



ECCE
Bio

Extraordinaire !

**L'HUILE D'OLIVE EXTRA-VIRGINE ET L'OLIVE
DE TABLE BIO DANS 10 RECETTES
DU CHEF ÉTOILÉ ISIDE DE CESARE**

CONSORZIO OLIVICOLO ITALIANO
unaprol



Cofinancé par
l'Union européenne

ENJOY
IT'S FROM
EUROPE



Pourquoi le Bio.

La réponse est simple : parce qu'elle est bonne et parce qu'elle est bonne pour vous. L'huile d'olive extra vierge biologique est en effet obtenue à partir de la première pression d'olives saines, récoltées à la main comme par le passé et surtout pressées le même jour. De plus, elle est transformée uniquement par des procédés mécaniques, sans ajout d'additifs. L'importance de la certification biologique ne doit pas être sous-estimée : une huile biologique ne peut être produite que par pression mécanique, à froid ou à chaud ; cela signifie que l'extraction à l'aide de solvants, par exemple, est totalement exclue. Pour obtenir la certification biologique, il est essentiel de se conformer à la réglementation de l'UE. L'entreprise doit également se soumettre périodiquement à une série d'inspections du ministère de l'agriculture, de la souveraineté alimentaire et des forêts.



Huile d'olive extra vierge biologique. Le bien qui aide au bien-être.

L'huile d'olive extra vierge est non seulement un aliment, mais aussi un formidable allié dans la prévention de diverses maladies. Plusieurs études ont montré que sa consommation quotidienne peut contribuer à réduire le cholestérol LDL, le «mauvais cholestérol», dans le sang et à augmenter le pourcentage de «bon» cholestérol HDL. La consommation régulière de l'huile Bio EVO - à table et en dehors des repas - contribue également à réduire la tension artérielle et le risque d'infarctus. Mais ce n'est pas tout : les polyphénols et la vitamine E présents dans l'huile d'olive extra vierge ont une formidable action antioxydante, qui contribue à prévenir l'athérosclérose et à ralentir le vieillissement des cellules et de la peau. De plus, des études récentes ont souligné que les personnes qui ont une alimentation riche en huile d'olive sont moins susceptibles de souffrir d'ostéoporose et d'arthrite rhumatoïde que celles qui en consomment peu.



Des olives saines dans un sol sain.

Promouvoir l'agriculture biologique signifie donc développer un modèle de production qui évite la surexploitation des ressources naturelles, en utilisant plutôt le sol, l'eau et l'air pour un modèle de développement durable. Une région comme l'Europe méditerranéenne offre une énorme variété de types d'olives de la plus haute qualité, provenant des territoires les plus variés et exprimant des conditions environnementales, climatiques et paysagères uniques. Le fruit de cette richesse est une extraordinaire biodiversité, à laquelle chaque territoire spécifique contribue en exprimant différentes variétés d'olives («cultivars»), caractérisées par des propriétés organoleptiques personnelles. La production oléicole européenne est donc particulièrement articulée : les différents cultivars sont le résultat de conditions territoriales uniques et d'une structure génétique spécifique, qui a évolué naturellement au fil du temps et représente aujourd'hui un patrimoine inimitable en termes de caractéristiques gustatives et nutritionnelles.

Iside De Cesare, une star de la cuisine. 1 étoile Michelin

Nous vous présentons Iside De Cesare, chef et propriétaire du restaurant étoilé La Parolina à Acquapendente, dans la province de Viterbe. Iside conquiert depuis des années les palais les plus exigeants grâce à ses plats techniquement impeccables, au profil délibérément simple mais plein de substance. La même substance que celle de ses grands maîtres : d'Agata Parisella à Heinz Beck, de Salvatore Tassa à Gianfranco Bolognesi et Marco Cavallucci, jusqu'au chef pâtissier de renommée internationale Gino Fabbrì. Tous ces maîtres lui ont transmis un véritable amour de la bonne cuisine. Et Isis embellit sa table en utilisant des produits locaux du plus haut niveau, en prenant toujours soin de suivre leur saisonnalité.



**HUILE ET ARÔME :
DES ACCORDS PARFAITS
POUR VOS RECETTES**

Pour ce plat aromatique et épicé, on a choisi une Huile EVO du cultivar **Semidana (Sardaigne)**, au fruité moyennement intense et aux notes herbacées marquées. Des notes d'amande, d'artichaut et un soupçon de tomate, associés à une amertume et un piquant d'intensité moyenne, rehaussent les nuances de la préparation.

