent fraîche à une température de 7°C proche de celle d'un réfrigérateur, avec ou sans glaçon.

www.vin-passion.com
www.distillerie-couderc.com
www.aveze.com

RESTAURANTS GASTRONOMIQUES, AUBERGES, BRASSERIES : DES CHEFS POUR NOUS RÉGALER ! DURABLEMENT...

A l'ère des préoccupations en matière d'environnement et de la recherche d'une production et d'une exploitation durables dans un processus de circuit court, le Cantal ne manque pas d'atouts. En effet, la particularité de nos chefs est de valoriser avant tout des produits issus d'un terroir exceptionnel. Selon les saisons et leur imagination, ils créent leurs spécialités et innovent dans la recherche de nouveaux plaisirs gustatifs.

Les auberges quant à elles, s'adaptent aux nouvelles exigences d'une clientèle qui recherche la satisfaction de ses 5 sens. Environnement, accueil, plaisir des yeux et des papilles. Le Cantal propose aujourd'hui un nombre de restaurants ou petites auberges



à découvrir. Le rapport qualité-prix de la plupart des adresses satisfait particulièrement les voyageurs.

La taille humaine de la plupart de ces restaurants permet également de partager le savoir-faire et de trouver une autre dimension dans la découverte du Cantal.

Enfin, la convivialité, autre maître-mot pour décrire le Cantalien, se fonde souvent sur des moments autour de la table avec des recettes simples qui ont pour base ce que la nature apporte. Cette fidélité à défendre une nourriture simple rattrape forcément cette nouvelle conscience pour une alimentation saine.



DEUX ÉTOILÉS DEPUIS 2010

L'ancien, l'artisan cuisinier :



Louis-Bernard Puech

Dans la cuisine de Louis-Bernard Puech, il y a tout : les produits rigoureusement sélectionnés, la tradition et les saisons. Et pour cela le Chef a parcouru un long chemin pour transformer en 1982 l'hôtel-bistrot-charcuterie tenu par ses

parents en une auberge de charme

honorée par une étoile au guide Michelin en 1996. Sa cuisine au goût du jour est placée sous le signe de la générosité et de l'authenticité sur fond de terroir. Les souvenirs et les émotions de cet enfant du pays surgissent dans ses créations. Homme de la région qu'il ne connaît que trop bien, il déniche, dans les fermes et chez les producteurs du coin, les meilleurs produits frais qu'il accommode alors, selon la saison et son humeur.

Le pari était osé car l'hôtel, situé à une trentaine de kilomètres au sud d'Aurillac, est à l'écart des grands axes de circulation mais les habitués sont là, à attendre l'automne pour se régaler de l'originelle soupe de châtaigne préparée avec les châtaignes locales et un bouillon de poularde accompagnée d'une mousseuse de lait paysan au céleri,

à se délecter de la fameuse gaufre au foie gras de canard au caramel à la gentiane.

Au printemps, l'œuf au pot gourmand et ses pointes d'asperges assemblées subtilement aux morilles ravira les palais les plus fins qui se laisseront surprendre, pourquoi pas, par l'association mesurée de boudin noir à des langoustines rôties.

Louis-Bernard Puech

Hôtel Beauséjour, Route de Maurs,

15340 Calvinet, Tél. 04 71 49 91 68

www.cantal-restaurant-puech.com

Serge Vieira, le nouvel étoilé

Serge Vieira, second de cuisine de Régis Marcon, remporte en 2005 le très prestigieux Bocuse d'Or. Sollicité de part et d'autre aux quatre coins du



monde, il est séduit par le projet cantalien autour de la rénovation du château du Couffour qui domine Chaudes-Aigues, aux confins de la Margeride, de l'Aubrac et des Monts du Cantal.

C'est au printemps 2009 qu'il ouvre son restaurant à

l'architecture contemporaine et s'inscrit dans une véritable démarche durable. Il obtient immédiatement une première étoile et tous les gourmets prédisent une seconde étoile en 2011.

