

# AVEYRON

N° SPECIAL AVEYRON - Novembre 2017

## Tests-Produit

Au Suquet

★ ★ ★

10 PRODUITS  
AVEYRONNAIS

testés, évalués  
et accordés aux vins.

9 RECETTES  
DE CHEFS  
AVEYRONNAIS  
à refaire

UN JURY  
D'EXCEPTION  
12 chefs  
et sommeliers

# GOUR METS DE FRANCE



*Les viandes*  
du Plateau de l'Aubrac

*Dans les caves*  
à fromage

*Les plats*  
Iconiques

SEBASTIEN  
BRAS

Rédacteur en chef





**14** GOÛT DE TERROIR  
Du Jardin à l'Assiette



**32** CULTURE DU TERRITOIRE  
Rendez-vous au Buron



**28** RECETTES ICONIQUES  
Farçous



**06** RENCONTRE  
L'ambassadeur de l'Aveyron



**04** L'ÉDITO  
L'Aubrac

# Sommaire

## SEBASTIEN BRAS

**04** L'ÉDITO  
L'Aubrac

**06** RENCONTRE  
L'ambassadeur de l'Aveyron

**14** GOÛT DE TERROIR  
Du Jardin à l'Assiette  
Les Viandes  
La pêche  
Les Fromages

**28** RECETTES ICONIQUES  
Aligot, Farçous, rétorfillat

**32** CULTURE DU TERRITOIRE  
Rendez-vous au Buron  
Le EVP  
Christine Barres

## TESTS - PRODUIT GOURMETS DE FRANCE

**46** LE JURY  
Biographies de chef

**60** LES FICHES PRODUITS  
Bleu des Causses  
Fouace  
Roquefort  
Agneau  
Veau  
Œuf  
Boeuf  
Saucisse  
Fromage de Laguiole  
Vin Rouge



**46** TESTS-PRODUIT  
Le Jury et les fiches produits



# NUMERO SPECIAL

## AVEYRON & Dégustations Gourmets de France

Ces nouveaux Tests-Produits Gourmets de France prennent pour fond et pour forme le beau département de l'Aveyron. Avec Sébastien Bras comme guide, ce numéro sera l'occasion de découvrir la richesse de ce territoire véritable terroir. Le Suquet comme camp de base, les meilleurs chefs de la région et les producteurs les plus passionnés comme partenaires.

Retrouvez-nous sur

**[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)**



Gourmets de France est une publication gratuite, avec 3 numéros par an, éditée par la SAS Comevents, siège social 11 rue Lt Paul Dhalluin 19100 Brive. Dépôt légal à parution. La rédaction décline toute responsabilité pour tous les documents, quel qu'en soit le support, qui lui seraient spontanément confiés. Droits réservés, toute reproduction, même partielle interdite.

**Gourmets de France**  
11 rue Paul Dhalluin 19100 Brive-la-Gaillarde  
0555 881 992 - [www.gourmets-de-france.fr](http://www.gourmets-de-france.fr)



**Directrice de la publication :** Françoise Malafosse  
**Responsable de rédaction :** Michel Malafosse  
**Conseil éditorial :** Juliette Crémoux  
**Responsable artistique :** Sarah Borderie  
**Journaliste :** Charlotte Saric  
**Web éditorial et publi-reportages :**  
[webmaster@gourmetsdefrance.fr](mailto:webmaster@gourmetsdefrance.fr)  
**Publicité :** Michel Malafosse 06 08 06 49 36  
**Maquette :** Comevents  
**Photographe :** Alban Gilbert  
**Impression :** Campher Artes Graficas  
**ISSN :** 2258-8655

**Crédits photos**

© Alban Gilbert : Une, Edito, rencontre, Du Jardin à l'assiette, Les viandes, Biographie du jury, Tests-produits, Fiches produits.



# édito

---

## L'AUBRAC

---

O n dit l'Aubrac loin de tout, isolé des grandes métropoles, inaccessible. Peut-être. Mais s'il est vrai que ce territoire il y a quelques dizaines d'années était présenté comme en voie d'extinction, il a pris une belle revanche. Ses hommes et ses femmes ont su se mobiliser autour d'un patrimoine naturel inestimable et le magnifier. Les produits sont devenus des filières, créant de l'emploi, de la vie, et de l'excellence. Nombreux sont ceux qui sont aujourd'hui reconnus, enviés, labellisés. À nous de continuer à imaginer l'Aubrac de demain, en tissant des liens, et surtout en prenant soin de toujours le partager, autour d'une table ou lors d'une balade dans cette terre de contrastes magnifiques aux paysages bruts et intenses.

*«Continuer  
à imaginer l'Aubrac  
de demain»*



# Ô Bras

(Ô Brac)

## Aubrac

*Si le triangle des Bermudes est une figure géographique imaginaire et dangereuse, le triangle que forme l'Aubrac sur les départements de la Lozère, du Cantal et de l'Aveyron est une réalité de terroir, de passions, d'hommes et d'histoires.*

### Les enfants du pays

D'aucun ne connaissent pas nécessairement cette page de l'histoire de France qui marqua les esprits au début du XIX<sup>ème</sup> siècle et qui doit encore se conter lors de soirées au coin de la cheminée, celle de l'enfant sauvage de **l'Aveyron**, baptisé Victor, capturé en 1800. Si les détails de l'histoire oscillent d'une transcription à l'autre, il demeure quelques constituants qui caractérisent la nature de **l'Aveyron**, la nature des hommes et la nature des hommes de **l'Aveyron**. Probablement abandonné par ses parents, Victor, a posteriori envisagé comme autiste, est un enfant sauvage qui a survécu, a minima trois ans, seul dans les forêts de la région, résistant aux grands froids, s'alimentant de glands et de tubercules, avant d'être

« recueilli » et « élevé » dans sa région d'origine puis à Paris. Que nous dit en réalité cette légende aveyronnaise ? Que pour rudes que puissent paraître les terres et les hommes, il ne s'agit en réalité que de robustesse et que les forêts d'ici regorgent de possibilités, d'outils à la survie. Sans oublier la force des hommes. **Jean-Claude Fau**, l'universitaire spécialiste

*« Ici, plus qu'ailleurs, la poussière de terre est en réalité une poudre d'étoiles »*

de **l'Aveyron**, dit d'ailleurs ceci « la nature et les hommes se sont associés pour le doter d'une forte personnalité ». On ne trouvera pas meilleure formule, plus juste.

Mais les fortes personnalités ne sont pas forcément grandes gueules,

elles peuvent être tout en modestie, douceur et rondeurs. Ambassadeurs aubrasiens, **Michel** et **Sébastien Bras** parlent de **l'Aveyron** et font parler de la région en des termes plus poétiques et élogieux qu'une sordide histoire d'enfant abandonné. Ils sont, du Suquet, les fortes personnalités. Ils incarnent et se font parangons de ce qui caractérise la terre à laquelle ils tiennent. Parce qu'ici, plus qu'ailleurs, la poussière de terre est en réalité une poudre d'étoiles, un ciment de traditions. Rappelons qu'à l'origine le premier restaurant de **Michel Bras** à **Laguiole** s'appelait **Lou Mazuc**, du nom d'une chanson traditionnelle qui porte en étendard et en son, les burons : « Là-haut dans la montagne, au milieu de chaque pâturage, dans l'herbe épaisse et la gentiane, vous trouverez une petite





maison. (...) Quand, à la fin d'un repas, vous goûterez la fourme d'Aubrac, vous penserez que, matin et soir, les buronniers ont trimé. »

La gentiane d'ailleurs, tout comme la cistre, toutes ces herbes des hauts pâturages de l'Aubrac entrent dans la composition de l'inénarrable **Gargouillou**. Lorsqu'il prend les rennes du restaurant du **Suquet, Sébastien** s'interroge sur la pérennité de ce plat qui doit sa paternité à son **père Michel**. Il se demande si c'est un plat qui appartient à son **père**, au passé, à la maison ou au futur, un héritage ou une tradition. Il est l'inverse d'une nature morte, d'une cuisine morte, il est la renaissance quotidienne du terroir. Comme tout ce qui fait l'Aubrac il est en réalité lié à la terre, à son histoire intrinsèque, il est au lieu dont il est la traduction en gastron-

omie. Il est chaque jour réinventé, il est chaque jour le conte de **l'Aubrac**, une lecture du paysage.

## Promenade sur les drailles

Les drailles ce sont les chemins qu'empruntent les troupeaux transhumants qui parcourent ce pays bosselé, volcanique, en combes et en vallons, qui caressés par le vent et la neige en hiver entament une symphonie, qui, comme un chant des sirènes appelle à venir ici. Comment ne pas se laisser séduire par ces vaches aux yeux de biches qui « montent » sur ces chemins fin mai, ornées de leurs fleurs, de drapeaux et de fanions, rythmé par le son des cloches célébrant la tradition de

l'élevage, et les accompagner à pied pour faire honneur aux racines et faire perdurer les traditions ? Le long de ce parcours on se laisse embaumer par les senteurs de la gentiane, de la cistre, des jonquilles, de l'hémérocalle, de la brède mafane, du calamant, de la drosera et de l'érytrone. La flore de **l'Aubrac** c'est plus de deux milles espèces. Des pointes de couleur et de senteurs qui viennent émailler de leur splendeur ce terroir qui mérite d'être découvert. Le plateau de **l'Aubrac** c'est l'accès à l'universel. Nul besoin de partir plus loin pour que la terre soit nourricière. C'est une cuisine de peu, enracinée dans son terroir. C'est pour cela que bien avant que ce soit la mode ou un courant, depuis déjà trente ans, les Bras promeuvent une cuisine avec le sens du partage et qui lutte contre le











• • •

gaspillage. Ils ont été les premiers à travailler les moelles de légumes, les fanes, le pain sec et la crème de lait. Ce que d'autres avaient la stupidité de considérer comme des rogatons, des pièces sans noblesse. **Michel Bras** évoque souvent **sa mère** qui avait le sens du beau et du bon avec peu de choses. On dit souvent que ce qui importe c'est la qualité, et non la quantité ou les fioritures pourrait-on dire. **L'Aveyron** prend définitivement pour synonyme la qualité, l'être-là, les richesses secrètes qui se laissent découvrir par ceux qui prennent le temps, qui ont la curiosité des gourmands intelligents. Pourquoi y a-t-il tant de bonnes choses à découvrir sur le haut plateau de **l'Aubrac** ? Cette richesse apparaît comme une récompense, celle que méritent ceux qui s'investissent et se dépassent. A ce titre, rappelons que l'un des quatre chemins principaux

de **Saint Jacques de Compostelle**, celui qui emprunte une partie de l'ancienne voie romaine entre Lyon et Bordeaux, traverse **l'Aubrac**. Un des tronçons les plus difficiles. Un de ceux qui éprouvent et qui offrent récompense, autant personnelle que dans le partage. C'est d'ailleurs la générosité et l'accueil des religieux de l'hôpital **d'Aubrac** qui ont été les premiers ingrédients de l'aliquid qui est la version originelle du substantiel aligot. L'effort physique comme pré-misse à la satisfaction du repas. Si il y a soixante kilomètres de pistes de ski de fond à la station du Bouyssou à Laguiole, offrant la possibilité de pénétrer dans cette nature, c'est en course à pieds que **Michel** parcourt son territoire et en VTT pour **Sébastien**. C'est d'ailleurs lors de ses sorties à vélo qu'il aperçoit le gibier, qu'il apprécie « être au milieu des bois, des biches, des hérissons pour s'oxy-

géner, pour penser à une recette. » Lui qui a toujours l'œil émerveillé, et qui retouche sa carte chaque jour, puise l'inspiration quotidienne dans ce que la nature lui offre et qu'il faut respecter. Cette communion avec la nature est décidément la fondation de la cuisine du **Suquet**. La majorité des cuisines de restaurants sont des pièces aveugles, ici elles donnent sur l'extérieur parce que c'est cette nature environnante qui en est le moteur, l'inspiration.