Poulet Huile EVO Bio au paprika, au romarin et à la lavande, pesto d'Olives de table Bio et crème de courgettes aux herbes

Ingrédients

Pour le poulet

Poulet fermier	n. 1
Huile d'Olive Extra Vierge Biologique	q.b.
Paprika doux	n. 1 cuillère à soupe
Sel fin	q.b.
Poivre noir fraîchement moulu	q.b.

Pour l'Huile aromatique Biologique EVO

Huile d'Olive Extra Vierge Biologique	q.b.
Romarin frais	q.b.
Lavande	q.b.

Pour le pesto d'Olives de table

Biologiques

Olives de table noires dénoyautées Biologiques	gr 100
Amandes pelées	gr 20
Huile d'Olive Extra Vierge Biologique	ml 30
Ail (privé d'âme) 1/2 clou de girofle	
Poivre noir	q.b.

Pour la crème de courgette

Courgettes	gr 400
Basilic	q.b.
Thym frais	q.b.
Huile d'Olive Extra Vierge Biologique	ml 30
Sel	q.b.

Préparation

Faire mariner le poulet avec de l'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique, du paprika doux et fumé, du sel et du poivre. Dans une petite casserole, faire chauffer doucement l'huile avec le romarin et la lavande, à 65-70 °C pendant 20 minutes. Filtrer et garder au chaud.

Mixer les olives de table biologiques avec les amandes, l'huile, l'ail et un peu de poivre jusqu'à obtention d'une crème lisse. Saler si besoin.

Couper les courgettes en fines rondelles et les faire revenir avec un filet d'huile, sans les colorer. Ajouter le thym et le basilic, cuire 3-4 minutes. Mixer et passer au tamis pour une crème soyeuse.

Cuire le poulet côté peau 10-12 minutes jusqu'à ce qu'elle soit croustillante, puis finir la cuisson de l'autre côté. En fin de cuisson, le badigeonner d'huile aromatique filtrée.

Dresser une base de crème de courgette, poser le poulet tranché dessus, ajouter le pesto d'olives et quelques gouttes d'huile à la lavande. Terminer avec quelques fleurs fraîches, si vous en avez.

Tortelli à l'huile EVO Bio avec Olives de table Bio, crème à l'ail et pommes de terre

Ingrédients

Pour les pâtes

00 farine gr 300
Œufs n. 3

Pour la garniture

Pommes de terre gr 400
Ail 2 clous de girofle
Huile d'Olive Extra Vierge Biologique ml 50
Parmigiano Reggiano AOP râpé gr 50
Sel q.b.
Poivre q.b.
Muscade q.b.

Pour la crème d'ail

Ail 6 clous de girofle

Préparation

Sur un plan de travail, former un puits avec la farine. Casser les œufs au centre, ajouter l'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique et une pincée de sel. Pétrir jusqu'à obtention d'une pâte lisse et souple. Filmer et laisser reposer 30 minutes.

Cuire les pommes de terre avec leur peau dans l'eau salée, les égoutter, les peler et les écraser chaudes. Faire chauffer l'huile avec l'ail écrasé jusqu'à coloration, puis le retirer. Verser l'huile parfumée sur les pommes de terre, ajouter le Parmigiano Reggiano AOP, le sel, le poivre et la muscade. Bien mélanger et laisser refroidir.

Blanchir l'ail 2 à 3 minutes, puis le cuire avec crème et lait 10 minutes à feu doux. Mixer jusqu'à obtenir une crème lisse. Saler.

Abaisser la pâte à 2 mm, disposer la farce à intervalles réguliers, couvrir avec une seconde feuille, presser et découper les tortelli à l'aide d'un emporte-pièce.

Cuire dans l'eau salée bouillante 2 à 3 minutes. Égoutter, assaisonner avec un filet d'huile. Servir avec la crème d'ail, du Parmigiano, quelques olives biologiques, du thym frais et, si souhaité, un peu de poudre de pomme de terre violette.