Serge avoue qu'il aime tout cuisiner dès lors qu'il



s'agit de produits frais. Des inspirations personnelles s'immiscent dans ses créations comme le "Souvenir de la barrière de corail" où les sens sont en éveil entre les coraux, couleurs des multiples poissons et plantes observées sous la mer d'Australie. Couteau, palourde, calamar, huître de Jersey, langoustine, puis, fenouil, sistre, pimprenelle, aquilée mille-feuille ou encore bergamote... réunis dans une dégustation chaud-froid rappelant les courants marins. Rien que du bonheur pour nos papilles et une évasion à l'autre bout du monde. Pour les autres recettes ou les desserts, on vous laisse les découvrir...

Marie-Aude et Serge Vieira

Château du Couffour,

15110 Chaudes-Aigues - Tél. 04 71 207 385

www.sergevieira.com

LES NOUVEAUX CHEFS : TOUJOURS CETTE ENVIE DE SUBLIMER LES PRODUITS

La Table des matières à Aurillac : une adresse pleine de naturel et de surprises gustatives !



Dans la petite salle du bas : déco branchée, chic avec de grandes chaises en tissu blanc, des couleurs relevées comme le lustre personnalisé ou d'autres détails qui donnent un côté "comme à la maison" qui met à l'aise immédiatement. En haut, ambiance bibliothèque et photos, plus intimiste.

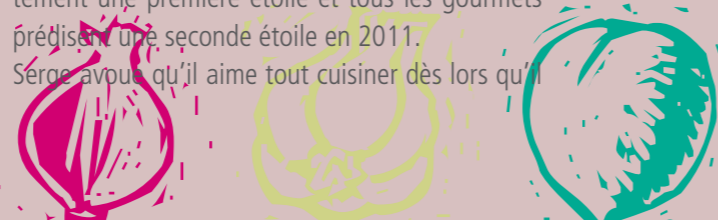
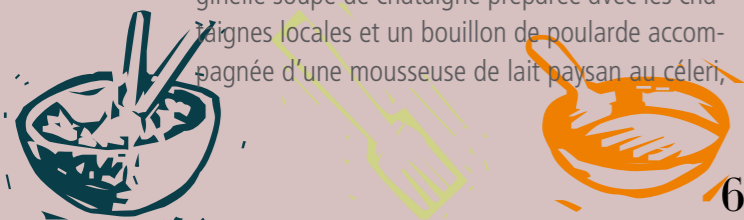
Au delà de la déco et d'un accueil et service irréprochables, on y découvre une cuisine "vraie", truffée de bons produits, bio pour la plupart, et assemblés avec toute l'imagination de Sophie en cuisine. La carte est renouvelée environ tous les mois et selon le marché. On peut y trouver des conchigli farcis aux asperges vertes et parmesan servies avec une rémoulade de céleri à l'huile de noisettes et s'il vous reste une envie sucrée, un sablé cancalais au beurre 1/2 sel, fraises et crème aux zestes de citron finiront de vous convaincre. N'oubliez pas les vins ! Florian vous invitera avec passion à choisir parmi "ces vins qui sont vinifiés dans le respect du vivant, que ce soit pour l'environnement ou pour l'humain...".

Sophie Goffinet et Florian Leroy

La Table des Matières

5 rue de l'Hôtel de Ville, 15000 Aurillac

Tél. 04 71 48 25 50



**L'Auberge de la Tour à Marcolès :
une nouvelle table de référence
en Châtaigneraie !**



Jeune et motivé, Renaud Darmanin vient de reprendre les rennes de l'Auberge située dans le magnifique village médiéval de Marcolès. Diplômé de l'École de Chamalières, il a déjà 10 ans d'expérience et a choisi de ne proposer que des produits frais "d'ici et d'ailleurs" comme il dit. Alors n'hésitez pas devant cette rillette de brochet et saumon d'Allier sur blini et son crémeux de chou fleur servi avec une vinaigrette de céleri ou encore un paleron d'Aubrac cuit 36 h à la Guinness... Laissez-vous séduire...

