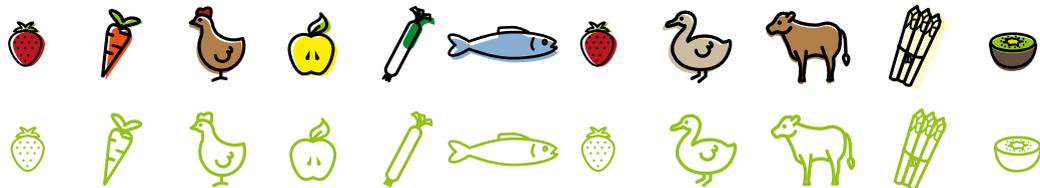


# CUISINEZ AGRILOCAL40 ! à la maison



LES PRODUCTEURS EN UN CLIC  
**AGRILOCAL40**

**XL**  
Département  
des Landes

 Les Landes au menu !



## Avant-propos



À travers son Plan Alimentaire Départemental Territorial (PADT) « Les Landes au menu ! », le Conseil départemental des Landes souhaite traiter le sujet de l'alimentation dans sa globalité en apportant une réponse à la demande des consommateurs tout en structurant les filières agricoles locales. Son objectif est de porter une restauration collective exemplaire en accompagnant activement la restauration collective des territoires landais, tout en développant les circuits courts de proximité afin de soutenir la production. En partenariat avec la profession, le Département a lancé en 2015 la plateforme Internet Agrilocal40, qui met en relation les producteurs, artisans et entreprises locales d'une part et les acheteurs publics d'autre part (collectivités, collèges, maisons de retraite ...) tout en sécurisant la commande publique. Cette initiative permet la valorisation des produits sous signes officiels de qualité, une traçabilité des produits et l'accès à des repas de qualité. Agrilocal40 est un soutien direct à l'économie locale et participe au dynamisme de notre territoire.

### **Xavier Fortinon**

Président du Conseil départemental des Landes



Avec « Les Landes au menu ! », le Département des Landes s'engage pleinement dans la relocalisation et l'ancrage territorial de l'alimentation, notamment en faveur de la restauration collective.

Le Plan Alimentaire Départemental Territorial (PADT) propose une boîte à outils partenariale qui s'articule autour de cinq axes stratégiques : répondre aux attentes de la Loi EGALIM, sensibiliser à une alimentation durable, préserver les ressources du territoire, produire une alimentation de qualité pour tous et mobiliser les acteurs autour de ces thématiques.

Parrainé par le Chef étoilé Michel GUÉRARD, le Plan Alimentaire Départemental Territorial vise à relever le défi de l'accès à une alimentation locale et de qualité, en valorisant nos productions landaises d'excellence et notre riche patrimoine culinaire.

### **Dominique Degos**

Présidente de la Commission Agriculture et Forêt  
du Conseil départemental des Landes

Ce guide de recettes **Cuisinez Agrilocal40 !**, vous est offert par le Conseil Départemental des Landes dans le cadre de la semaine « **Un Noël avec Agrilocal40** ». Les recettes sont proposées par Qualité Landes, Nourrir l'Avenir et des Chefs de restauration collective.

Pour la 3<sup>e</sup> année consécutive, le Conseil départemental des Landes, fortement engagé dans l'accès à une alimentation de qualité et de proximité à travers son Plan Alimentaire Départemental Territorial, propose aux établissements scolaires, maisons de retraite et établissements médico-sociaux du réseau Agrilocal40, d'organiser « Un Noël avec Agrilocal40 » afin de mettre en avant le patrimoine culinaire landais. Ainsi, les établissements participants mettent à l'honneur, pour leurs convives, des produits 100% locaux et achetés en circuit-court la semaine avant les vacances scolaires de décembre.