HUILE ET ARÔME : DES ACCORDS PARFAITS POUR VOS RECETTES

Une Huile EVO du cultivar **Leccino (Toscane)** a été associée. Son fruité herbacé, avec des notes d'amande et d'artichaut, est accompagné d'une délicate amertume et d'un piquant moyen. Un choix équilibré qui met en valeur toute la saveur des tortelli.



**HUILE ET ARÔME :
DES ACCORDS PARFAITS
POUR VOS RECETTES**

Pour cette recette intense et rustique, on a choisi une Huile EVO du cultivar Coratina (Pouilles), au fruité puissant et aux notes d'herbe coupée, d'artichaut, de poivron et de tomate. L'amertume et le piquant, bien présents, donnent de la profondeur à la soupe.

Soupe de légumineuses, pâtes soufflées, Olives de table Bio et Huile EVO Bio

Ingrédients

Pâtes mixtes (petits formats)	gr 100	Olives de table Biologiques	q.b.
Pois chiches	gr 50	Romarin	gr 5
Haricots cannellini	gr 50	Piment	q.b.
Lentilles vertes	gr 50	Ail	gr 5
Lentilles noires	gr 50	Sel	q.b.
Huile d'Olive Extra Vierge Biologique	q.b.	Poivre	q.b.

Préparation

Faire tremper tous les légumes secs séparément pendant le temps nécessaire. Les faire cuire dans une grande quantité d'eau non salée jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Les égoutter en conservant une partie de l'eau de cuisson.

Dans une poêle, faire revenir une gousse d'ail avec un peu d'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique et une branche de romarin. Ajouter une partie des légumes secs cuits et un peu de leur eau de cuisson. Mixer jusqu'à obtention d'une texture lisse et homogène. Assaisonner de sel et de poivre.

Faire cuire les pâtes mixtes dans une grande quantité d'eau salée. Les égoutter à dente et les ajouter à la soupe de légumes avec le reste des légumes secs. Mélanger avec un généreux filet d'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique.

Pour donner du croquant au plat, faire cuire une petite quantité de pâtes dans de l'eau bouillante. Les égoutter, les étaler sur une plaque de cuisson et les faire sécher au four à 70 °C pendant environ 3 heures. Une fois bien sèches, les faire frire dans de l'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique chaude pour obtenir un effet gonflé et croustillant.

Servir la soupe chaude dans un bol. Compléter avec des pâtes croustillantes en surface, des Olives de table Biologiques coupées, quelques gouttes d'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique et des fleurs de romarin fraîches.

Riz sauté au safran avec des Olives de table Bio et de l'Huile EVO Bio

Ingrédients

Riz Carnaroli	gr 300	Sel	q.b.
Bouillon de légumes	gr 800	Poivre	q.b.
Pistils de safran	gr 1	Poudre d'Olive de table	
Safran en poudre	q.b.	noire Biologiques	q.b.
Beurre	gr 60	Pâté d'olives noires	
Parmigiano Reggiano		Biologiques	q.b.
AOP râpé	q.b.	Menthe fraîche	q.b.
Huile d'Olive Extra Vierge			
Biologique	q.b.		

Préparation

Sur une planche, former un puits avec la farine, casser les œufs au centre, ajouter l'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique et une pincée de sel. Pétrir jusqu'à obtention d'une pâte lisse. Filmer et laisser reposer 30 minutes.

Faire bouillir les pommes de terre avec la peau dans l'eau salée, puis les peler et les écraser chaudes. Faire revenir l'ail écrasé dans l'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique, puis le retirer. Verser l'huile parfumée sur les pommes de terre, ajouter Parmigiano Reggiano AOP, sel, poivre et muscade. Mélanger et laisser refroidir.

Blanchir l'ail 2-3 minutes. Égoutter, puis cuire dans crème et lait à feu doux 10 minutes. Mixer pour obtenir une crème lisse, saler.

Étaler la pâte à 2 mm d'épaisseur. Disposer la farce par petits tas, couvrir, presser et découper les tortelli.

Cuire dans l'eau salée 2-3 minutes, égoutter, assaisonner d'un filet d'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique. Servir avec la crème d'ail, Parmigiano Reggiano AOP, olives biologiques, thym frais et poudre de pomme de terre violette si souhaité.