## De l'Aubrac, avec passion

« Je crois que perdu au fond de **l'Aubrac** on ne peut pas tricher » confie **Sébastien**. Et ce qui court tout au long d'une promenade sur ce plateau à mille cinq cent mètres d'altitude c'est l'honnêteté qui s'in-

• • •





• • •

carne dans la sainte trinité de l'inspiration, de la création et du souvenir. Ce n'est pas un hasard si **Michel Bras** est un passionné de photographie. Parce que c'est ce regard de photographe, capable d'immortaliser un moment, un lieu, un sentiment qui est le corollaire d'une assiette carte postale du voyage au cœur d'un territoire. Qui conserve cette beauté sans esbroufe, la magie du territoire. D'ailleurs **Sébastien** ajoute que « ce qui peut faire vibrer c'est de partager un moment d'histoire ». Alors ici tout se mélange, l'histoire que véhicule ces champs de gentianes mais aussi l'histoire des vitraux de Pierre Soulages de l'Abbatiale Sainte-Foy de Conques, une histoire qui lie le peintre emblématique de l'obscur, enfant de la région, au duo de **chefs Bras**, incarné par un **Café Bras** au musée de Rodez dédié au plus grand peintre français encore vivant. Parce que si la gentiane, au même titre que la cistre, le veau du ségala ou la race **Aubrac** sont des cartes gastronomiques ou postales de cette région, au détour des pérégrinations l'on découvre des éléments qui viennent enrichir le corpus du patrimoine mondial de l'Unesco, l'église romane de Sainte-Foy de Conques, les ponts de Saint Chely d'Aubrac, d'Estaing, d'Espalion et de Conques. Nul besoin d'être exigeant pour voir une belle interprétation à ce qu'il y ait autant de ponts classés, parce que véritablement ici, plus qu'ailleurs **l'Aubrac** fait le pont entre son terroir, ses hommes et ses histoires. Si davantage que les mots nous aurons compris qu'ici c'est leur traduction en cuisine qui est l'illustration de la richesse du territoire, reste qu'il n'y pas de meilleurs mots que ceux d'un écrivain pour décrire ce qu'est l'Aubrac, « un haut belvédère de dépouillement et de sublimité ». Merci **Julien Gracq**.

# *Du* *Jardin* à l'Assiette :

## Le Gargouillou

*Plat signature du Suquet, apparu à Michel Bras lors d'une promenade en 1980, le gargouillou est davantage qu'un met c'est une histoire racontée chaque jour dans les cuisines du restaurant qui domine l'Aubrac.*





**B**ien mal inspiré celui qui se risquerait à chercher sur internet « recette du **gargouillou** », non seulement parce que l'on ne s'improvise pas **Michel** ou **Sébastien Bras**, mais surtout parce que c'est un nonsens absolu tant c'est un plat iconique mais tout sauf immuable.

Défini par le chef comme « une lecture intime de **l'Aubrac** », il est également l'histoire d'une journée qui débute tôt le matin, quand **Michel** et/ou **Sébastien**, avec les jardiniers de Lagardelle, **Jean-Luc** et **James** et une dizaine d'employés du restaurant, menés par **Jonathan** viennent cueillir fougère, amarante, bourrache blanche, ail rocamboule,

trèfle, moelle de chou fleur, pois, cerfeuil tubéreux, capucine, raiponce, pâtisson, ciboule, chicorée, mouron des oiseaux, radis rose, salsifis, tomate, cébette, fougère, houblon, artichaut, chayotte, cistre et autres légumineuses, jeunes pousses, feuilles, fleurs, graines, racines...

*« Un jardin secret aux mille trésors verts dans lequel nous puisons des idées »*

Dans le jardin de cette maison familiale que **Sébastien** aime à définir « comme un jardin secret aux mille trésors verts dans lequel nous puisons des idées, quelques jeunes pousses,

fleurs ou fruits qui vont nous aiguillonner pour le reste de la journée et nous ancrer dans la saison » il y a de nombreux souvenirs de voyage. Curieux et baroudeurs dans l'âme, les **Bras père** et **Bras fils** ont rapporté de leur nombreux voyages une foultitude d'espèces rares, méconnues mais

si riches de subtiles saveurs, poivre de Szechuan planté par **Michel** il y a six ans, on y trouve aussi des pétales d'hémérocalle, du basilic rau-ram, de la brède mafane,

de la tanaïse ... plus de cent vingt variétés ont été plantés et se sont parfaitement accommodés de leur nouveau territoire, venant multiplier cet herbier insensé mais si généreux,



GOÛT DU TERROIR







• • •

totallement inspirant. Les jardinières portent d'ailleurs chacune le nom d'une destination qui les a marqué, Pérou, Tchad, Irlande...

Alors à chaque jour sa réinterprétation du Gargouillou, la célébration des arômes riches, l'alliance des senteurs vives, le lien entre la terre qui fait les hommes et l'explosion de saveur qui les réjouit. On ne cuisine pas un **Gargouillou**, c'est une œuvre d'art que l'on peint, que l'on sculpte, que l'on façonne, que l'on assaisonne, que l'on révèle et que l'on a la générosité de partager. Le Gargouillou c'est une épiphanie.

Si les racines ce sont le père, c'est aussi la terre. La terre mère, le plateau de **l'Aubrac**, le jardin de Lagardelle, le réveil quand les fleurs éclosent et l'éveil des sens.

# *Cœur* de bœuf : *l'Aubrac*

*Elle est reconnaissable à ses yeux de biche et pourtant c'est un bœuf ! C'est la plus belle des races de bétails, et probablement la plus bonne ! Découverte du Bœuf Fermier de Race Aubrac !*



## Une histoire ancienne... et tellement actuelle

De vieux écrits relatent qu'un premier troupeau exploité dans l'Aubrac remonterait au XVIII<sup>e</sup> siècle et que les premiers animaux enregistrés au livre généalogique de la race datent de 1894. En somme, « l'image d'Epinal » à proximité du Cantal c'est sans nul doute le bœuf de l'Aubrac. Il est parfaitement lié à son territoire parce qu'il y est totalement adapté, résistant aux conditions climatiques parfois rudes sur les plateaux de l'Aubrac. D'ailleurs Michel Bras nous apprend que grâce à sa robustesse, c'est une race qui est actuellement exportée en Patagonie, au Tibet et dans des zones arides de l'Europe Centrale. Mais c'est bien à Laguiole qu'elle est, chaque année, depuis dix-huit éditions, célébrée avec le Festival des Bœufs Gras de Pâques. L'occasion de rappeler qu'une association Bœuf Fermier de l'Aubrac, forte de 506 éleveurs, a été créée en 1996 avec comme dessein l'obtention du Label Rouge, chose faite en 1999. Pour fêter cette beauté, ailleurs que dans l'assiette, il existe de nombreuses manifestations, foires et concours. A ce titre, Michel Bras n'oublie pas de noter dans son et notre agenda, la relance du concours Race à Aubrac à Laguiole mi-octobre.

### «Elle à le goût de son territoire

## Qui es-tu le bœuf de l'Aubrac ?

Indubitablement une star des mets de carnivores gourmets ! Mais à quoi doit-elle sa qualité ? Avec son pelage froment, ses cornes en forme de lyre et ses yeux de khôl maquillés, elle est belle de l'extérieur mais son mode de vie, ses caractéristiques naturelles lui permettent de produire une viande – mais aussi du lait, d'excellente qualité. En effet, comme elle très robuste et résistante, c'est une bonne marcheuse, une vache transhumante, qui pâture à plus de huit-cents mètres sur les plateaux de l'Aubrac. Là haut, c'est la richesse de la flore des estives (notamment narcisses, jonquilles, gentiane, serpolet et évidemment cistre) dont elle s'alimente qui confèrent à sa viande sa couleur rouge intense et son goût inimitable. Michel Bras nous la raconte ainsi « elle a le goût de son territoire, avec une richesse de parfums gagnés par des mois de pâturage. C'est une viande de caractère avec parfois un peu de mâche. » Lorsqu'elles reviennent des estives (vers mi octobre) c'est grâce aux fenaçons réalisées durant l'été qu'elles seront nourries. Ensuite, de novembre à mars c'est une autre de leurs qualités qu'elles mettent en exergue, leur capacité de vélage exceptionnelle, de façon autonome et avec en moyenne un veau par an.

En conclusion, du pot au feu au tartare en passant par le rôti ou le filet, elle fait un effet bœuf !



## CONSEIL DU BOUCHER



### Quantités pour une personne :

- 150 g. pour un rôti
- 180 g. pour un steak, une entrecôte ou un filet
- 150 g. pour un tartare
- 300 g. pour une côte de bœuf

### Pour griller ou poêler

- **Bleu** : une minute à feu vif
- **Saignant** : une minute trente
- **A point** : 2 minutes trente

### Pour rôtir

- **Saignant** : 10 à 15 min par 500 g.
- **A point** : 15 à 20 minutes par 500 g.
- **Bien cuit** : 20 à 25 minutes par 500 g.

### Attention :

Toujours laisser reposer la viande vingt minutes à température ambiante avant de la cuire.

# Avec nos meilleurs veaux

*L'Aveyron est une région de grande tradition d'élevage. Avant qu'il y ait une vache Aubrac, il y a forcément un veau. Celui du Ségala, fait la fierté des aveyronnais.*

## CONSEIL DU BOUCHER



### Quantités pour une personne :

- 150 g. pour escalope, grenadins ou rôti
- 200 g. pour côte, poitrine, épaule ou tendron

### Pour les viandes en sauce ou bouillies

Cuire 1h30 à feu doux.

### Pour griller :

1 mn par cm d'épaisseur

### Pour rôtir :

40 mn pour 1 kg. (départ four très chaud, puis feu doux)

Attention comme la viande rouge, le veau doit être à température ambiante avant cuisson.

Élevé sous la mère, c'est à dire allaité, le veau du Ségala reçoit également en complément de son alimentation, des céréales. Au cours de sa vie, il tète environ 2500 litres de lait (6 litres par jour) et consomme 500 kg d'aliments céréales. A l'origine il s'agissait d'ailleurs de seigle, d'où est tiré le nom de Ségala. Les vaches

qui pâturent pendant la journée, rejoignent pour la tété leur petit deux fois par jour, matin et soir.

Certifié par un Label Rouge, il a reçu les médailles d'or et d'argent au concours général agricole de Paris en 2016. Le veau du Ségala est issu des races limousine ou blonde d'Aquitaine, né et élevé dans des

conditions optimales de confort, étables spacieuses, paille très propre et souvent renouvelée et éclairage naturel.

La cuisine et donc la production de viande de veau dans l'Aveyron était déjà bien installée au XVIIème siècle.

*«Le veau donne une viande de couleur rosée, tendre et très savoureuse»*

Abattu entre six et dix mois, à un poids entre 170 et 270 kg, dans l'un des

quatre abattoirs de la zone IGP, le veau donne une viande de couleur rosée, tendre et très savoureuse. Avec 610 éleveurs sur cette indication géographique protégée, sont produits chaque année près de 19 000 veaux, qui ravissent les gastronomes au delà des frontières du département et même du pays.

# Faire

## l'Autruche

*Dans chaque région de France il y a toujours une culture surprenante et originale. En Aveyron, il n'y a pas que la race Aubrac et le veau du Ségala, il y a aussi le plus lourd des oiseaux !*

Si elle court très vite, elle ne vole pas. Et si elle se cuit très vite, son goût ne s'oublie pas ! La viande d'autruche, une viande rouge qui ressemble un peu au bœuf, mais qui est encore plus tendre et moins grasse est un parfait combo valeurs nutritionnelles et gustatives.

Et inutile de se rendre sur les vastes espaces du

bush australien pour admirer sa course et tenter de la chasser, car depuis plus de vingt ans, la ferme aux autruches près de Conques élève plus d'une centaine de ce drôle d'animal.

Si le premier hiver est le plus dangereux, les oisillons étant fragiles, à partir de quatre à six mois il devient

un oiseau fort et résistant, qui atteint d'ailleurs sa taille adulte dès sept mois, mais qui devra encore gagner en poids pour être cet animal robuste et fort. Abattues entre quinze mois et deux ans, c'est-à-dire entre quatre vingt dix et cent vingt kilos, les

autruches produisent 35% de leur poids en viande.