Deux menus et une formule le midi en semaine : la garantie d'une cuisine sur mesure.

Renaud Darmanin
Auberge de la Tour
Place de la Fontaine à Marcolès
Tél. 04 71 46 99 15
www.auberge.delatour.com

**Restaurant les Quatre Saisons :
redécouvrez le goût de la nature**

Originaire de la Châtaigneraie cantalienne, Didier Guibert a repris Les Quatre Saisons, restaurant connu de la place mais qui avait besoin de renouveau. C'est fait, grâce à sa passion et au respect des produits qu'il sélectionne avec soin. Sans doute des réflexes acquis lors de sa formation au Japon et qui ont trouvé tout leur sens dans les différents Relais et châteaux qui l'ont accueilli.

Toujours est-il que ce retour au pays ne peut que ravir les gourmets cantaliens et touristes de la cité du pape Gerbert. Son foie gras fumé à la châtaigne puis marbré de crème de châtaigne est un pur délice, il cuisine le bœuf de salers avec respect préservant ainsi toute la saveur de cette viande d'exception et ses desserts inventifs et raffinés à souhait font la part belle à la nature comme par exemple sa crème glacée à la reine des prés accompagnée d'abricots confits à la cannelle de Ceylan.

Les Quatre Saisons
Didier et Véronique Guibert
10, rue Jean Baptiste Champeil
15000 Aurillac
Tél. 04 71 64 85 38
<http://quatresaisons.onlc.fr>



MES ADRESSES GOURMANDES

✂ Martine Causse
Auberge de Concasty à Boisset
Tél. 04 71 62 21 16
www.auberge-concasty.com

✂ Simone Gascuel
Le Moulin des Templiers à Chaudes-Aigues
Tél. 04 71 73 81 80
www.lemoulindestempliers.com

✂ Valérie et Bruno Fabre
Auberge d'Aijean à Lavigerie
Tél. 04 71 20 83 43
www.auberge-puy-mary.com

✂ Jean-Pierre Courchinoux
L'auberge fleurie à Montsalvy
Tél. 04 71 49 20 02
www.auberge-fleurie.com

✂ Jérôme Cazanave
Restaurant Le Jarrouset à Murat
Tél. 04 71 20 10 69
www.restaurant-le-jarrouset.com

✂ Stéphane Dubois
Auberge des Montagnes à Pailherols
Tél. 04 71 47 57 01
www.auberge-des-montagnes.com

✂ Gilles Charbonnel
Hôtel Restaurant du Midi à Pierrefort
Tél. 04 71 23 30 20
www.hoteldumidi-pierrefort.com

✂ Jean Michel Gouzon
Hôtel Restaurant le Bailliage à Salers
Tél. 04 71 40 71 95
www.salers-hotel-bailliage.com

✂ Christian et Alexis Guyon
Hostellerie Saint-Clément à Saint-Clément
Tél. 04 71 47 51 71
www.hotelstclementcantal.com

✂ Françoise et Laurent Fleys
Ferme Auberge du Bruel à Saint-Illide
Tél. 04 71 49 72 27
www.aubergedubruel.com

✂ Francis Delmas
Hôtel l'Ander à Saint-Flour
Tél. 04 71 60 21 63 -
www.hotel-ander.com

✂ Christophe Louis
Hôtel la Terrasse à Vieilleville
Tél. 04 71 49 94 00
www.hotel-terrasse.com



Le 15 gourmand : la gastronomie cantalienne pour tous !

Cantal Tourisme a initié en 2009 l'opération **15 gourmand** pour valoriser la gastronomie et la restauration cantalienne auprès des touristes venus dans le Cantal.