## Qualité Landes

Qualité Landes est une association, créée en 2001 et initiée par le Conseil Départemental et la Chambre d'Agriculture des Landes. Sa mission est de promouvoir les fleurons de l'agriculture des Landes sous signes officiels d'origine et de qualité. À l'heure où les consommateurs sont friands de produits de qualité et d'identifiants régionaux, Qualité Landes accompagne dans leur développement, 8 filières reconnues pour leur origine landaise :

- Asperge des Sables des Landes (IGP)
- Bœuf de Chalosse (IGP, Label Rouge)
- Canard Fermier des Landes (IGP, Label Rouge)
- Volailles Fermières des Landes (IGP, Label Rouge)
- Kiwi de l'Adour (IGP, Label Rouge)
- Vins de Tursan (AOP, AOC)
- Floc de Gascogne (AOP, AOC)
- Armagnac (AOP, AOC)

Ainsi, le département des Landes est aujourd'hui en France celui qui compte le plus de produits alimentaires sous signes officiels de qualité (SIQO) : IGP, Label Rouge, AOP, AOC et Agriculture Biologique.



## *Nourrir l'Avenir*

Fondée au printemps 2021, la société coopérative d'intérêt collectif (SCIC) Nourrir l'Avenir est une initiative de l'association le Collectif les Pieds dans le Plat, qui s'engage depuis plus de dix ans pour la restauration collective bio locale, saine et durable pour tous. Nourrir l'Avenir accompagne la restauration collective dans sa transition environnementale, sociale, économique, culturelle et humaniste.

## Les signes officiels de qualité

### IGP

L'Indication Géographique Protégée désigne le nom d'un produit agricole ou alimentaire originaire d'une région précise, dont une qualité déterminée, la réputation, ou une autre caractéristique peut être attribuée à cette origine géographique et dont la production et/ou la transformation et/ou l'élaboration ont lieu dans l'aire géographique délimitée.

### Label Rouge

Créé en 1960, le Label Rouge garantit la qualité supérieure d'un produit. Elle est le résultat d'exigences contrôlées à tous les stades de production, d'élaboration et de commercialisation du produit, aboutissant à un écart qualitatif par rapport au produit courant. Cet écart est directement perceptible par le consommateur final, tant sur le plan gustatif qu'au niveau de l'image qu'il véhicule.

### AOP

L'Appellation d'Origine Protégée désigne le nom d'un produit agricole ou alimentaire originaire d'une zone géographique bien déterminée dont la qualité et les caractères sont dus essentiellement ou exclusivement au milieu géographique comprenant les facteurs naturels et humains - et dont la production, la transformation et l'élaboration ont lieu dans la zone géographique délimitée.

### AOC

L'Appellation d'origine contrôlée (AOC) désigne des produits répondant aux critères de l'AOP et protège la dénomination sur le territoire français. Elle constitue une étape vers l'AOP, désormais signe européen. Elle peut aussi concerner des produits non couverts par la réglementation européenne (cas des produits de la forêt par exemple). C'est la notion de terroir qui fonde le concept des Appellations d'origine.

### Agriculture Biologique

L'Agriculture Biologique est un mode de production qui allie les pratiques environnementales optimales, le respect de la biodiversité, la préservation des ressources naturelles et l'assurance d'un niveau élevé de bien-être animal. Tout au long de la filière, les opérateurs engagés dans le mode de production et de transformation biologique respectent un cahier des charges rigoureux qui privilégie les procédés non polluants, respectueux de l'écosystème et des animaux.



# Sommaire

## ENTRÉES

Kiwi de l'Adour et truite fumée au fromage frais citronné	p 8
Croquettes de betterave au fromage frais	p 9
Asperges des Sables des Landes, sauce cornichon, estragon, œuf et anchois	p 10
Falafels (croquettes de pois chiches)	p 11
Tartinade de lentilles corail	p 12

## PLATS

Brochettes de Poulet Fermier des Landes à la moutarde douce	p 13
Trites en portefeuille farcies aux petits légumes des Landes	p 14
Crumble de millet et légumes de saison	p 15
Cassoulet tout canard	p 16
Parmentier de Bœuf de Chalosse	p 17
Tajine de Poulet Fermier des Landes au citron confit	p 18