HUILE ET ARÔME : DES ACCORDS PARFAITS POUR VOS RECETTES

Un cultivar **Huile EVO Casaliva (Lombardie)**, variété typique du lac de Garde, a été prévu. D'une saveur équilibrée avec une légère prédominance de l'amertume, elle a des arômes fruités et épicés avec un arrière-goût d'amande et d'artichaut. Idéal pour accompagner le safran.

Pappardelle au sanglier et Olives de table Biologiques, réduction de tomates et huile EVO bio

Ingrédients

Farine	gr 200	Romarin	q.b.
Œufs	n. 2	Laurier	q.b.
Viande de sanglier	gr 300	Genévrier	q.b.
Tomates cerises	q.b.	Olives de table noires	
Céleri	2 côtes	Biologiques	gr 30
Carotte	n. 2	Sel	q.b.
Oignon doré	n. 1	Poivre	q.b.
Vin rouge	n. 1 verre		
Huile d'Olive Extra Vierge Biologique	q.b.		

Préparation

Pétrir la farine avec les œufs jusqu'à ce qu'elle soit lisse et élastique. Couvrir d'un film alimentaire et laisser reposer.

Abaisser une feuille fine et découper de larges pappardelle. Les placer sur un plateau fariné et les laisser sécher légèrement.

Couper la viande de sanglier en petits morceaux et la faire mariner dans du vin rouge avec des herbes et des épices.

Dans une grande casserole, faire revenir le céleri, la carotte et l'oignon hachés dans de l'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique. Ajouter la viande égouttée de la marinade et la faire dorer de tous les côtés.

Déglacer avec un peu de vin rouge de la marinade, en le laissant s'évaporer complètement. Poursuivre la cuisson à feu doux pendant au moins une heure, en ajoutant un peu d'eau ou de bouillon si nécessaire. Ajuster le sel et le poivre en fin de cuisson.

Couper les tomates et les faire revenir avec un filet d'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique, du sel et du poivre. Ajouter un peu d'eau et laisser réduire. Passer la sauce au tamis fin et poursuivre la cuisson jusqu'à ce qu'elle soit épaisse et veloutée. Cuire les pappardelle dans une grande quantité d'eau salée, les égoutter al dente et les mélanger brièvement dans une poêle avec une partie du ragoût de sanglier.

Disposer une couche de réduction de tomates au fond de l'assiette, poser les pappardelle assaisonnées dessus, compléter avec de la sauce à la viande, des Olives de table Biologiques coupées au couteau et un filet d'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique crue.



HUILE ET ARÔME :
DES ACCORDS PARFAITS
POUR VOS RECETTES

Le choix s'est porté sur une Huile EVO du cultivar Nostrale di Rigali (Ombrie), au fruité moyennement herbacé et à la finale moyennement amère et piquante. Ses notes d'artichaut et de chicorée se marient parfaitement avec la viande de sanglier.

**HUILE ET ARÔME :
DES ACCORDS PARFAITS
POUR VOS RECETTES**

Une Huile EVO du cultivar Tonda Iblea (Sicile) a été sélectionnée pour cette préparation créative, avec un fruité vert moyen à intense et de fortes notes de feuille de tomate. Une légère amertume et un piquant intense accompagnent les notes sucrées de l'orange confite avec caractère.

Gâteau rustique à l'Huile EVO Bio avec pâté d'Olives de table Bio et orange confite

Ingrédients

Farine	gr 250	Orange (zeste et jus)	gr 60
Huile d'Olive Extra Vierge Biologique	gr 90	Olives de table noires dénoyautées Biologiques	gr 100
Eau froide	gr 60 env.	Huile d'Olive Extra Vierge Biologique	q.b.
Sel	gr 5	Sel	q.b.
		Poivre	q.b.
Pour la garniture		Orange confite	q.b.
Chou ou chou de Milan	n. 1/2	Fenouil	q.b.
Oignon rouge	n. 1		

Préparation

Mélanger la farine avec l'eau, une pincée de sel et un filet d'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse et homogène. Envelopper dans un film alimentaire et laisser reposer au réfrigérateur pendant au moins une demi-heure.

Émincer l'oignon et le chou de Milan. Dans une poêle, faire chauffer un filet d'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique et faire flétrir l'oignon et le chou de Milan. Ajouter le jus et le zeste râpé de l'orange et faire cuire à feu doux jusqu'à ce que le chou de Milan soit tendre et sec. Assaisonner de sel et de poivre, puis laisser refroidir.

