

En Pays cathare avec Julie Andrieu

TERRE D'OCCITANIE À L'ADN AGRICOLE, L'AUDE SE MIRE DANS LA MÉDITERRANÉE, AVEC LES SOMMETS DES PYRÉNÉES POUR HORIZON. Par Lucie Tavernier

MA CARTE POSTALE Sous le regard de vieilles pierres réchappées d'une histoire mouvementée, les vignes vertes et la garrigue odorante, ponctuées par les roches escarpées

et les pinèdes du massif de la Clape, courent jusqu'à la Grande Bleue. Dans cette région engagée en faveur du bio, la main de l'homme s'allie aux éléments pour produire des saveurs rustiques plurielles, entre terre et mer. Dépaysant, jusque dans l'assiette!

MES BONNES ADRESSES

L'Olivette de Langel : auberge paysanne au cœur d'un domaine agricole. Vente de produits de l'olive. Domaine de Langel, hameau de Langel, RD31, 11110 Armissan (olivetedelangel.fr).

Jean-Baptiste Gaubert : produits de la pêche du jour. Vieux-Port du village, 11430 Gruissan (tél. : 06 13 09 71 07).

Le salin de Gruissan : dégustation et vente de sels, d'huîtres et de coquillages. Salin de l'île Saint-Martin, 11430 Gruissan (lesalindegruissan.fr).

La Cabane du Berger : cosmétiques, gelées et sirops de plantes sauvages et aromatiques. Pouzoles, 11360 Fontjoncouse (lacabanedub Berger.net).



Saveurs iodées. Aux salins de Gruissan, au bord de la Méditerranée, la culture du sel et l'élevage des huîtres coexistent depuis le début du siècle dernier.

Décorative, la feuille d'olivier est aussi un allié santé aux nombreux bienfaits, à consommer fraîche en décoction, séchée en infusion, ou encore en gélule.

Retrouvez l'émission « Les Carnets de Julie », diffusée sur France 3 le samedi à 16 h 10 et en replay sur france.tv.



© DR



Tarte à la gelée de lavande et aux pommes*

Pour 8 personnes
Préparation : 1 heure
Cuisson : 30 min
Repos : 24 heures + 2 heures

INGRÉDIENTS :

• 5 pommes
Pour la gelée de lavande (vous réaliserez plusieurs pots) : eau • sucre • 6 g de lavande par litre de sirop • 4 g d'agar-agar par litre de sirop • 50 g d'hydrolat de lavande par litre de sirop
Pour le crumble : 75 g de beurre demi-sel • 1 bouquet de thym • quelques feuilles

de sauge • 100 g de sucre • 150 g de farine
Pour la pâte : 220 g de farine T55 • 120 g de beurre demi-sel • 5 cl d'huile d'olive • 65 ml d'eau

PRÉPARATION

1 - La veille, préparez la gelée (elle se fait avec tant pour tant de sucre et d'eau) : portez l'eau et le sucre à ébullition. Éteignez le feu, ajoutez la lavande et laissez infuser 12 heures.
2 - Préparez le crumble : faites infuser les herbes dans le beurre fondu chaud pendant 12 heures. Refaites-le chauffer, filtrez-le grossièrement puis laissez-le durcir.
3 - Le lendemain, incorporez l'hydrolat de lavande dans le sirop destiné à réaliser la gelée puis filtrez. Ajoutez l'agar-agar et portez à ébullition.

Flaconnez à chaud en pot. Laissez refroidir encore 12 heures.
4 - Préparez la pâte : mélangez la farine, le beurre, l'huile et l'eau à la fourchette, puis à la main. Faites une boule et laissez-la reposer 2 heures avant de l'étaler.
5 - Préchauffez le four à 180 °C.
6 - Étalez la pâte dans un plat allant au four, répartissez 120 g de gelée de lavande dans le fond et disposez les pommes coupées en cubes.
7 - Finalisez le crumble : avec une fourchette, mélangez le beurre infusé aux herbes avec le sucre et la farine, puis émiettez à la main sur la tarte. Enfournez pour 30 min.

* Recette d'Emmanuelle, de La Cabane du Berger

© Franck Chauvin