L'idée est de valoriser les produits cantaliens avec **des menus accessibles au plus grand nombre**. La viande salers et les fromages cantal et salers sont les premiers mis en avant dans les deux formules proposées :

jambon de Pays, truffade ou aligot à volonté, salade et fromage Cantal (Menu à moins de 10 €), plat de terroir (tripoux, pavé de bœuf...), salade et fromage cantal, cornet de Murat + 1 verre de vin d'Auvergne (Menu à 15 €). Certains restaurateurs participent à l'opération au printemps (du 9 avril au 21 juin 2011) tandis que d'autres, devant le succès rencontré auprès de leur clientèle, proposent ces menus tout au long de l'année.

SÉJOURS GOURMANDS ET VISITES : PARTAGER, DÉCOUVRIR, DÉGUSTER...

Ateliers de cuisine gastronomique en Pays de Murat

Le succès des ateliers de cuisine au restaurant gastronomique le Jarrousset n'est plus un secret. Le Chef Jérôme Cazanave initie aux plaisirs d'une cuisine raffinée, simple et originale. Il donne rendez-vous un samedi par mois pour partager un moment convivial et apprendre de nouvelles recettes et astuces culinaires. Vous réalisez à ses côtés un menu complet, toujours à base de produits frais que vous dégusterez ensuite. Les repas évoluent au fil des saisons et des événements...

Il propose par exemple deux ateliers de produits cantaliens :

Le cantal

Samedi 7 mai 2011

Le fromage AOP Cantal est connu sur le plateau de fromages avec différents affinages : jeune, entre-deux ou vieux. Mais le Cantal révèle aussi sa personnalité en cuisine. Jérôme Cazanave a ainsi donné libre cours à son imagination.

Les antipasti : mille feuille cantal doux et tomates cerise, cantal vieux mariné aux olives vertes, tomates confites et cantal juste fondu, pain perdu



confites au sirop d'olives noires.

Les lentilles blondes de la Planèze

Samedi 21 mai 2011

Gaspacho de lentilles blondes de la planèze, spumas et lentilles germées.

Marbré de cochon de montagne, lentille blonde et foie gras de canard.

Pièce de bœuf salers servie bleue ou saignante, jamais mal cuite, gnocchis à la farine de lentilles blondes.

Crème glacée à la lentille blonde de la planèze, tous les fruits rouges et noirs du moment.

Jérôme Cazanave

Restaurant Le Jarrousset

15300 Murat

Tél. 04 71 20 10 69

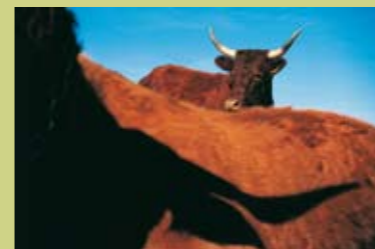
www.restaurant-le-jarrousset.com

au cantal entre deux, sablé au cantal.

Soufflé au cantal jeune.

Tourte, truite d'ici, tétragone et cantal entre-deux.

Panacotta au cantal, fraise et rhubarbe



La maison de la Salers

Cette grange étable du XVII^e siècle entièrement rénovée est dédiée à la race bovine Salers et à ses produits. Un espace scénographique innovant et ludique consacré à la découverte de la race tout comme aux hommes qui l'ont façonnée est proposé aux visiteurs avant une dégustation de produits issus de l'élevage, viande et fromage.

A l'extérieur, un parcours botanique permet d'approcher les animaux et de rencontrer leurs éleveurs. Au fil des saisons la Maison de la Salers accueille des expositions temporaires et des événements très variés où la cuisine a une grande place.

Maison de la Salers

Saint-Bonnet-de-Salers

Tél. 04 71 40 58 08

www.maisondelasalers.fr

L'espace Avèze - Maison de la Gentiane (Maison du Parc des Volcans d'Auvergne)

Plus qu'une boisson, Avèze correspond à une activité artisanale fortement ancrée dans la tradition auvergnate. Cela méritait bien un musée pour découvrir tous les secrets de cet apéritif à base de Gentiane, fleur emblématique du Cantal, fabriqué depuis 1930 à Riom-ès-Montagnes. La visite est complétée d'une



dégustation dans un espace convivial où le visiteur découvre une collection complète des objets commerciaux liés à l'Avèze depuis sa création.