## DESSERTS

Mousse au Kiwi de l'Adour	p 19
Millasson, gâteau magique	p 20
Newtella, pâte à tartiner	p 21
Mousse au chocolat simplissime	p 22

## PICTOGRAMMES



**Nombre  
de convives**



**Facile à réaliser  
avec les enfants**

# Kiwi de l'Adour et truite fumée au fromage frais citronné



ENTRÉE



x 4

## ingrédients

- 6 Kiwis de l'Adour IGP/Label Rouge
- 8 tranches de truite fumée
- 2 citrons
- 1 bouquet d'aneth
- 300 g de fromage frais
- 1 c. à café de baies roses
- 1 c. à café de poivre moulu

- Peler les kiwis et les tailler en tranches.
- Réaliser le fromage frais citronné. Dans un bol, mélanger le fromage frais, les baies roses, l'aneth ciselé, le poivre, une pincée de sel. Zester les deux citrons et presser la moitié d'un citron. Mélanger.
- Déposer dans les assiettes les tranches de Kiwi de l'Adour et les tranches de truite fumée. Ajouter quelques points de fromage frais au citron. Il est possible d'ajouter pour la décoration quelques brins d'aneth et de zestes de citron.

# Croquettes de betterave au fromage frais



ENTRÉE



x10

## ingrédients

- 2 œufs frais entier bio
- 250 g de betteraves rouges bio
- 150 g de flocons d'avoine
- 100 g d'oignon
- 100 g de fromage de chèvre
- 5 g d'ail
- 5 g de thym

- Éplucher et râper les betteraves et l'oignon et ajouter aux flocons d'avoine, les œufs, le fromage émietté, le thym et sel.
- Mélanger puis laisser reposer quelques minutes.
- En sauteuse ou au four sur du papier sulfurisé, déposer l'appareil à la cuillère pour former des galettes, laisser dorer des deux côtés.

# Asperges des Sables des Landes sauce cornichon, estragon, œuf et anchois



ENTRÉE



x 4

## ingrédients

- 20 Asperges des Sables des Landes IGP
- Huile
- 4 œufs
- 6 cornichons
- 2 branches d'estrasons
- 6 anchois

- Peler et cuire les Asperges des Sables des Landes dans une eau bouillante salée pendant 15 min.
- Cuire deux œufs durs 9 min.
- Réaliser une mayonnaise. Avec 3 œufs, séparer les jaunes des blancs. Ajouter une cuillère de moutarde sur les jaunes. Saupoudrer avec sel et poivre. Mélanger tout en ajoutant l'huile. Monter la mayonnaise.
- Émincer les cornichons et les anchois. Les rajouter à la mayonnaise. Écraser les œufs durs et les rajouter également. Mélanger. La sauce est prête. Ciseler l'estrason et saupoudrer sur l'assiette.

# Falafels (croquettes de pois chiches)

COLLÈGE SERGE BARRANX À MONTFORT-EN-CHALOSSE

ENTRÉE



x 6

## ingrédients

- 500 g de pois chiches secs
  - 4 gousses d'ail
  - 1 gros oignon
  - 1 gros bouquet d'herbes (persil, coriandre, menthe)
  - 1 c. à café de bicarbonate de sodium
  - 1 c. à soupe de sésame torréfié
  - 2 c. à café de cumin
  - 2 c. à café de coriandre moulue
  - Sel, poivre
  - Huile pour friture (ou graisse de canard)
- (Pas de farine ni d'œufs, ni d'eau)

- Tremper les pois chiches la veille.
- Laver les herbes et bien les sécher sur un torchon.
- Bien égoutter les pois chiches.
- Mixer les pois chiches au mixeur ou mieux avec un hachoir à viande (un tour avec une grosse grille et un tour avec une grille fine). Il faut obtenir une pâte qui s'agglomère avec des grains visibles un peu comme une semoule couscous.
- Mélanger à la main avec le reste des ingrédients, la pâte est prête.
- Former des petits palets de 4 cm de diamètre ou des boulettes dans le creux de la main (Il existe des cuillères à falafels de plusieurs diamètres très pratiques).
- Plonger 3 à 5 min dans le bain de friture pas trop chaud pour les laisser bien cuire avant que les falafels ne soient trop dorés.
- Servir en entrée avec une sauce blanche, en plat ou en accompagnement.