Mais elles ne sont pas éle-

vées à cette seule fin là, leur peau est tannée et teintée pour être utilisée en maroquinerie, les œufs qui ne sont pas à usage de reproduction, sont vidés pour être utilisés en décoration et encore leurs plumes peuvent également être réutilisées.

Un drôle d'oiseau peut être, une excellente viande sans nul doute !

*«Depuis plus de vingt ans on en élève en Aveyron»*

## CONSEIL DU BOUCHER



La viande d'autruche se cuisine exactement comme celle du bœuf, à la fois sur ses usages que sur ses temps de cuisson.

Etant moins grasse que ce dernier, il est préconisé d'utiliser un peu de matière grasse et de la saisir aller-retour.



# Pêche(r)

## Mignon(ne)

*Territoire de terroir, sur lequel coulent des milliers de kilomètres de cours d'eau, l'Aveyron, offre également un moment de détente, une activité sportive, une quête de produits de l'eau.*

### Ô mon cours d'eau

Fort de sept milles kilomètres de cours d'eau, de trente-huit lacs ; il y a, des torrents qui dévalent de l'Aubrac aux grands lacs, des eaux vives des grandes rivières larges et puissantes aux eaux plus calmes des plaines, tout les types de cours d'eau dans l'Aveyron. Cette diversité des milieux présents dans la région permet de s'exprimer et/ou d'exceller dans tous les types de pêche. Et de jouir de l'art de la pêche à la mouche ou la pêche au vif. De sentir cette truite qui, presque nonchalamment, remonte du fond pour gagner le courant de surface plus rapide, roule dans la vague et file vers l'aval. A l'heure où la méditation émule les populations, pourquoi ne pas plutôt se tourner vers cette activité qui ressource et recentre. Face aux eaux parfois glacis,

ou aux faibles courants apaisants, ou l'énergie profonde dégagée par la vivacité d'un torrent on se retrouve ressourcé (et étymologiquement ce terme même revient à la source) face à l'élément aquatique. Seul à l'aube on se retrouve entres amis on partage, quoi qu'il en soit, en changeant de lieu, en changeant de source ou de lac on découvre la richesse topographique et la richesse de cette mer mère.

### Ô mon poisson

En effet avec cette diversité des milieux présents dans l'Aveyron, le terroir offre la possibilité de rechercher et de pêcher une grande partie des espèces présentes en France dans les eaux douces. Truites, vairons, ombles, goujons, brochets, perches, ombres, sandres, écrevisses... Comment ne



pas succomber à la séduction de la truite Fario que Luz décrit ainsi : « ses yeux vifs, lustrés par le passage de l'eau, ont la luisance froide d'une perle noire entourée d'un anneau de soleil orangé. Un sable marbré d'ombre bleu teinte sa peau parsemée de corail rouge entre ses nageoires, fines ailes, que borde un liseré de lait. » Pour la trouver dans l'Aubrac on se tourne vers la Selve près de Laguiole, ou vers la Bromme et le Siniq ou vers l'Argence Vive (où l'on trouve également des vairons et des goujons.) Ce sont d'ailleurs ces petits poissons, qui, en fritures ont fait la renommée du restaurant des parents de Nicole Fagegaltier, chef étoilée de Belcastel. Dans le lac de Sarrans se trouvent sandres, perches, brochets et gardons, et dans le Lot, la même population que dans ce lac avec en plus des carpes et des barbeaux.

A la fin de la journée deux options, se délecter d'une truite simplement grillée à la maison ou par de l'omble mariné et des endives pochées au safran chez Sébastien Bras.







# Lacto -création

*Lait de vache ou de brebis, de cet or blanc sont tirés une sainte trinité de fromages qui font la renommée de l'Aveyron. Plus qu'une région composée de vastes plateaux, elle est à elle seule, un plateau parfait de fromages de caractère.*

## La Tome Fraiche & Le Laguiole

La race Aubrac ne donne que quatre à cinq litres de lait par jour, alors que les plus productives des vaches laitières peuvent en donner jusqu'à quarante litres. Le rendement n'est pas le présupposé de la tome et du Laguiole, c'est une histoire de tradition et une histoire d'affection. Les producteurs traitent leurs vaches à la main, en leur parlant doucement. De toutes façons, elles ne supporteraient pas la mécanisation. C'est un fromage qui aime être travaillé lentement avec des gestes précieux comme des caresses. Parce que le temps est le meilleur allié de la qualité.

Après la traite, le lait repose pendant une heure, le temps qu'il caille après l'ajout de présure. Ensuite le caillé est brisé lentement près d'une source de chaleur à l'aide d'une menole. Une

fois égoutté, pressé et retourné, le cailler devient la tome fraiche qui sert à réaliser l'emblématique aligot. Salé et mis en moule, affiné en cave (dont la température reste stable grâce aux pierres des burons) retourné et brossé tous les quatre jours, pendant au minimum quatre mois, la tome devient le fromage de Laguiole. Village et fromage devenant synonymes, comme un véritable marquage de territoire, tout comme pour celui qui suit.

## Fort Roquefort

Bien que certains historiens ne valident pas le mythe originel du Roquefort, l'histoire ayant la joliesse d'une sérendipité, elle mérite d'être rappelée. Il semblerait qu'un berger ait oublié, dans un buron évidemment, son encas à base de pain et de fromage de brebis quand il redescendit de sa transhumance. Revenant

quelques temps plus tard, les champignons de la mie avaient persillé le fromage. Le roquefort était né. Et cela date du XII<sup>ème</sup> siècle. Mais en réalité il naît du lait de brebis Lacaune, une race adaptée aux conditions climatiques difficiles de la région avec un rendement en lait supérieur, qui sera ensuite (dans les 48h) réchauffé entre 28° et 34° pour l'emprésurage. Le lait est ensuite ensemencé avec les spores du *penicillium roqueforti*. Une fois coagulé, le caillé est découpé, brassé et mis en moule sans pressage. Avant de l'affiner, pendant quatorze jours a minima, le fromage est piqué pour favoriser le développement de la moisissure et donc son persillage. Premier fromage à bénéficier d'une appellation d'origine (en 1925), deuxième fromage français après le comté en tonnes de production, il se faisait appeler « le roi des fromages » par Diderot. On ne peut décemment pas lui donner tort !

# Bec sucré

## et aveyronnais

*Des œufs de ferme, la race Aubrac qui s'incarne dans le lait ou le beurre, du sucre et un peu de levures pour des gâteaux « carte de visite » qui se préparent lentement, se fabriquent habilement et se dégustent longtemps.*

### Le Gâteau à la Broche

Bien qu'il ne soit pas exclusif à l'Aubrac, c'est également une spécialité des Pyrénées où il se nomme millat, le gâteau à la broche est un dessert de fêtes typique des régions montagneuses. Préparé pour les grandes célébrations de la vie, mariages, baptêmes...

Si l'appareil est des plus simple, identique à celui des cannelés, à base de farine, de beurre, de sucre, d'œufs et de levure, sa réussite tient au tournemain, à la dextérité que demande sa cuisson. En effet, en plus de l'équipement qui n'est pas à la portée de tous les foyers : un cône de 45 cm, une broche et un bon feu, il faut faire preuve d'ambidextrie et de patience. C'est peut-être en ce sens qu'il était réservé aux grandes occasions.

Après avoir séparé le blanc des

jaunes, il faut ajouter à ces derniers, le sucre, la farine le beurre fondu et la levure. De l'autre côté monter les blancs en neige et les incorporer délicatement à l'appareil. Ensuite, il faut recouvrir le cône de papier sulfurisé, et d'une main verser une louche de préparation dessus pendant que de l'autre main on fait tourner la broche. Pas sûr que l'on réalise du premier coup ce magnifique cône de pâte dorée aux épines saillantes, mais l'on sait maintenant que dans l'Aveyron tout est histoire de patience, de transmission et de tradition. Le gâteau à la broche en étant la représentation.

### La fouace

A l'origine la fouace (ou fouasse) est une galette de fleur de froment non levée, cuite dans la cendre de bois. Plutôt dense dans sa recette originale, cette brioche en forme de cou-

ronne s'est quelque peu aérée. Le tour de main, encore une fois, n'y étant pas exempt. En effet, il faut pétrir la pâte, composée de farine, beurre, crème, lait, sucre, œuf, levain et sel pendant au moins une demi heure afin qu'elle devienne souple et élastique avant de la laisser reposer et lever pendant une nuit entière. Et mieux vaut qu'elle soit un peu longue, la nuit, d'au moins douze heures !

Composant idéal d'un petit déjeuner complet, avalé dès potron-minet avant de démarrer une journée de transhumance, c'est aujourd'hui une douceur qui ne se limite pas aux aurores et s'apprécie en dessert, en encas ou en goûter. Sa densité permet une longue conservation, mais peut-être pas aussi longue que sa renommée qui s'inscrit en littérature dès le XVIème siècle dans le Roman de Renard ou Le Pantagruel de Rabelais.



# LES RECETTES ICONIQUES

L'ALIGOT - LES FARÇOUS - LE RÉTORTILLAT

*Avant que le Gargouillou ou le coulant au chocolat soient des recettes emblématiques d'une cuisine aveyronnaise, d'autres recettes créaient depuis fort longtemps un tropisme gastronomique dans la région. Elles impliquent souvent tome, pommes de terre, sont nourrissantes et riches, et pour celles dont nous vous donnons la recette ici, elles sont végétariens compatibles !*

## L'ALIGOT

A l'origine l'aligot est un plat de résistance composé de tome et de pain, distribué aux pèlerins par les religieux de l'hôpital d'Aubrac. A cette époque il s'agit d'un aliqid qui deviendra aliquot puis aligot avec l'introduction de la pomme de terre pour remplacer le pain au XIX<sup>ème</sup> siècle. Au sujet de ces dernières Michel Bras impose la variété institut de Beauvais, qui sont, selon lui, idéales pour cette préparation. Quant à la tome, elle doit avoir une maturité optimale, pas trop jeune, ni trop vieille sinon elle ne file pas. C'est certaine-

ment ce qui est arrivé à Sébastien, qui, lors d'un stage à Paris, propose en aubracien qu'il est de réaliser pour le personnel un aligot... qui ne filera jamais ! Quant à l'ail, c'est visiblement un casus belli, donc on le mettra entre parenthèses.

### LA RECETTE

*Pour 4 personnes :*

**1 kg. de pommes de terre institut de Beauvais • 400 g. de tome fraîche de Laguiole • 100 g. de beurre • 25 cl. de crème fraîche • (Ail) • Sel et poivre**

**1/** Préparer une purée de pommes de terre après les avoir épluchées et cuites à l'eau. L'assaisonner avec la crème, le sel, le poivre (l'ail pilé). **2/** Détailler la tome en lamelle, que l'on aura pris soin de mettre quelques temps en amont à température ambiante. **3/** Mettre la purée sur feu doux et ajouter les lanières de fromage sans jamais cesser de remuer en formant de grands « 8 » avec une spatule en bois. Quand l'aligot file, il est prêt.



## RECETTES ICONIQUES

### LE RÉTORTILLAT

Cousin de la truffade, qui prend, elle, l'option lardons, le rétortillat pourrait être considéré comme une tortilla qui se lierait, non pas aux œufs mais à la tome fraîche. Normal c'est encore un plat de buronniers qui n'avaient pas le droit de consommer le fromage affiné et trouvaient la parade en utilisant la tome encore fraîche. Des pommes de terre et du fromage, il n'y a pas meilleure base !

Avec les recettes aubraciennes, on se régale de ces plats d'hiver.

### LA RECETTE

*Pour 4 personnes :*

**300 g. de tome fraîche**

**1 kg. de pommes de terre**

**(Oignons, ail, persil)**

**Sel, poivre**

Faire rissoler les pommes de terres débitées en fines rondelles à l'huile dans une poêle (éventuellement avec de l'oignon selon les goûts). Quand elles sont cuites et dorées, ajouter la tome fraîche coupée en lamelles, puis laisser fondre et remuer doucement pour obtenir un mélange filant et lié. Assaisonner selon votre goût, sel, poivre, ail et persil.





## LES FARÇOUS

Une recette classique de la région, où chaque famille a sa propre recette. S'il existe des farçous à la viande, ils sont plus communément « maigres ». Petits beignets aux légumes, ils font partie prenante de la gastronomie d'ici, vendus tout prêts sur les étals des marchés, et qui ne sont jamais absents des cartes de restaurant.