Espace Avèze

Riom-ès-Montagnes

Tél. 04 71 78 03 04 - www.aveze.com

La maison de la Châtaigne

A proximité de la Vallée du Lot, au cœur de la Châtaigneraie cantalienne, une Maison de pays dédiée à l'arbre à pain. Autour d'espaces muséographiques décrivant l'évolution de la production au fil des siècles et selon les régions, la taille et les greffes..., des circuits de randonnée permettent de découvrir les arbres. Dans la maison de "La Colette", une épicerie du début du siècle vous fera revivre cette époque où la châtaigne était une économie locale à part entière.

Maison de la Châtaigne

Mourjou

Tél. 04 71 49 98 00 - www.mourjou.com



Miellerie de Haute Auvergne



La visite nous plonge directement au cœur de la ruche, dans le monde fascinant d'un mur d'abeilles. Ensuite on peut assister aux travaux de l'apiculteur en salle d'élevage des reines et au rucher de plein air (démonstration), puis enfin à l'extraction du miel et à la fabrication des produits de la ruche.

Une dégustation permet de vérifier la haute qualité du miel et de ses dérivés et généralement, on ne peut s'empêcher de rapporter quelques douceurs pour faire durer le plaisir.

Miellerie de la Haute Auvergne
Lachaux à Beaulieu
Tél. 04 71 40 35 35
www.mielleriehauteauvergne.com

Les burons de Salers

Ancien mineur, Jean-Pierre Lallet, a reconstruit en 1996 et 2002 deux burons consacrés à l'histoire de Salers. Le premier buron, sur deux niveaux, évoque tour à tour la célèbre race de vache et



le fromage salers AOP, avec une belle collection d'outils qui retrace les étapes de fabrication.

Une dégustation de cantal et salers, ou bien une bonne truffade à manger sur place en toute simplicité, complètent idéalement la visite riche en commentaires et anecdotes historiques.

Un peu plus loin, un autre buron dédié à la liqueur salers, produit à base de gentiane distillée depuis 1885 par les Labounoux, vous surprendra par une muséographie recherchée mettant en valeur l'histoire de cet apéritif historique.

Les burons de Salers
Route du Puy Mary à Salers
Tél. 04 71 40 70 71

Bienvenue à la Ferme dans le Cantal : A la rencontre des producteurs

Partez à la découverte d'un tourisme rural différent !

Venez à la rencontre des agriculteurs du réseau Bienvenue à la Ferme. Ils vous feront découvrir leur métier et partager leur passion. La plupart de leur production peut être achetée sur place, accompagnée de conseils quant à leur conservation, leur spécificité et les différentes façons de les cuisiner. Fromages, salaisons, escargots, pommes, vaches, cochons, lapins et chèvres n'auront plus de secrets pour vous.

www.bienvenue-a-la-ferme.com



La Route des Fromages



Au gré de quelques 40 étapes de la Route des Fromages (producteurs fermiers, fromageries-laiteries, affineurs), découvrez toute la diversité des terroirs, des saveurs et des savoir-faire des 5 fromages AOP d'Auvergne : bleu d'Auvergne, cantal, fourme d'Ambert, saint-nectaire, salers. Chaque ferme propose une visite ou une rencontre autour des fromages qu'elle produit. Suivez les panneaux indicateurs "Route des Fromages" en parcours libre, sans point de départ ou d'arrivée ; faites votre programme à la carte.
www.fromages-aoc-auvergne.com

Gourmand et sportif ? De ferme en ferme à vélo est un séjour pour vous.