# Tartinade de lentilles corail



ENTRÉE



x10

## ingrédients

- 150 g de lentilles corail
- 80 g de sauce tomate
- 50 g d'oignon
- 5 g d'ail
- 5 g de citron
- 2 g de gingembre frais

- Réaliser une base aromatique : faire revenir l'oignon, le gingembre et l'ail coupé finement dans un peu de matière grasse avec les épices, ajouter la tomate et laisser cuire 5 min.
- Mesurer 1 volume d'eau pour un volume de lentilles. Ajouter les lentilles préalablement rincées, puis mélanger le tout et saler. Couvrir d'eau et laisser cuire 10 min.
- Puis mélanger avec jus de citron en mettant un coup de mixeur.

# Brochettes de Poulet Fermier des Landes à la moutarde douce



PLAT



x 4

## ingrédients

- 4 filets de Poulet Fermier des Landes IGP/Label Rouge
- 1 pot de moutarde aigre douce
- 1 bouquet de menthe
- 1 citron jaune
- Sel, poivre

- Tailler les filets de poulet en lanières.
- Mettre les lanières dans un saladier. Y verser également 3 c. à soupe de moutarde aigre douce, 1 bouquet de menthe ciselée ainsi que le jus d'un demi-citron.
- Laisser mariner 2 h.
- Rouler chacune des lanières puis piquer chaque petit rouleau pour former des petites brochettes.
- Cuire les petites brochettes de poulet au barbecue, à la plancha ou même à la poêle si vous n'avez ni l'un ni l'autre. Ajouter un peu d'huile si vous optez pour une cuisson à la plancha ou à la poêle.
- Laisser cuire 5 min de chaque côté. Assaisonner avec un peu de fleur de sel et de poivre.

# Truites en portefeuille farcies aux petits légumes des Landes

COLLÈGE LUBET-BARBON À SAINT-PIERRE-DU-MONT

PLAT



x 5

## ingrédients

- 5 truites de 250 g environ
- 500 g de fenouil
- 500 g de côtes de blettes multicolores
- 500 g d'asperges vertes des Landes (en conserve si hors saison)
- 500 g d'asperges blanches des Landes (en conserve si hors saison)
- Huile d'olive
- Sel, poivre
- 10 g de beurre

- Vider les truites par le dos et enlever leur arête centrale.
- Rincer le fenouil et les blettes à l'eau claire.
- Découper les blettes en bâtons de 3-4 cm et tailler le fenouil en brunoise.
- Faire revenir le fenouil dans 1 c. à soupe d'huile d'olive et assaisonner.
- Cuire les blettes 5 min à l'eau bouillante
- Assaisonner l'intérieur des truites avant de les farcir avec le fenouil puis assaisonner l'extérieur des truites.
- Colorer les truites 3 min de chaque côté dans 2 c. à soupe d'huile d'olive et 1 noisette de beurre.
- Poursuivre la cuisson 10 min au four à 160 °C.
- Colorer tous les légumes dans 1 c. à soupe d'huile d'olive et le reste du beurre.
- Dresser les truites avec les légumes. Servir chaud.

# Crumble de millet et légumes de saison



PLAT



x10

## ingrédients

- 1,5 kg de légumes de saison brut
- 250 g de millet
- 100 g d'emmental râpé
- 50 g d'amandes
- 25 g de beurre
- 5 ml de tamari (sauce soja)

- Rincer le millet. Puis le cuire façon pilaf avec un volume d'eau chaude
- Laver, éplucher si besoin, tailler les légumes. Cuire à la vapeur ou sauté ou étuvé
- Une fois cuit, mélanger le millet, du beurre ou de l'huile d'olive, les amandes, le fromage et assaisonner au tamari.
- Garnir un plat avec les légumes, puis disposer le millet en crumble.
- Enfourner 10 à 15 min à 180 °C.