## LA RECETTE

*Pour une dizaine de farçous :*

- 2 œufs**
- 100 g. de farine**
- 200 g. de feuilles de blette**
- 1 poignée de persil plat**
- 200 ml. de lait**
- 1 oignon nouveau**
- 1 gousse d'ail**
- Sel & Poivre**

Battre les œufs et incorporer la farine et le lait. Laver les feuilles de blettes et les débiter, hacher l'oignon et ajouter le tout à l'appareil. Saler, poivrer. Faire chauffer l'huile dans une poêle, y déposer des petits tas de pâtes ronds que l'on laisser dorer sur chaque face pendant deux minutes.

# Rendez-vous *au* *Buron*

*Si le bassin d'Arcachon se reconnaît à ses maisons typiques, les girolles, on sait que l'on se promène sur les plateaux de l'Aubrac à l'apparition des burons. A la fois habitat et lieu de fermage, derrière ces murs une belle histoire.*







Étymologiquement issu du terme bur qui a donné en vieux français le mot buiron signifiant cabane, les **burons** sont les souvenirs d'une ancestrale tradition pastorale des plateaux de l'**Aubrac** et du **Cantal**. On en retrouve des mentions dès 1700 et aujourd'hui encore on ne peut faire quelques kilomètres sans en apercevoir.

Habitat rustique, ils n'en restent pas moins charmants avec leurs murs en pierre et leur toit de lauzes. Implantés dans un décaissement du sol et donc à moitié enterrés, il n'y a qu'une unique porte dans le mur pignon qui fait face à la vallée, et pas de foyer intérieur, le feu se faisait en extérieur.

Les buronniers y séjournaient de mai à octobre lorsqu'ils montaient aux estives avec leur pâturage et leur quotidien se rythmait par deux traites

chaque jour. En effet, les burons revêtent la double fonction d'être le lieu de séjour des buronniers mais également le site de fabrication du fromage de Laguiole et de la tome. Souvent composé de trois pièces, on accède d'abord dans la première pièce où est fabriqué le fromage, une

*«Il y avait, dans les années cinquante, 264 burons en activité dans l'Aubrac»*

seconde où ils sont conservés et mis à mûrir et à l'étage se trouve la pièce où les buronniers dorment et où le foin est engrangé.

S'il y avait, dans les années cinquante, 264 **burons** en activité dans l'**Aubrac**, ce chiffre a rapidement chuté, et l'on n'en recensait plus que 51 en 1964, suite à la modernisation

de l'agriculture qui permettait l'amélioration de condition de vie et de travail des éleveurs. Pourtant depuis cette année, le **Buron du Puech de la Treill** a été remis en exploitation, et aux normes actuelles d'hygiène, par **Maxime Miquel**, producteur de vaches et **Hugo Diaz**, fromager. Avec

leur cheptel de soixante-dix bêtes, ils ont produit (et dormi !) pendant plus de deux mois, deux fromages de cinquante kilos par jour. « Fromage de Laguiole Fermier de Buron » AOP

dont il bénéficie puisque la traite est réalisée à plus de mille mètres d'altitude. D'autres **burons** au cœur de l'**Aveyron**, se sont réinterprétés en gîtes, en restaurants, leur permettant de ne pas disparaître et de faire perdurer l'image que l'on se fait des plateaux de l'**Aubrac**.



# Au Cœur

du Patrimoine

Vivant



*Le label EPV, entreprise du patrimoine vivant, met en avant depuis 2005 l'excellence de la fabrication française. Il a pour objectif de mettre en lumière et récompenser les petites ou moyennes entreprises emblématiques de l'excellence française industrielle ou artisanale. Contrairement à d'autres labels qui sont obtenus par déclaration, l'EPV est rigoureusement contrôlé par l'Etat, « ses critères portent notamment sur la maîtrise de savoir-faire avancés, renommés ou traditionnels, en général associés à un terroir ». Les EPV sont également, un point d'entrée pour le tourisme. Et si l'on découvrait un terroir via son savoir-faire ? En Aveyron, 26 entreprises ont le label, focus sur certaines.*

## Sellerie Gaston Mercier

A l'origine, Gaston Mercier, un éleveur de chevaux et guide randonneur en Aveyron qui créé en 1983 sa première selle pour son usage personnel. Unique au monde, elle est la

seule selle à se positionner au niveau de la treizième dorsale du cheval, qui est son point d'équilibre, la clef de voûte de sa colonne vertébrale, le meilleur point d'appui possible, qui permet, au contraire des autres selles qui portent le poids du cavalier trop à l'avant, de bien répartir le poids. C'est des traditions des nomades à

cheval, avec leurs arçons en bois, au creux de siège volumineux, positionnés au dessus de la 13ème dorsale qu'il s'est inspiré. Mais en allégeant davantage la selle par l'usage de la résine Epoxy à la place du bois. La tradition familiale s'amorce puisque depuis 2008, c'est son fils Manuel qui a repris les rennes de l'entreprise.





## Maison Fabre

Créée en 1924 Maison Fabre ce sont quatre générations d'une même famille dont le savoir-faire en ganterie rayonne à l'universel. Tout à commencé à Millau, lorsqu'Etienne Fabre, maître gantier fonde son entreprise. Quelques années plus tard, c'est sa belle fille, Rose qui, multipliant les voyages à travers le monde pour faire connaître leur travail, transforme l'usine en une entreprise florissante qui travaille notamment pour les plus grandes maisons de haute couture.

En 1946, l'entreprise compte 350 employés. Toujours une histoire de famille, c'est maintenant les deux frères, Jean-Marc et Olivier Fabre qui gèrent l'entreprise. Forte de son ancrage dans le territoire, la Maison Fabre a lancé une collection en hommage au peintre Pierre Soulages. Quant à connaître les neufs étapes qui permettent la transformation du cuir de chevreau en un délicat habit de main, rien de mieux que la visite de l'usine. L'élégance aveyronnaise jusqu'au bout des doigts.

## Forge de Laguiole

S'il n'y a pas de fumée sans feu, il n'y a probablement pas non plus de gigot sans couteau ! Le village de l'Aubrac a définitivement plein de synonymes, celui d'un fromage d'abord et ensuite celui d'un célèbre couteau reconnaissable à l'abeille gravée sur son manche qui en fait la capitale de la coutellerie aux yeux du monde entier. Parce que s'il n'existe pas de CAP de coutelier, ici à Laguiole le savoir faire se transmet par les anciens, qui enseignent la passion et

la tradition. Totalement fait à la main, il faut de l'amour pour l'objet qui va naître de ce travail minutieux, attentif et précis. Quand Michel Bras a bousculé les codes de la gastronomie, en habillant son personnel de vestes de maquignon revisitées il a surtout révolutionné les arts de la table : chez lui il n'y aurait plus des dizaines de couteaux que l'on change à chaque plat, mais un couteau de Laguiole que l'on garde pendant tout le diner. Parce que lorsque les objets sont efficaces, ils sont pérennes et le meilleur compagnon d'un excellent repas.



# La cuisine

## des couleurs

*Souvent, à la maison, c'est madame qui a le flair et le goût pour le beau. Chez les Bras cela ne fait pas exception, on laisse le bon à Sébastien et c'est Véronique, son épouse qui pare les murs de cette salle épurée avec les œuvres de ses artistes coup de cœur. Sur les murs ce sont les tableaux de Christine Barrès.*

### En pleine nature

Quand on rencontre, quand on discute avec Christine Barrès et qu'elle se livre sur sa routine, ses journées on croirait entendre Sébastien Bras. Tous deux sont mus par le même amour de la nature qui est source d'inspiration et d'oxygénation : « je puise ma force dans ma terre ». C'est une fille de paysan qui vit, travaille et mourra en Aveyron. Pas un matin sans qu'elle ne promène son chien dans la forêt, qu'elle cueille des carottes sauvages, qu'elle emmagasine les couleurs chatoyantes qui

l'entourent pour les rapporter dans son atelier. Elle se décrit comme une personne « optimiste donc coloriste » c'est tout à fait logique ! « Je vois la vie en couleurs » poursuit-elle. En couleurs chaudes plus précisément, jaunes, ocres, rouges, fuchsias sont

*«Elle puise  
dans ce qui l'entoure,  
l'Aveyron»*

ses couleurs de prédilections même si le bleu fait depuis peu son apparition dans ses tableaux ainsi que le

vert qu'elle pense avoir en quelque sorte rapporté d'un long voyage en Asie où elle a été émue, imprégnée par la verdure environnante. En effet, même si « rien ne {l'}inspire d'autre que {son} quotidien », elle puise dans ce qui l'entoure, l'Aveyron donc mais aussi les nombreux voyages qu'elle a fait. New York l'a subjuguée, s'en a suivi une extériorisation où pendant six mois elle a peint des grattes ciels. On peut aussi convoquer l'art sénégalais et ses figures filiformes que l'on retrouve dans certaines de ses séries.





L. KARRAS

## CULTURE DU TERRITOIRE



### Peindre comme on respire.

C'est une grande voyageuse qui part et découvre le monde pour revenir se recentrer et respirer dans le seul endroit où c'est possible, où ça a du sens : « la création c'est soulever les montagnes de l'Aveyron ». Si Christine Barrès peint comme elle respire, elle travaille aussi comme on cuisine. Elle ne peint qu'à l'huile (comme on cuisine en Crête !) ce qui lui permet, chaque matin, de retour de sa promenade, de commencer son travail d'alchimiste. Elle mélange, associe, combine, agrège, marie, unie et allie les pigments pour créer ses propres couleurs avec le dessein de « voir les couleurs en vrai, comme dans la nature ». C'est une fantaisiste perfectionniste qui, à l'instar d'un grand



chef qui ne sert pas une viande parfaitement cuite, ne montre jamais quelque chose de non abouti. On peut être déluré autant que structuré, comme une salade d'herbes folles. La malice se cache dans les détails, dans un coup de pinceau ou dans un coup de fourchette. Même si « on est au milieu de nulle part » on est entouré. Ainsi, tout chez elle est histoire d'échanges, de rencontres positives et de générosité. En Aveyron on croise décidément les parangons de l'hédonisme. « Vivre (de) sa passion c'est extraordinaire », la partager c'est essentiel.

*« Vivre (de)  
sa passion c'est  
extraordinaire »,  
la partager  
c'est essentiel.*



## Nul besoin d'académisme quand on a la gourmandise.

Depuis plus de trente ans, Christine Barrès peint, en autodidacte. Si elle a d'abord pensé problématique de ne pas avoir une base académique, elle réalise aujourd'hui que ça lui a permis de ne pas s'enfermer dans un carcan. D'ailleurs si elle a longtemps privilégié les toiles carrées, aujourd'hui elle ne refuse pas les supports rectangles dans lesquels elle dessine ses visages. Elle peint ce qu'elle est et ne peut pas tricher, elle ne s'impose aucune règle sauf celle de la spontanéité. Et cette fraîcheur identique à celle de la rosée le matin dans les sous bois transpose quelque chose de l'ordre d'une grande honnêteté et d'une sincère humilité dans ce qu'elle fait. Elle donne ce qu'elle est. Et se raconte dans sa peinture depuis de nombreuses années. Chaque pallier de sa vie marque un mouvement dans son art. Avant de s'installer à temps plein dans le corps de ferme dans lequel elle vit aujourd'hui sa peinture n'était qu'abstraite. Une fois revenue à la terre, la gourmandise, une certaine forme d'épicurisme s'est dessinée. Ce sont les séries de pots de confitures, « que des grosses choses, de gros fruits, certainement parce que je suis gourmande ». Bien qu'elle donne maintenant à voir un art figuratif, il n'est pas formaliste et laisse à l'esprit et à l'œil sa part d'interprétation. Quand on l'interroge sur ses portraits, ce qu'ils représentent si ce sont des enfants

ou pas, espiègle elle répond que « ce sont les enfants que vous êtes restés ».