Durant 4 jours vous découvrirez, à votre rythme, une région située entre la rivière Dordogne et le Puy Mary, riche d'un patrimoine religieux préservé et de paysages exceptionnels entre vallées et monts du Cantal. Chaque soir, vous serez accueillis dans une famille d'agriculteurs. Ils partageront avec vous un petit moment de leur vie, parleront de leur métier, et bien sûr, auront à cœur de vous faire découvrir la gastronomie locale avec des produits de la ferme et des recettes authentiques.

**Nos séjours sur www.cantaltourisme.fr
ou au 0 826 96 15 15 (0,15 € TTC/mn)**

AGENDA GOURMAND

Nous vous donnons les dates 2011 des fêtes, foires et autres événements programmés. Tous ont lieu chaque année à peu près vers la même période. Vous retrouverez les dates : www.cantaltourisme.fr rubrique "agenda".

L'hiver tout cochon	
6 mars	La Mangona : animations festives et gourmandes autour du cochon à Laroquebrou
Célébrer le printemps	
9 et 10 avril	Les Tersons d'Aubrac : fête traditionnelle du bœuf gras à Pierrefort
29 avril au 1 ^{er} mai	Salon des Sites remarquables du goût à Salers
11 avril	La Légendaire : sortie du buron du nouveau millésime
20 et 21 mai	One, Two, Tripoux : week-end festif et décalé autour du tripoux à Thiézac
4 et 5 juin	Fête des fromages de tradition à Pailherols
Un été de découverte	
1 ^{er} au 3 juillet	Les Européennes du goût à Aurillac : démonstrations, blogs, marché... Il y en a pour tous les goûts !
9 et 10 juillet	La fête du porc de montagne à Junhac
6 et 7 août	Festa del país : traditions et savoirs faire de hautes terres à Saint-Flour
20 et 21 août	La fête du bleu d'Auvergne à Riom-ès-Montagnes
18 septembre	Cornàs et cornets : banquet spectacle au cœur de la cité de Murat
L'automne : tout le charme et les saveurs du terroir	
24 et 25 septembre	Fête des champignons à Prunet : mycologie et gastronomie
1 ^{er} et 2 octobre	Promenade artistique autour de la noix à Sénézergues près de la vallée du Lot
3 octobre	Acabatz d'Entrar : déguster chez l'habitant la tarte à la tome du Carladès à Raulhac
22 et 23 octobre	Foire à la Châtaigne de Mourjou : 20 000 visiteurs dans ce petit village pour tout connaître de la châtaigne
29 et 30 octobre	Les Palhàs : rencontres et échanges autour de la pomme et des fruits de tradition à Massiac

LES RECETTES : QUELQUES INCONTOURNABLES



LA TRUFFADE DE MARGARIDOU

Garnir une poêle glissante avec une vingtaine de petits lardons. Mettre la poêle sur le feu. Lorsque le lard est fondu, retirer les lardons avant qu'ils ne brûlent, ajouter alors trois cuillerées d'huile d'olive.

Couper 6 pommes de terre moyennes en tranches plates, les mettre dans la poêle, les saupoudrer de sel. Les couvrir, puis les découvrir et les remuer souvent, faire ce "manège" un quart d'heure environ en les écrasant à la fourchette avant de les recouvrir.

Couper 125 à 200 g de tome fraîche, dite de grasse, en minces lames. S'assurer que le feu est vif, au besoin l'alimenter avec quelques branches de bois sec. Mélanger les lamelles de fromage aux pommes de terre, laisser dorer un instant le mélange sans le remuer.

Prendre un gros plat de terre vernie, y renverser le contenu de la poêle qui doit prendre l'apparence d'un gâteau doré.

LE CHOU FARCI DE SANDRE AU CANTAL ENTRE-DEUX DE SIMONE GASQUEL

Faire la mousse en mixant 300 g de sandre avec les blancs de 2 œufs et 150 g de crème liquide. Saler, poivrer et réserver au frais.

Effeuillez 1 chou vert et le blanchir à l'eau bouillante salée durant 5 mn. Réserver 8 belles feuilles.