Étaler la pâte finement à l'aide d'un rouleau à pâtisserie ou d'un emporte-pièce. Tapisser un moule à une portion (ou plusieurs petits moules) avec la pâte, en laissant un petit bord. Farcir avec le chou de Savoie étuvé, en égalisant bien la farce.

Cuire au four statique préchauffé à 180 °C pendant environ 35 minutes, ou jusqu'à ce que la base et la surface soient dorées.

Retirer du four et laisser refroidir légèrement. Servir avec un filet d'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique crue, garnir d'Olives de table noires Biologiques hachées, d'écorces d'orange confites et de touffes de fenouil sauvage pour une touche aromatique et décorative.

**HUILE ET ARÔME :
DES ACCORDS PARFAITS
POUR VOS RECETTES**

Accompagné d'une Huile EVO du cultivar Peranzana (Pouilles), avec un fruité herbacé moyen et des notes d'artichaut, d'amande et d'herbes fraîches. L'équilibre entre l'amertume moyenne et le piquant en fait un accompagnement élégant pour ce plat d'été parfumé.



Fusilli aubergine, tomate, menthe et Huile EVO Bio

Ingrédients

Semoule	gr 300	Ricotta salée	gr 100
Eau chaude	ml 150 env.	Basilic frais	q.b.
Aubergines	n. 2	Menthe fraîche	q.b.
Tomates cerises	gr 200	Sel	q.b.
Oignon rouge	n. 1	Poivre	q.b.
Huile d'Olive Extra Vierge Biologique			
	q.b.		

Préparation

Pétrir la semoule avec de l'eau jusqu'à ce que le mélange soit lisse et élastique. Former des bâtonnets et les rouler sur un fer à repasser spécial pour obtenir des fusilli. Les laisser sécher légèrement sur un plateau fariné.

Couper les aubergines en cubes, les saler légèrement et les laisser reposer pendant environ 15 minutes pour éliminer l'amertume. Séchez-les avec du papier absorbant. Dans une grande poêle, faire chauffer un filet d'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique et y faire revenir l'oignon finement haché. Ajouter les tomates cerises coupées en deux et les aubergines. Faire cuire à feu moyen avec le couvercle jusqu'à ce que les légumes soient tendres mais pas pâteux. Assaisonner de sel et de poivre. En fin de cuisson, ajouter la menthe et le basilic hachés à la main.

Faire cuire les fusilli dans une grande quantité d'eau salée. Les égoutter al dente et les mélanger dans la casserole avec la sauce préparée. Incorporer la ricotta salée râpée. Complétez avec un filet d'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique brute, des feuilles d'herbes fraîches et, si vous le souhaitez, une gaufrette croustillante de Parmigiano Reggiano AOP.

Coulis de tomates, primo sale, Olives de table Bio, Huile EVO Bio et croûtons de pain

Ingrédients

Tomates mûres	gr 500	Basilic	q.b.
Primo sale	gr 200	Menthe fraîche	gr 5
Pain maison	gr 150	Fenouil sauvage	q.b.
Olives de table noires		Sel	q.b.
Biologiques	gr 50	Poivre	q.b.
Huile d'Olive Extra Vierge Biologique	gr 60		

Préparation

Laver soigneusement les tomates, couper la peau en croix et les blanchir quelques secondes dans de l'eau bouillante. Les égoutter et les refroidir immédiatement dans de l'eau et des glaçons. Peler les tomates et les mixer avec quelques feuilles de basilic jusqu'à l'obtention d'un coulis onctueux. Ajouter un filet d'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique, quelques gouttes de jus de citron, du sel et du poivre. Passer le mélange au tamis pour éliminer les résidus fibreux et les graines.

Couper le pain en cubes, l'assaisonner d'un filet d'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique et le faire griller au four jusqu'à ce qu'il soit uniformément doré et croustillant.

Couper le primo sale en cubes réguliers.

Dénoyauter les Olives noires de table Biologiques et les laisser entières ou les couper en deux.

Verser le coulis froid dans un bol. Ajouter les cubes de fromage, les croûtons de pain et les Olives de table Biologiques. Compléter avec des feuilles de menthe fraîche et du fenouil sauvage. Terminer par un filet d'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique brute.