## L'art Aveyronnais à l'international

Il n'y a pas que Pierre Soulages qui enlumine les dictionnaires de l'histoire de l'art, expose à travers le monde et enorgueillit les aveyronnais, qui sont fiers, de compter, parmi leurs pairs de brillants artistes. Depuis sa rencontre avec la Galerie Duret de Paris il y a trois ans, le travail de Christine Barrès est exposé de façon permanente dans la capitale et dans

leur galerie de Bruxelles. Ces galeristes la présente à travers le monde entier, Londres, Amsterdam, Hong-Kong... où il est charmant d'imaginer qu'un peu d'inspiration aveyronnaise illumine les murs de ces foyers dont les habitants qui ont fait l'acquisition d'une toile de l'artiste. Si les galeristes ont eu un véritable coup de cœur pour son travail, le public est également séduit, forcément : il y a de l'universalité dans la générosité des couleurs et la passion du travail bien fait.



### PARIS - GALERIE DURET

7 bis rue des Saints-Pères . 75006 Paris . France .  
Tél. : 06 20 04 55 46



### LAGUIOLE - GALERIE DU TAUREAU,

23 allée de l'Amicale, 12210 Laguiole  
Tél. : 06 80 06 72 04

# LA FORGE DE LAGUIOLE

## De quoi Laguiole est-il le nom ?



*C'est bien sûr le nom d'une commune de 1200 habitants du plateau de l'Aubrac mais c'est surtout le synonyme de la meilleure coutellerie de France, le berceau d'un savoir faire ancestral, toujours promu par Forge de Laguiole.*

1987 c'est l'année de renaissance, du réveil de la danse de l'abeille avec l'ouverture de Forge de Laguiole et son célèbre atelier designé par Philippe Starck. En effet, l'art de la coutellerie locale alliant tradition et modernité n'a cessée, au cours de ses trente dernières années, d'inspirer des designers de renommée mondiale (Starck donc mais aussi Andrée Putman, Ora Ito...) ainsi que de célèbres chefs, Cyril Lignac, Anne-Sophie Pic, Gérard Passédat et surtout Michel et Sébastien Bras.

En effet pour les chefs de Laguiole comment envisager la découpe sans le couteau traditionnel du village, un objet dont la réalisation demande des heures de travail manuel, de nombreuses étapes, plus de quarante, telles que l'estampage, la découpe,

l'ébavurage, le blanchissage, le guillochage, le perçage, le façonnage, le détourage, le polissage, le lustrage. Autant de mots à la consonance poétique qui rappellent que si le couteau est le prolongement de la main, il est surtout celui du travail manuel. Ainsi, chaque couteau est réalisé par un même ouvrier qui assemble toutes les pièces, les ressorts, les mitres et s'assure du contrôle qualité de chacune des pièces produites avec le même process que depuis le siècle dernier ; « tout se passe à l'œil, au jugé, au ressenti, au toucher. »

Comment, dans le respect de cette tradition et cette haute exigence d'un savoir ancré localement, historiquement, avec l'implication d'hommes de talents et l'assemblage

de matières nobles et robustes, Forge de Laguiole n'ait reçu le label EPV ? Depuis maintenant dix ans, l'entreprise est donc estampillée Patrimoine Vivant. Pour s'en rendre compte quoi de mieux que de visiter la Forge ? C'est possible de façon libre toute l'année et en visites guidées pendant l'été et il ne faudrait surtout pas s'en priver !

Route de l'Aubrac  
12210 Laguiole  
05.65.48.43.34



[WWW.FORGE-DE-LAGUIOLE.COM](http://WWW.FORGE-DE-LAGUIOLE.COM)



## Une bonne idée cadeau ?

L'on dit trop souvent qu'un couteau ne s'offre pas mais qu'il s'achète. Pourtant les beaux couteaux, aussi esthétiques que pratiques sont une belle idée cadeau pour les fêtes de fin d'année. Pour parer cette superstition ancestrale, il existe une parade ancienne et facile. Il suffit pour se protéger de donner une pièce à celui qui vous offre cette belle lame. Ainsi aucune amitié ou lien affectueux ne pourront être rompus.





# Le *label*

## Gourmets de France :

*LA QUALITÉ QUI SE RECONNAÎT !*

*Comment reconnaître et trouver un produit testé par le jury de Gourmets de France ? Le Label Gourmets de France est là pour signaler les lauréats des tests et orienter les consommateurs*

**C**réé à la demande des marques, le label Gourmets de France est un label exclusif, uniquement décerné aux produits testés par l'exigeant jury de Gourmets de France. Son objectif est clair : que les meilleurs produits et les consommateurs se retrouvent autour d'un même label de qualité. Explications en cinq points.

### Un label clair et efficace

Un seul coup d'œil suffit : le label Gourmets de France identifie immédiatement un produit et le fait sortir du lot. Pas d'erreur ou de confusion

possible avec la mention écrite « Lauréat Gourmets de France ». Le label peut intégrer la note obtenue aux tests (sur 5) et se décline sous tous les formats : étiquettes, affiches, packaging bouteille et packaging alimentaire...

### Un guide pour les acheteurs

Parmi tous les labels existants, le consommateur ne sait parfois plus à quel saint se vouer... Les tests Gourmets de France sont réalisés par un jury composé d'experts de la gastronomie : chefs renommés, MOF (meilleurs ouvriers de France), œno-

logues, sommeliers... Le label Gourmets de France est une caution qualité validée par des professionnels : une garantie sûre et fiable pour les consommateurs.

### Un signe prouvé de qualité pour les marques

« Affichons nos couleurs : notre produit est testé, validé. Nous revendiquons et affichons sa qualité. » Le label Gourmets de France envoie un message clair. Véritable avantage concurrentiel, lui seul certifie la validation d'un jury complet de chefs. Avec son code couleur bleu royal et doré,

il retient l'œil et signale une valeur forte de qualité. Plus-value évidente pour les marques, il est d'autant plus exclusif qu'il est réservé aux produits qui ont passé le concept inédit des tests Gourmets de France.

## Un concentré d'informations

Plus qu'un simple indicateur, le label Gourmets de France est une capsule d'informations. Le QR code intégré renvoie à un portail d'informations sur le produit et les tests : recettes, vidéo, avis des membres du jury... Le site internet des tests Gourmets de France référence les meilleurs produits testés et attire une communauté de consommateurs toujours mieux informés et plus nombreux.

## Un outil marketing complet pour accompagner la commercialisation

Les tests Gourmets de France sont un outil marketing unique pour rencontrer les consommateurs. L'« effet test » est démultiplié à travers des photos, une vidéo, des contenus rédigés sur les produits (notes, avis, recettes...). Pour capitaliser encore plus sur ces tests, les résultats obtenus sont largement diffusés sur l'ensemble des supports multi-canaux de Gourmets de France : site web, réseaux sociaux et magazine édité à plus de 40 000 exemplaires. De quoi booster la e-réputation de chaque produit et doper leur présence sur les réseaux sociaux. Cerise sur le gâteau, le label Gourmets de France accompagne les marques jusqu'à la dernière étape de leur commercialisation. Avec lui, la qualité se voit et les consommateurs gardent à l'œil leurs produits préférés !



**BAYONNE**  
INDICATION GÉOGRAPHIQUE PROTÉGÉE  
*Jambon de Grande Origine*

**GOURMETS DE FRANCE**  
4/5  
LAUREAT

**GOURMETS DE FRANCE**  
PRODUIT TESTÉ PAR LE JURY GOURMETS DE FRANCE  
RETROUVEZ L'AVIS DU JURY - [www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)

**GOURMETS DE FRANCE**

Produit testé par  
**LE JURY GOURMETS DE FRANCE**

Retrouvez l'avis du jury sur :  
**WWW.TESTS-PRODUIT-GOURMETS.FR**



**JURY**  
DE  
**PALAIS**  
EXPERTS

★

Guide MICHELIN



**Sébastien BRAS**  
Chef étoilé \*\*\*  
Président du Jury

**ORDY**  
restaurateur



# 12

PALAIS  
EXPERTS  
POUR UN JURY ÉCLECTIQUE

**A** la table de Sébastien Bras il n'y a que des amis, des pairs, des confrères, des aveyronnais... Qu'ils soient chef étoilé, maître restaurateur, boulanger, sommelier, oenologue... ils ont tous le goût comme passion et l'amour des belles choses... des bonnes choses de chez eux, qu'ils ont évalué avec le plus grand sérieux.



Boulangier  
Boulangerie A & P AURIAT

# PASCAL AURIAT



Ce corrézien d'origine, mais véritablement aveyronnais d'adoption, nourri par les repas du dimanche en famille qui lui donnent le goût des bonnes choses, sait qu'il s'orientera vers un métier de bouche. Il commence par un apprentissage de cuisinier,

avant de rencontrer Michel Bras, Laguiole et le poste de boulangerie et pâtisserie. C'est dans ce contexte que sa véritable passion naît. Ainsi qu'il le dit, cette passion, il la découvre chez Bras et aujourd'hui la vit quotidiennement avec sa femme, rencontrée elle aussi au Suquet. (+)



RETROUVEZ LA BIOGRAPHIE EN INTEGRALITE SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)

EN QUELQUES  
DATES

**1991** : Commis de cuisine chez Michel Bras à Laguiole

**1993** : Commis pâtissier chez Michel Bras

**2003** : Ouverture de sa boulangerie à Laguiole



**RENCONTRER P. AURIAT**

Boulangerie A & P AURIAT - 1 Place Auguste Prat - 12210 LAGUIOLE

Tél. : 05 65 44 31 09 - Mail : [contact@maison-auriat.com](mailto:contact@maison-auriat.com) - [www.maison-auriat.fr](http://www.maison-auriat.fr)





Sommelier  
Restaurant Le Suquet

# S E R G I O CALDERON



L'argentin est tombé deux fois amoureux dans sa vie. La première lorsqu'une jeune française a le bon goût de ramener dans sa valise de ses vacances à Cordoba, celui qui se destinait à être médecin sans frontières. La seconde c'est quand il arrive dans l'Aubrac et qu'il a un véritable coup de cœur pour « tout,

le lieu, les hommes, la façon de travailler, la cuisine... ». Si c'est aux côtés de Jacques Lambert chez Yves Thuriès qu'il découvre son métier, qu'il le perfectionne un peu en Angleterre, c'est véritablement au Suquet qu'il l'exprime avec passion. [+]



RETROUVEZ LA BIOGRAPHIE EN INTEGRALITE SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)

EN QUELQUES  
DATES

**1984** : Quitte l'Argentine pour la France

**1987** : Travaille en Angleterre chez Michel Roux au Waterside

**1990** : Arrive chez Bras



#### RENCONTRER S. CALDERON

Restaurant Le Suquet – Route de l'Aubrac - 12210 LAGUIOLE

Tél. : 05 65 51 18 20 - Mail : [info@bras.fr](mailto:info@bras.fr) - [www.bras.fr](http://www.bras.fr)



Chef  
Restaurant le Méjane

# PHILIPPE CARALP



**A** une époque où les écoles hôtelières n'étaient pas pléthore, Philippe quitte Béziers pour Toulouse sans probablement se douter qu'il n'y retournera jamais parce qu'il s'envolera directement pour l'Aubrac. En effet, c'est à l'école hôtelière de la ville rose qu'il

rencontre son épouse dont les parents tiennent un établissement à Saint Chely d'Aubrac. Après quelques saisons ils trouvent où prendre leur envol, fonder leur établissement, travailler de concert, ce sera à Espalion ! [+]



RETROUVEZ LA BIOGRAPHIE EN INTEGRALITE SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)

EN QUELQUES  
DATES

**1974** : École Hôtelière de Toulouse

**1977** : Travaille dans l'établissement de ses beaux-parents à St Chely d'Aubrace

**1980** : Ouverture du Méjane à Espalion



**RENCONTRER P.CARALP**

Restaurant Le Méjane – 8, rue Méjane – 12500 ESPALION

Tél. : 05 65 48 22 37 - Mail : [lemejane@orange.fr](mailto:lemejane@orange.fr) - [www.restaurant-mejane.fr](http://www.restaurant-mejane.fr)