Faire revenir 50 g de lardons et 50 g d'oignons dans du beurre, ajouter le reste de chou que vous avez émincé.

Laisser tiédir puis mélanger avec la farce de poisson.

Sur du film transparent, poser une feuille de chou, étaler un peu d'appareil et ajouter 25 g de cantal'entre-deux râpé. Recouvrir avec un peu de

farce puis replier la feuille de chou à l'aide du film pour lui donner une forme ronde. Refermer le film en tournant pour s'assurer qu'il est bien fermé. Cuire les choux pendant 20 mn à la vapeur.

Au moment de servir, les faire dorer dans une poêle avec un peu de beurre. Servir avec une sauce : faire réduire une échalote ciselée avec 1 dl de vin blanc ajouter 2 dl de crème, faire réduire de moitié, puis ajouter 70 g de cantal râpé, laisser fondre puis mixer. Servir avec le chou.

PETIT POT GOURMAND À LA TOME FRAÎCHE DE CANTAL ET FRUITS ROUGES DE LOUIS-BERNARD PUECH



Mélanger 6 jaunes d'œufs avec 100 g de sucre afin d'obtenir une pâte presque blanche. Porter 1/2 l de crème fraîche à ébullition, y ajouter 200 g de tome émietée et laisser infuser. Verser ce mélange sur les jaunes d'œufs blanchis. Laver 200 g de fruits rouges, les tailler en dés et les déposer dans une

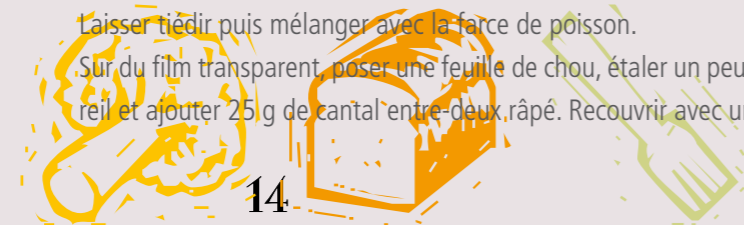
verrine. Couvrir d'appareil au fromage. Décorer avec une belle tranche de fraise. Cuire à la vapeur à 80 °C pendant 20 mn. Réserver au frais. Servir le lendemain accompagnée d'une tranche de fouace de Pays.

Ces 2 dernières recettes sont extraites de l'ouvrage Du Cantal dans la cuisine.



MES LIVRES DE CUISINE

- 🔗 **Du Cantal dans la cuisine** (Editions Quelque part sur terre...);
- 🔗 **Cuisinière du Cantal** (Editeur Stéphane Bachès);
- 🔗 **Margaridou, journal d'une cuisinière au pays d'Auvergne** (Editions Créer);
- 🔗 **Voyage et gourmandises en pays Salers** (Editions Mine de rien);
- 🔗 **Recettes d'Auvergne** (Editions de Borée).



VENIR DANS LE CANTAL



Par la route

- A 5 h de Paris par A71 et A75 (gratuite)
- A 3 h de Montpellier par A75 (gratuite)
- A 3 h 30 de Bordeaux par A89

Etat du réseau routier : 04 71 48 44 44

Par le train

- Informations SNCF (services, horaires et tarifs) : 0 836 35 35 35
 - Liaisons quotidiennes avec Paris, Clermont-Ferrand, Aurillac.
- www.voyages-sncf.com

Par avion

- Aéroport d'Aurillac Tronquières : 04 71 63 56 98
- www.airlinair.com

Cantal Tourisme
Informations et réservations :
0 826 96 15 15 (0,15 € TTC/min)
www.cantal tourisme.fr

Ce dossier a été réalisé à l'occasion du Salon DEPTOUR 2011 organisé par le RN2D

Photos : Pierre Soissons (sauf mention) - Conception : Laurence Adnet - Imprimerie des Carmes à Aurillac.
Merci au Comité Interprofessionnel des Fromages et au réseau Bienvenue à la ferme dans le Cantal.