HUILE ET ARÔME : DES ACCORDS PARFAITS POUR VOS RECETTES

Une Huile EVO du cultivar Itrana (Lazio) a été choisie, avec un fruité herbacé d'intensité moyenne et des notes de tomate et de basilic. Son piquant intense et sa légère amertume en font un complément idéal aux plats frais et parfumés.



**HUILE ET ARÔME :
DES ACCORDS PARFAITS
POUR VOS RECETTES**

Le cultivar *Dolce de Rossano* (Calabre) a été sélectionné pour son fruité herbacé moyen, avec des notes d'amande, d'artichaut et de tomate. L'amertume moyenne et le piquant équilibrent la richesse du plat.

Saltimbocca alla romana avec Olives de table Bio et Huile EVO Bio

Ingrédients

Farine	gr 100	Sel	q.b.
Fines tranches de veau	n. 4	Poivre	q.b.
Jambon cru doux	4 tranches	Olives de table	
Sauge fraîche	n. 8 feuilles	Biologiques mélangées	
Vin blanc sec	gr 50	(pour la garniture)	gr 50
Huile d'Olive Extra Vierge Biologique	gr 20		

Préparation

Déposer une tranche de jambon et une feuille de sauge sur chaque tranche de veau. Fixer les ingrédients à l'aide d'un cure-dent afin qu'ils adhèrent bien à la viande.

Fariner légèrement le côté de la viande sans le jambon. Dans une poêle, faites chauffer un filet d'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique et déposez les saltimbocca, côté fariné vers le bas. Faites-les frire à feu vif jusqu'à ce qu'elles soient dorées, puis retournez-les rapidement de l'autre côté.

Déglacer avec du vin blanc et laisser l'alcool s'évaporer. Terminer la cuisson pendant quelques minutes, en veillant à ce que la viande reste tendre. Ne saler que si nécessaire et poivrer légèrement.

Servir les saltimbocca chauds en les arrosant du jus de cuisson. Pour compléter le plat, ajoutez quelques Olives de table Biologiques.

Flan au chocolat à l'Huile EVO Bio avec fraises et feuilles de chocolat doré

Ingrédients

70% de chocolat noir	gr 200	Sel	q.b.
Huile d'Olive Extra Vierge Biologique	gr 100	Crème fraîche (pour accompagner)	gr 100
Sucre	gr 30	Sucre	gr 20
Œufs entiers	n. 2	Fraises fraîches	q.b.
Farine	gr 20	Feuilles de chocolat doré	q.b.
Crème	ml 30		

Préparation

Faire fondre le chocolat noir au bain-marie. Une fois fondu, ajoutez l'Huile d'Olive Extra Vierge Biologique et remuez jusqu'à ce qu'il soit brillant et lisse.

Dans un bol, fouetter légèrement les œufs entiers avec le sucre jusqu'à ce qu'ils soient légers et mousseux.

Incorporer le chocolat tiède au mélange d'œufs, en remuant soigneusement pour ne pas le désagréger. Ajouter la farine tamisée avec une pincée de sel, puis ajouter la crème et mélanger délicatement jusqu'à ce que le mélange soit uniforme.

Verser la pâte dans un moule préalablement beurré et fariné, en le remplissant aux trois quarts. Cuire au four statique préchauffé à 150 °C jusqu'à ce que le flan soit bien cuit.

Laisser refroidir légèrement, puis servir le flan en tranches. Décorer avec des touffes de crème fouettée, des fraises fraîches coupées en deux, une feuille de menthe pour la fraîcheur et, éventuellement, quelques feuilles de chocolat doré.

HUILE ET ARÔME : DES ACCORDS PARFAITS POUR VOS RECETTES

Un dessert raffiné accompagné d'une Huile EVO du cultivar Ascolana Tenera (Marche). Fruité herbacé moyennement léger avec des notes de tomate, de pomme et d'amande. Le piquant et l'amertume d'intensité moyenne apportent une touche surprenante et harmonieuse.





www.eccebio.eu

Financé par l'Union européenne. Cependant, les positions et opinions exprimées appartiennent aux auteurs et ne reflètent pas nécessairement celles de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour la recherche (REA). Ni l'Union européenne ni l'autorité chargée de l'octroi ne sauraient en être tenues pour responsables.