Gérant Associé et Chef  
Café Bras

# CHRISTOPHE CHAILLOU



Un parcours professionnel qui, pour Christophe Chaillou semble irrémédiablement lié aux chemins que la vie intime dessine. S'il a été au milieu des années quatre-vingt dix chef pâtissier et chef de partie chez Michel Bras, il est aussi aujourd'hui l'ami

et le beau frère de Sébastien. Qui de mieux alors que celui qui a fait ses classes dans la maison et qui fait partie de la maison pour prendre les rennes de ce restaurant qui fait perdurer l'expérience esthétique, après une visite au musée Soulages, par le contenu de l'assiette.[+]



RETROUVEZ LA BIOGRAPHIE EN INTEGRALITE SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)

EN QUELQUES  
DATES

**1990** : BTS Hôtellerie restauration  
**1993** : Première Saison chez Michel Bras  
**1999 - 2013** : Professeur en lycée hôtelier  
**2014** : Ouverture du Café Bras



#### RENCONTRER C.CHAILLOU

Café Bras - Jardin Public du Foirail - Avenue Victor Hugo - 12000 RODEZ

Tél. : 05 65 68 06 70 - Mail : [contact@cafebras.fr](mailto:contact@cafebras.fr) - [www.cafebras.fr](http://www.cafebras.fr)



Chef et maître-restaurateur  
Restaurant L'Auberge du Château

# M A R C CORDY



**D**e son propre aveu, il est tombé dans la marmite à l'âge de huit ans grâce à son entourage, une famille de gourmands mais pas de professionnels. Il sera donc le premier Cordy à, véritablement entamer une carrière dans la gastronomie. CAP et BEP au Touquet avant un Bac Pro en région parisienne. Le

premier poste c'est une révélation, aux côtés de Bocuse qui lui inculque une philosophie de rigueur et de travail. Puis à chaque changement d'établissement une montée en grade avant de venir ouvrir son auberge, dans une région aveyronnaise qui est « un véritable terroir. » (+)



RETROUVEZ LA BIOGRAPHIE EN INTEGRALITE SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)

EN QUELQUES  
DATES

- 1989** : Premier stage chez Paul Bocuse
- 1997** : Première place de chef au 7/15 à Paris
- 1998** : Responsable du développement produit chez Raynier & Marchetti
- 2007** : S'installe à l'Auberge du Château



**RENCONTRER M.CORDY**

Restaurant L' Auberge du Château – Le Bourg Est – 12330 MURET-LE-CHATEAU

Tél. : 05 65 47 71 57 - Mail : [info@laubergeduchateau.com](mailto:info@laubergeduchateau.com) - [www.laubergeduchateau.com](http://www.laubergeduchateau.com)



Chef étoilé  
Hôtel Restaurant du Vieux Pont

# NICOLE FAGEGALTIER



**U**n territoire, une histoire et des femmes. Le chef Fagegaltier est née à Belcastel ; dès l'âge de quinze ans l'envie de demeurer faire sa vie ici lui semble évidente. Sa grand-mère, sa mère ont toujours tenu cette auberge familiale, réputée pour ses fritures de

goujon, elle sera donc la troisième génération. Elle part alors parfaire ses compétences (elle qui jusqu'alors aidait davantage en salle) en lycée hôtelier. A 20 ans elle prend la tête du restaurant, entourée de ses parents, et à peine plus de 30, décroche son étoile. [+]



RETROUVEZ LA BIOGRAPHIE EN INTEGRALITE SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)

EN QUELQUES  
**DATES**

**1983** : Prend les clefs du Vieux Port

**1986** : Remporte le championnat de France du dessert

**1991** : Décroche une étoile au Guide Michelin



#### RENCONTRER N.FAGEGALTIER

Hôtel Restaurant du Vieux Pont - Famille Fagegaltier-Rouquier - 12390 BELCASTEL

Tél. : 05 65 64 52 29 - Mail : [contact@hotelbelcastel.com](mailto:contact@hotelbelcastel.com) - [www.restaurant-belcastel.com](http://www.restaurant-belcastel.com)



Sommelier  
Restaurant du Vieux Pont

# GILLES HELIEZ



**P**our Gilles Heliez, si les deux parties de la scène gastronomique que sont la cuisine et la salle sont bien entendu complémentaires ; la « scène salle » n'est pas véritablement cloisonnée. En effet, pour lui qui a débuté comme chef de salle, le travail de sommelier n'a

jamais été loin. Et aujourd'hui en tant que sommelier il ne se limite pas à son seul rôle de passeur éclairé de vin. A l'instar de Michèle, la sœur de Nicole Fagegaltier qu'il est venu seconder, il se fait lien, liant avec les clients, que ce soit via les mets ou à travers les vins. (+)



**RETROUVEZ LA BIOGRAPHIE EN INTEGRALITE SUR :**

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)

EN QUELQUES  
**DATES**

**1983** : Ecole Hôtelière de Souillac

**1991** : Chef de Rang au Jardin des Sens

**1999** : Arrive au Vieux Pont

**2005** : Obtient sa mention complémentaire en sommellerie



**RENCONTRER G.HELIEZ**

Restaurant du Vieux Pont – Famille Fagegaltier-Rouquier – 12390 BELCASTEL

Tél. : 05 65 64 52 29 - Mail : [contact@hotelbelcastel.com](mailto:contact@hotelbelcastel.com) - [www.restaurant-belcastel.com](http://www.restaurant-belcastel.com)



Chef  
Restaurant le Parfum des Délices

# ÉMILIE ROUSSEY



**D**ès le collège, Emilie sait que son avenir professionnel se dessinera en cuisine. Elle poursuit donc un BTS en restauration. C'est alors qu'elle est en poste au restaurant de l'hôtel des Airelles à Courchevel qu'elle

rencontre Thomas. Avant qu'ils n'ouvrent leur établissement, elle travaille chez la chef étoilée de sa région, Nicole Fagegaltier, en cuisine puis en salle afin d'appréhender tous les secteurs de la restauration. [\[+\]](#)



RETROUVEZ LA BIOGRAPHIE EN INTEGRALITE SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)

EN QUELQUES  
**DATES**

**2012** : Restaurant de l'hôtel des Airelles avec Courchevel

**2012** : Rencontre avec Thomas Roussey

**2014** : Seconde saison chez Nicole Fagegaltier

**2015** : Ouverture du Parfum des Délices



#### RENCONTRER E. ROUSSEY

Restaurant Le Parfum des Délices – 24 Place du Bourg – 12000 RODEZ

Tél. : 05 65 68 95 00 - Mail : [emiliethomas.roussey@gmail.com](mailto:emiliethomas.roussey@gmail.com) - [www.leparfumdesdelices.fr](http://www.leparfumdesdelices.fr)



Chef  
Restaurant le Parfum des Délices

# THOMAS ROUSSEY



**L**e duo comme moto. D'une part deux grands chefs qui l'ont formé, et de l'autre une rencontre qui fait que la cuisine du Parfum des Délices se pense et se fait à deux. Le hasard faisant bien les choses, c'est chez Pierre Gagnaire à Courchevel, qu'il rencontre une

aveyronnaise en cuisine, après qu'il est passé par la région lors d'une saison d'été chez Bras, voilà qu'il est séduit par une ambassadrices de l'Aveyron. C'est donc tout naturellement qu'Emilie et Thomas décident d'ouvrir leur établissement à Rodez. (+)



**RETROUVEZ LA BIOGRAPHIE EN INTEGRALITE SUR :**

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)

EN QUELQUES  
**DATES**

**2006** : Débute son apprentissage chez Pierre Gagnaire

**2011** : Première saison au Suquet

**2012** : Rencontre avec Emilie

**2015** : Ouverture du Parfum des Délices



**RENCONTRER T.ROUSSEY**

Restaurant Le Parfum des Délices – 24 Place du Bourg – 12000 RODEZ

Tél. : 05 65 68 95 00 - Mail : emiliethomas.roussey@gmail.com - [www.leparfumdesdelices.fr](http://www.leparfumdesdelices.fr)





Chef étoilé  
Restaurant Le Sénéchal

# MICHEL TRUCHON



**P**ur produit de sa région, Michel Truchon a le caractère des aveyronnais qui ne s'encombrent pas de fioritures, de storytelling, d'enjolivements. Avec l'honnêteté du cru, pour lui la garniture n'est que dans l'assiette pas dans les histoires. Issu d'une famille du giron de la gastronomie il fait ses gammes pour aussi y trouver sa place. Et quelle place, celle d'un étoilé alors qu'il est, et se pensait sans prétention. [+]



RETROUVEZ LA BIOGRAPHIE EN INTEGRALITE SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)

EN QUELQUES  
DATES

- 1967** : Ecole Hôtelière de Grenoble
- 1976** : Reprend le restaurant de sa mère
- 1990** : Obtient une étoile au Guide Michelin
- 1993** : Changement d'établissement pour le Sénéchal



#### RENCONTRER M. TRUCHON

Restaurant Le Sénéchal – Le Sénéchal – 12800 SAUVETERRE DE ROUERGUE

Tél. : 05 65 71 29 00 - Mail : [info@hotel-senechal.fr](mailto:info@hotel-senechal.fr) - [www.hotel-senechal.fr](http://www.hotel-senechal.fr)



Chef étoilé  
Restaurant Le Belvédère

# GUILLAUME VIALA



**P**our l'enfant de Rodez, il n'y a que des souvenirs autour de la gastronomie ; un père cuisiniste qui réalise celle du Suquet, le jardin de sa mère, le lait qu'on allait traire, le tue cochon l'hiver... alors nécessairement, sa carrière se fera derrière des fourneaux. Après son lycée hôtelier et avant de venir travailler

au Suquet, il s'étreint, s'entraîne à Paris, au Georges V, au Plaza Athénée, en plus de son service militaire aux cuisines de Matignon. Jusqu'au jour où l'hôtel restaurant de son village se libère. Il s'y installe et très rapidement, l'étoile précieuse vient lui porter sa bénédiction. [+]



RETROUVEZ LA BIOGRAPHIE EN INTEGRALITE SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)

EN QUELQUES  
**DATES**

- 1997 : Ecole Hôtelière de Toulouse
- 2001 : Travaille au Suquet
- 2003 : Achète le Belvédère
- 2010 : Décroche une étoile au Guide Michelin



**RENCONTRER G.VIALA**

Restaurant Le Belvédère - 11 Route Maquis Jean-Pierre - 12340 BOZOULS

Tél. : 05 65 44 92 66 - Mail : [contact@belvedere-bozouls.com](mailto:contact@belvedere-bozouls.com) - [www.belvedere-bozouls.com](http://www.belvedere-bozouls.com)

# GOUR METS DE FRANCE



# TESTS — PRODUIT —



SOCIÉTÉ NATIONALE  
DES MEILLEURS OUVRIERS  
DE FRANCE



Guide MICHELIN



Avoir des goûts simples,  
savoir se contenter  
du meilleur.



[WWW.TESTS-PRODUIT-GOURMETS.FR](http://WWW.TESTS-PRODUIT-GOURMETS.FR)



# AOP BLEU DES CAUSSES



**SEBASTIEN BRAS** - Président du jury - Guide MICHELIN

- 01 - Sergio CALDERON - Sommelier, Restaurant le Suquet
- 02 - Nicole FAGEGALTIER - Chef étoilé, Hôtel Restaurant du Vieux-Pont
- 03 - Michel TRUCHON - Chef étoilé, Le Sénéchal
- 04 - Philippe CARALP - Chef, Le Méjane
- 05 - Marc CORDY - Chef Maître-restaurateur, L'Auberge du Château
- 06 - Pascal AURIAT - Boulanger, Boulangerie A&P AURIAT
- 07 - Thomas ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 08 - Christophe CHAILLOU - Gérant associé et chef, Le Café Bras
- 09 - Emilie ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 10 - Guillaume VIALA - Chef étoilé, le Belvédère
- 11 - Gilles HELIEZ - Sommelier, Restaurant du Grand Pont

## LA NOTE DU JURY :



## L'AVIS DU JURY :

Nous avons entendu fuser de la table lorsque ce bleu des Causses a été dégusté, qu'il vaut mieux un bon bleu qu'un mauvais roquefort. Et que celui-ci en était la parfaite incarnation. Très crémeux, une pointe de sel, un persillage équilibré, un fromage parfait.