# Cassoulet tout canard



Recette  
pour 4  
personnes



x 4

## ingrédients

- 4 cuisses confites de Canard Fermier des Landes IGP/Label Rouge
- 1 Magret fumé de Canard Fermier des Landes IGP/Label Rouge
- 4 saucisses confites de canard
- 500 g de haricots tarbais
- 1 carotte
- 4 gousses d'ail
- 1 oignon
- 1 bouquet garni
- 1 bouquet de persil
- 1 c. de concentré de tomate
- Chapelure

PLAT

- Tremper les haricots la veille.
- Plonger les haricots dans une casserole d'eau froide puis porter à ébullition. Laisser cuire 15 min.
- Égoutter. Verser 2,5 l d'eau dans un fait-tout. Plonger la carotte coupée en petits morceaux, l'oignon entier, les gousses d'ail, le bouquet garni, le persil. Ajouter une c. de concentré de tomate.
- Récupérer la graisse du magret fumé (une couenne de porc pourra également faire l'affaire) et la plonger également dans le bouillon.
- Ajouter les haricots et laisser cuire à petits frémissements pendant une bonne heure. Les haricots doivent être souples mais ne pas s'écraser.
- Pendant la cuisson des haricots : dégraisser les cuisses de canard confites en les faisant légèrement dorer à la poêle.
- Dans un récipient (familial ou individuel) adapté à la cuisson au four (récipient type terrine ronde), verser à l'aide d'un égouttoir, un fond de haricots.
- Rajouter ensuite les cuisses et saucisses confites de canard et quelques allumettes de magret fumé sur les haricots. Remettre une seconde couche de haricots et des allumettes de magret fumé.
- Verser un peu de bouillon de cuisson dans le plat afin que les haricots ne sèchent pas.
- Enfourner à 160 °C pendant 2 h 30.
- Avant de servir, ajouter la chapelure et mettre le four en mode grill pour que le dessus soit bien doré et croustillant (comptez 15 min de cuisson en mode grill à 200 °C).

# Parmentier de Bœuf de Chalosse



PLAT



x 4

## ingrédients

- 400 g de viande hachée de Bœuf de Chalosse IGP / Label rouge
- 1 gros oignon
- 800 g de pommes de terre à purée
- 50 g de beurre
- 15 cl de lait chaud
- Pain sec ou de la chapelure
- 1 poignée de gruyère râpé
- Sel, poivre (muscade en option)

- Éplucher et faites bouillir vos pommes de terre.
- Faire revenir les oignons émincés dans une poêle avec une noisette de beurre. Lorsqu'ils sont décolorés, ajouter la viande hachée et faire cuire quelques minutes. Saler et poivrer.
- Mixer la purée au moulin à légumes ou au presse purée avec le beurre et le lait chaud. Assaisonner de sel, poivre et muscade.
- Dans un plat, disposer le mélange oignons/ viande hachée et ajouter par-dessus la purée. Recouvrir de gruyère et de chapelure et faire cuire 15 min à 200 °C.
- À déguster avec une salade de jeunes pousses ou de roquette.

# Tajine de Poulet Fermier des Landes au citron confit



PLAT



x 2

## ingrédients

- 2 cuisses de Poulet Fermier des Landes IGP/Label Rouge
- 2 citrons confits
- 2 grosses pommes de terre Bintje
- Olives
- 1 oignon, 2 gousses d'ail
- Raz-el-hanout
- Curcuma, piment doux
- Graines de coriandre
- Cannelle, poivre

- Saler légèrement les cuisses de poulets puis les saisir à feu vif dans une sauteuse avec un peu d'huile pour les caraméliser.
- Ajouter l'oignon et les gousses d'ail émincés. Laisser dorer à feu moyen.
- Éplucher les pommes de terre et le couper en gros quartier. Disposer un peu d'huile dans le fond du plat à Tajine, déposer les pommes de terre et les saupoudrer avec toutes les épices. Déposer les cuisses de poulet par-dessus avec les oignons et l'ail.
- Saupoudrer un peu d'épices sur les cuisses.
- Couper les citrons confit en tranches et les disposer sur le dessus. Ajouter quelques olives.
- Faire fondre un cube de bouillon de poule dans 1/2 l d'eau chaude et verser dans le plat à tajine.
- Fermer le plat et faire chauffer doucement pendant 2h. Le poulet et les pommes de terre seront alors confits !