**Michel TRUCHON** : « J'ai trouvé ça très intéressant, et bien équilibré. Il a une couleur très engageante. L'équilibre entre le fromage lui-même et le persillé est bon. C'est exactement ce qu'il faut. » »

**Nicole FAGEGALTIER** : « Au niveau texture il est magnifique. »

**Sébastien BRAS** : « Ce que j'apprécie sur un morceau comme ça, c'est son identité son caractère, un goût prononcé mais sans tomber dans le fort. Un produit qui est vraiment au top. »



**RETROUVEZ L'AVIS DU JURY  
EN INTEGRALITE SUR :**

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)

# L'IDÉE RECETTE

de MICHEL TRUCHON



## FEUILLETÉ LÉGER AU BLEU DES CAUSSES, PETITE SALADE MÉLANGÉE, JAMBON «BELLOTA», VINAIGRETTE À L'HUILE DE NOIX

2 pers.

### INGRÉDIENTS :

- 200 g. de pâte feuilletée
- 2 tranches de jambon
- Crème au bleu des Causses
- 2 jaunes d'œufs
- 200 gr. de bleu des Causses
- 10 cl de crème crue
- 100gr de beurre cru
- Poivre en grains concassés... [+]

### PRÉPARATION :

Détailler deux rectangles de pâte feuilletée identiques et les mettre à cuire au four à 180° pendant 15 min environ après les avoir dorés. Pendant la cuisson, préparer la crème de bleu des Causses. Mélanger le bleu, la crème, le cognac et le poivre. Porter doucement à ébullition... [+]



RETROUVEZ LA RECETTE  
EN INTEGRALITE ET SA VIDEO SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)



**JURANÇON SEC - 2015**  
Domaine Lapeyre  
Jean-Bernard LARRIEU

### SYNDICAT DU BLEU DES CAUSSES

BP 3201 - 12032 RODEZ Cedex 9

Tél.: 05 65 76 53 53 - Mail: [contact@bleu-des-causses.com](mailto:contact@bleu-des-causses.com)

[www.bleu-des-causses.com](http://www.bleu-des-causses.com)



# LA FOUACE DE LAGUIÔLE



**SEBASTIEN BRAS** - Président du jury - Guide MICHELIN 

- 01 - Sergio CALDERON - Sommelier, Restaurant le Suquet
- 02 - Nicole FAGEGALTIER - Chef étoilé, Hôtel Restaurant du Vieux-Pont
- 03 - Michel TRUCHON - Chef étoilé, Le Sénéchal
- 04 - Philippe CARALP - Chef, Le Méjane
- 05 - Marc CORDY - Chef Maître-restaurateur, L'Auberge du Château
- 06 - Pascal AURIAT - Boulanger, Boulangerie A&P AURIAT
- 07 - Thomas ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 08 - Christophe CHAILLOU - Gérant associé et chef, Le Café Bras
- 09 - Emilie ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 10 - Guillaume VIALA - Chef étoilé, le Belvédère
- 11 - Gilles HELIEZ - Sommelier, Restaurant du Grand Pont

## LA NOTE DU JURY :



## L'AVIS DU JURY :

Dans l'Aveyron ce n'est pas la madeleine qui rappelle des souvenirs d'enfance et de fêtes, mais bien la fouace, cette brioche dense à la fleur d'oranger. Si il y a autant de recettes qu'il y a de familles, celle-ci fait le pont et le bonheur de tous ceux qui y ont goûté.

**Nicole FAGEGALTIER :** « C'est parfait elle est délicieuse, l'odeur de fleur d'oranger est discrète ; Il n'y a rien à dire elle est vraiment délicieuse. Elle me convient parfaitement. On l'a déjà mangé à l'œil tellement elle était jolie ! »

**Sergio CALDERON:** « Ça c'est extraordinaire, c'est un produit de fête, les couronnes sont croquantes, et à l'intérieur c'est moelleux, on sent le beurre la fleur d'oranger ; C'est un super produit. »

**Sébastien BRAS :** « Ça fait partie des goûts qui ont forgé mon éducation. »



**RETROUVEZ L'AVIS DU JURY  
EN INTEGRALITE SUR :**

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)



## L'IDÉE RECETTE

de MARC CORDY

### FOUACE AU BUTTERNUT

2 pers. 👤👤

#### INGRÉDIENTS :

- 1 fouace
- 500 g. de butternut
- 50 cl. de crème liquide
- 40 g. de sucre rapadura
- 2 œufs
- 1 citron vert
- Vanille pm
- Poivre de Séchuan [+]

#### PRÉPARATION :

Laver et éplucher le butternut. Le compoter avec l'écorce et le jus de citron vert et du poivre de Séchuan. Détailler des fines lamelles de butternut et mettre à confire dans un sirop à base de rapadura, les cuire très lentement. Tailler ensuite de très fines lamelles de fouace... [+]



RETROUVEZ LA RECETTE  
EN INTEGRALITE ET SA VIDEO SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)



**RIVESALTES AMBRÉ**  
17 ans d'âge  
Domaine Parcé Frères

#### SARL ROUX ET FILS

12 rue Bardière - 12210 LAGUIOLE

Tél.: 05 65 44 33 30 – Mail: [lafouacedelaguiole@wanadoo.fr](mailto:lafouacedelaguiole@wanadoo.fr)

[www.la-fouace-de-laguiole.fr](http://www.la-fouace-de-laguiole.fr)

L'ARBAS



## ROQUEFORT

AOP L'ARBAS GRANDE TRADITION



SEBASTIEN BRAS - Président du jury - Guide MICHELIN 

- 01 - Sergio CALDERON - Sommelier, Restaurant le Suquet
- 02 - Nicole FAGEGALTIER - Chef étoilé, Hôtel Restaurant du Vieux-Pont
- 03 - Michel TRUCHON - Chef étoilé, Le Sénéchal
- 04 - Philippe CARALP - Chef, Le Méjane
- 05 - Marc CORDY - Chef Maître-restaurateur, L'Auberge du Château
- 06 - Pascal AURIAT - Boulanger, Boulangerie A&P AURIAT
- 07 - Thomas ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 08 - Christophe CHAILLOU - Gérant associé et chef, Le Café Bras
- 09 - Emilie ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 10 - Guillaume VIALA - Chef étoilé, le Belvédère
- 11 - Gilles HELIEZ - Sommelier, Restaurant du Grand Pont

## LA NOTE DU JURY :



## L'AVIS DU JURY :

Autre produit emblématique des caves qui se trouvent autour de Laguiole. Si précédemment les membres du jury ont pu dire qu'ils préféreraient un bon bleu à un mauvais roquefort, la formule perd son sens quand on est face à un excellent Roquefort. Ce qui est résolument le cas ici.

**Philippe CARALP** : « C'est le roquefort comme je l'aime, il est doux, il est crémeux, bleu là où il faut. Vraiment il est parfait. »

**Marc CORDY** : « Très agréable, rien à redire. Il est moelleux, pas sec, très fondant avec une pointe d'amertume. »

**Sébastien BRAS** : « À la dégustation, on a un ensemble homogène et une pointe de sel. Un beau produit. »



RETROUVEZ L'AVIS DU JURY  
EN INTEGRALITE SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)





## L'IDÉE RECETTE

de Thomas ROUSSEY

### GÂTEAU DE VOLAILLE AU ROQUEFORT, STREUDEL AUX NOIX

2 pers.

#### INGRÉDIENTS :

- 210 g. de roquefort
- 100 g. d'eau
- 100 g. de blanc de volaille
- 100 g. de lait
- 70 g. de crème
- 50 g. de vin blanc
- 50 g. d'orge perlé
- 1 coing...

#### PRÉPARATION :

Pour préparer le gâteau de volaille au Roquefort, mixer les blancs de volaille avec le sel, puis ajouter petit à petit les blancs d'oeufs. Quand le mélange est homogène ajouter 60 g. de Roquefort et la crème puis mixer jusqu'à obtention d'une farce lisse. Rouler la farce...



RETROUVEZ LA RECETTE  
EN INTEGRALITE ET SA VIDEO SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)



**L'ARGILE - 2015**  
AOC Collioure Blanc  
Domaine de la Rectorie

#### SITE DE PRODUCTION

Lauras - 12250 Roquefort sur Souzou

#### LES FROMAGERIES OCCITANES

ZI Borde Blanche - 31290 VILLEFRANCHE DE LAURAGAIS - Tél.: 05 62 71 99 20






# NOISETTE D'AGNEAU FERMIER

## DES PAYS D'OC



**SEBASTIEN BRAS** - Président du jury - Guide MICHELIN 

- 01 - Sergio CALDERON - Sommelier, Restaurant le Suquet
- 02 - Nicole FAGEGALTIER - Chef étoilé, Hôtel Restaurant du Vieux-Pont
- 03 - Michel TRUCHON - Chef étoilé, Le Sénéchal
- 04 - Philippe CARALP - Chef, Le Méjane
- 05 - Marc CORDY - Chef Maître-restaurateur, L'Auberge du Château
- 06 - Pascal AURIAT - Boulanger, Boulangerie A&P AURIAT
- 07 - Thomas ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 08 - Christophe CHAILLOU - Gérant associé et chef, Le Café Bras
- 09 - Emilie ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 10 - Guillaume VIALA - Chef étoilé, le Belvédère
- 11 - Gilles HELIEZ - Sommelier, Restaurant du Grand Pont

## LA NOTE DU JURY :



## L'AVIS DU JURY :

Nous avons un membre du jury qui confesse ne pas aimer l'agneau de façon générale, mais lorsqu'elle déguste ce produit elle l'aime cet agneau. Pour autant, tous les autres chefs sont tous aussi séduits par cette belle pièce de viande.

**Michel TRUCHON** : « Je suis très emballé par la présentation à cru engageante, avec une belle viande qui brille. Après au niveau texture il n'y a rien à dire le grain est fin. C'est d'ailleurs difficile d'obtenir un grain si soyeux. C'est excellent. »

**Marc CORDY** : « C'est un très bon produit, agréable et fondant. Un goût subtil. Couleur texture et goût sont très bien équilibrés. »

**Sébastien BRAS** : « La couleur un peu rouge m'a donnée un a priori sur une pièce qui aurait pu être sèche mais au contraire elle est juteuse et tendre à la dégustation. Une belle pièce équilibrée. »



**RETROUVEZ L'AVIS DU JURY  
EN INTEGRALITE SUR :**

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)

## L'IDÉE RECETTE

de NICOLE FAGEGALTIER



### NOISETTES D'AGNEAU POÊLÉES, HUILE DE MONARDE, PULPE DE BUTTERNUT ET TROMPETTES DE LA MORT

4pers.

#### INGRÉDIENTS :

- 8 noisettes d'agneau
- 400 g. de butternut
- 300 g. de trompettes de la mort
- 100 g. de crème
- 50 g. de beurre
- Légumes de saison et quelques salades
- Huile de monarde... (+)

#### PRÉPARATION :

Commencer par réaliser la pulpe de butternut en le coupant en petits morceaux. Rassembler dans une casserole la crème, les dès de butternut, assaisonner et cuire doucement à couvert. Au terme de la cuisson mixer. Faire chauffer l'huile de monarde à 160° dans une casserole... (+)



RETROUVEZ LA RECETTE  
EN INTEGRALITE ET SA VIDEO SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)



**LE TRESCOL - 2016**

IGP Aveyron  
Mas JULIEN

#### AGNEAU FERMIER DES PAYS D'OC

Les bacquières - Bâtiment Unicor - BP 3220 - 12032 RODEZ

Tél.: 05 65 67 89 52 - Mail : [agneau.paysdoc@gmail.com](mailto:agneau.paysdoc@gmail.com)

[www.agneaufermierdespaysdoc.com](http://www.agneaufermierdespaysdoc.com)





# LE VEAU D'AVEYRON ET DU SÉGALA★

LABEL ROUGE ET INDICATION GÉOGRAPHIQUE PROTÉGÉE



SEBASTIEN BRAS - Président du jury - Guide MICHELIN 

- 01 - Sergio CALDERON - Sommelier, Restaurant le Suquet
- 02 - Nicole FAGEGALTIER - Chef étoilé, Hôtel Restaurant du Vieux-Pont
- 03 - Michel TRUCHON - Chef étoilé, Le Sénéchal
- 04 - Philippe CARALP - Chef, Le Méjane
- 05 - Marc CORDY - Chef Maître-restaurateur, L'Auberge du Château
- 06 - Pascal AURIAT - Boulanger, Boulangerie A&P AURIAT

- 07 - Thomas ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 08 - Christophe CHAILLOU - Gérant associé et chef, Le Café Bras
- 09 - Emilie ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 10 - Guillaume VIALA - Chef étoilé, le Belvédère
- 11 - Gilles HELIEZ - Sommelier, Restaurant du Grand Pont

## LA NOTE DU JURY :



## L'AVIS DU JURY :

Dans l'Aveyron et le Ségala, le veau n'est pas blanc, mais cette façon de faire ancestrale, est défendue par tous. Parce que si la couleur peut surprendre l'inconscient collectif, à la dégustation il ne fait aucun doute que c'est une viande d'exception.