# Mousse au Kiwi de l'Adour



DESSERT



x 4

## ingrédients

- 6 Kiwis de l'Adour
- 6 œufs
- 30 g de sucre
- 1 gousse de vanille

- Peler les Kiwis de l'Adour.
- Casser les œufs et séparer les blancs des jaunes.
- Couper les kiwis grossièrement et les mettre dans un mixeur.
- Ouvrir la gousse de vanille et récupérer les grains à l'aide de la pointe d'un couteau. Mettre les jaunes d'œuf, le sucre et la vanille dans une petite casserole. Chauffer et battre énergiquement à petit feu pour blanchir le mélange. Attention à ne pas trop chauffer pour ne pas cuire les jaunes d'œufs et que ça reste liquide. Quand le mélange est blanchi, le verser dans le mixeur. Mixer. Garder le mélange tel quel ou bien le filtrer si la consistance des grains de kiwi vous dérange (cela peut irriter certaines personnes). Batre les blancs d'œuf en neige.
- Incorporer délicatement les blancs en neige au kiwi.
- Verser la mousse dans des ramequins.
- Laisser prendre 2 h au frais, pas plus.

# Millasson, gâteau magique

ÉCOLE D'AMOU



DESSERT



x 6

## ingrédients

- 110 g de farine
- 100 g de sucre
- 5 œufs
- 1/2 l de lait
- Vanille

- Dans un saladier, mélanger les œufs avec la farine.
- Rajouter le lait, le sucre et parfumer avec la vanille.
- Mettre au four à 180 °C pendant 30 min.
- Accompagner de fruits de saison.

# Newtella, pâte à tartiner



DESSERT



pour

**1 pot**

## ingrédients

- 50 g de haricots (de votre choix) secs ou 100 g de haricots cuits
- 5 à 8 dattes en fonction de vos goûts en sucre
- 1 à 2 c. à soupe de purée de noisettes
- 1 c. à soupe de noisettes entières
- Environ 10 cl de lait de votre choix (à ajuster pour obtenir la texture qui vous plaît)
- 1 à 2 c. à soupe de cacao (cru si possible)
- 1 pincée de sel

- Si vous prenez des haricots secs, les faire tremper toute une nuit.
- Cuire les haricots 1 h environ.
- Mélanger tous les ingrédients et mixer le tout jusqu'à obtention de la consistance désirée.
- Si vous souhaitez un peu de croquant, ajouter des noisettes grossièrement concassées à la fin.

# Mousse au chocolat simplissime



DESSERT



x10

## ingrédients

- 1 l de lait entier bio
- 120 g de sucre canne complet
- 800 g de cacao bio
- 600 g de féculé de maïs bio

- Mélanger le cacao amer, le sucre complet et la féculé de maïs dans une casserole.
- Ajouter un tiers du lait pour bien délayer le mélange à froid.
- Compléter ensuite avec le reste du lait puis laisser épaissir à feu doux en remuant régulièrement.
- Arrêter la cuisson lorsque la texture est sirupeuse,
- Dresser en ramequin et réserver au frais jusqu'à dégustation.



## Département des Landes

Pôle Agriculture et Forêt

23 rue Victor-Hugo

40025 Mont-de-Marsan cedex

Tél. : 05 58 05 41 09

Mél. : [agrilocal40@landes.fr](mailto:agrilocal40@landes.fr)

[agrilocal40.fr](http://agrilocal40.fr)

[leslandesaumenu.fr](http://leslandesaumenu.fr)