**Marc CORDY :** « Franchement très bonne pièce, très agréable. Beaucoup de saveurs après cuisson. Même à cru, l'aspect était très agréable. L'odeur cuite, me fait rêver. Il est bon, long en bouche. » »

**Emilie ROUSSEY :** « Ça donnait vraiment envie déjà à cru. Cuit, l'odeur et le goût qu'il a, sont délicieux. C'est tendre et avec de la mâche. Vraiment très bon. J'ai adoré. »

**Sébastien BRAS :** « Souvent dans l'inconscient collectif le critère de qualité d'un veau c'est qu'il doit être blanc. Or, on s'aperçoit que sur ce produit là, nos éleveurs avec leur cahier des charges et leur savoir-faire, fait que ce veau là qui n'a pas une couleur classique est une viande beaucoup plus goûteuse. C'est vraiment une caractéristique fondamentale de ce veau là. »



RETROUVEZ L'AVIS DU JURY  
EN INTEGRALITE SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)

★ Pour ce test, le veau vient des éleveurs de la SA4R et l'entreprise qui a préparé le morceau est Bigard à Castres

# L'IDÉE RECETTE

de Christophe CHAILLOU



## QUASI DE VEAU RÔTI, CÔTES ET FEUILLES DE BLETTES AU BEURRE NOISETTE ET JUS DE RÔTI ACIDULÉ

2 pers.

### INGRÉDIENTS :

- Quasi de veau
- 300 g. parures de veau type poitrine
- 1 kg de blettes
- 250 g. de beurre demi-sel
- 1 oignon
- ¼ bouquet de sauge.

### PRÉPARATION :

Séparer les feuilles des côtes de blette. Retirer les fils des côtes et les tailler dans la longueur. Les cuire à l'anglaise. Réaliser un beurre noisette avec le beurre demi-sel. Sur un papier aluminium disposer les feuilles de blettes. Ajouter les côtes au centre... [+]



RETROUVEZ LA RECETTE  
EN INTEGRALITE ET SA VIDEO SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)



**LA PAUCA - 2015**  
Entraygues Le Fel  
Domaine Laurent MOUSSET

IRVA

Carrefour de l'Agriculture - 12026 RODEZ

Tél.: 05 65 73 78 04

[www.veau-aveyron.fr](http://www.veau-aveyron.fr)




MAISON  
Quintard



## OEUFS DE POULES

### ÉLEVÉES EN PLEIN AIR - EXTRA FRAIS



**SEBASTIEN BRAS** - Président du jury - Guide MICHELIN 

- 01 - Sergio CALDERON - Sommelier, Restaurant le Suquet
- 02 - Nicole FAGEGALTIER - Chef étoilé, Hôtel Restaurant du Vieux-Pont
- 03 - Michel TRUCHON - Chef étoilé, Le Sénéchal
- 04 - Philippe CARALP - Chef, Le Méjane
- 05 - Marc CORDY - Chef Maître-restaurateur, L'Auberge du Château
- 06 - Pascal AURIAT - Boulanger, Boulangerie A&P AURIAT
- 07 - Thomas ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 08 - Christophe CHAILLOU - Gérant associé et chef, Le Café Bras
- 09 - Emilie ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 10 - Guillaume VIALA - Chef étoilé, le Belvédère
- 11 - Gilles HELIEZ - Sommelier, Restaurant du Grand Pont

## LA NOTE DU JURY :



## L'AVIS DU JURY :

Bien sûr nos chefs se sont demandé qui de l'œuf ou de la poule est arrivé le premier... mais ici ils étaient forts contents, même s'ils n'avaient pas la réponse à cette interrogation, de commencer en premier par ce bel œuf, bien coloré.

**Marc CORDY** : « Agréable odeur d'œuf, blancs et jaunes bien distincts et belle coquille bien dure. »

**Nicole FAGEGALTIER** : « Une très belle couleur, très intense et très appétissante. »

**Sébastien BRAS** : « C'est un œuf bien équilibré entre le goût du jaune et du blanc. Une couleur du jaune très intense, c'est l'œuf de ferme de mes grands parents que j'ai l'impression de retrouver. »



RETROUVEZ L'AVIS DU JURY  
EN INTEGRALITE SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)

# L'IDÉE RECETTE

de PASCAL AURIAT



ŒUFS DE « PLEIN AIR » POCHÉS,  
MOUILLETES DE PAIN DE CAMPAGNE AU FROMAGE DE LAGUIOLE, BOUQUETS D'HERBES OU MESCLUN (DE LAGARDELLE)

2 pers. 👤 👤

## INGRÉDIENTS :

- 4 tranches de pain de campagne
- 120 gr. de fromage de Laguiole (6 mois) râpé bouquets d'herbes /
- salades mélangées ou Mesclun
- vinaigre de cidre réduit « sirupeux »
- huile de noix ou noisettes
- fleur de sel, poivre noir du moulin (+)

## PRÉPARATION :

Porter 2 litres d'eau à ébullition avec une cuillère de vinaigre blanc. Casser les œufs individuellement. Une fois l'eau à ébullition, créer un tourbillon à l'aide d'une fourchette, verser délicatement les œufs sans les percer, un par un, pocher 3 minutes à eau frémissante... (+)



RETROUVEZ LA RECETTE  
EN INTEGRALITE ET SA VIDEO SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)



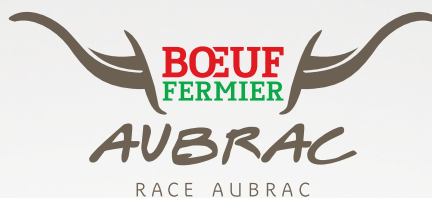
**BLANC ENTRAYGUES LE FEL**  
Cuvée spéciale  
Domaine Jean-Marc VIGUIER

## SARL QUINTARD

Lacamp - 12320 SAINT-FELIX-DE-LUNEL


Tél.: 05 65 44 50 37 - Mail: [contact@maison-quintard.com](mailto:contact@maison-quintard.com)





# BOEUF FERMIER AUBRAC



**SEBASTIEN BRAS** - Président du jury - Guide MICHELIN 

- 01 - Sergio CALDERON - Sommelier, Restaurant le Suquet
- 02 - Nicole FAGEGALTIER - Chef étoilé, Hôtel Restaurant du Vieux-Pont
- 03 - Michel TRUCHON - Chef étoilé, Le Sénéchal
- 04 - Philippe CARALP - Chef, Le Méjane
- 05 - Marc CORDY - Chef Maître-restaurateur, L'Auberge du Château
- 06 - Pascal AURIAT - Boulanger, Boulangerie A&P AURIAT
- 07 - Thomas ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 08 - Christophe CHAILLOU - Gérant associé et chef, Le Café Bras
- 09 - Emilie ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 10 - Guillaume VIALA - Chef étoilé, le Belvédère
- 11 - Gilles HELIEZ - Sommelier, Restaurant du Grand Pont

## LA NOTE DU JURY :



## L'AVIS DU JURY :

Dans ce pays Aubrac on reconnaît et l'on apprécie les bonnes viandes qui sont élevées sur site. Tous s'accordent à dire que la mâche, donne de la consistance et du caractère à cette pièce de bœuf. Mais la mâche n'a rien à voir avec la dureté.

**Sergio CALDERON** : « Peut être un peu pale à cru mais gustativement et aromatiquement elle est superbe. Belle mâche tout en étant tendre et goûteuse. »

**Pascal AURIAT** : « Ici on aime qu'il y ait de la mâche, comme dans cette pièce. »

**Sébastien BRAS** : « La mâche c'est ce rapport entre tendreté et texture et c'est ce goût très présent qui fait la force de notre race Aubrac. »



**RETROUVEZ L'AVIS DU JURY  
EN INTEGRALITE SUR :**

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)





## L'IDÉE RECETTE

de GUILLAUME VIALA

### FAUX-FILET DE BŒUF FERMIER AUBRAC

2 pers.

#### INGRÉDIENTS :

• 300g de faux-filet de bœuf fermier Aubrac persillé et mûré juste ce qu'il faut • 2 tranches de petit potimarron • 1 cèpe • 6 châtaignes peyrières (variété à griller) • 2 châtaignes mari goule (variété plus grossière)...[\(+\)](#)

#### PRÉPARATION :

Cuire les tranches de potimarron avec la peau et les peyrières dans de l'eau bouillante salée. Démarrer le faux-filet taillé épais, paré et ficelé dans un sautoir au beurre, finir au four et obtenir une cuisson saignante. Laisser reposer...[\(+\)](#)



RETROUVEZ LA RECETTE EN INTEGRALITE ET SA VIDEO SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)



CUVÉE VV - 2015  
AOC Marcillac  
Domaine du Cros

#### ASSOCIATION BŒUF FERMIER AUBRAC

Carrefour de l'Agriculture - 12026 RODEZ Cedex

Tél.: 05 65 73 78 39 - Mail.: [boeuffermieraubrac@yahoo.fr](mailto:boeuffermieraubrac@yahoo.fr)

[www.boeuffermieraubrac.fr](http://www.boeuffermieraubrac.fr)





# SAUCISSE FRAÎCHE AU COUTEAU

## MAISON CONQUET BLEU BLANC COEUR



**SEBASTIEN BRAS** - Président du jury - Guide MICHELIN 

- 01 - Sergio CALDERON - Sommelier, Restaurant le Suquet
- 02 - Nicole FAGEGALTIER - Chef étoilé, Hôtel Restaurant du Vieux-Pont
- 03 - Michel TRUCHON - Chef étoilé, Le Sénéchal
- 04 - Philippe CARALP - Chef, Le Méjane
- 05 - Marc CORDY - Chef Maître-restaurateur, L'Auberge du Château
- 06 - Pascal AURIAT - Boulanger, Boulangerie A&P AURIAT
- 07 - Thomas ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 08 - Christophe CHAILLOU - Gérant associé et chef, Le Café Bras
- 09 - Emilie ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 10 - Guillaume VIALA - Chef étoilé, le Belvédère
- 11 - Gilles HELIEZ - Sommelier, Restaurant du Grand Pont

### LA NOTE DU JURY :



### L'AVIS DU JURY :

Manifestement cette saucisse est l'incarnation de l'équilibre, entre le sel et le poivre et le maigre et le gras. En conséquence, tous les palais des membres du jury balancent pour cette saucisse, qu'en bons aveyronnais ils verraient idéalement accompagnée d'un aligot.

**Christophe CHAILLOU** : « C'est une bonne saucisse, avec un bon équilibre entre le gras et le maigre, un moelleux agréable. Une très bonne saucisse pour moi avec une belle longueur en bouche. »

**Thomas ROUSSEY** : « Elle est bien hachée au couteau, on ne triche pas sur ce type de produits, on mets des beaux morceaux de viande. »

**Sébastien BRAS** : « Bon équilibre général, le produit est bien relevé dans un juste équilibre global. La granulométrie de la chair maigre/gras me va bien. »



**RETROUVEZ L'AVIS DU JURY  
EN INTEGRALITE SUR :**

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)



## L'IDÉE RECETTE

de EMILIE ROUSSEY

### SAVEUR D'AUTOMNE AUTOUR DE LA SAUCISSE FRAÎCHE ET DU SÉSAME

2 pers.

#### INGRÉDIENTS :

- 300 g. de butternut
- 160 g. de saucisse fraîche
- 100 g. de saucisse fraîche
- 35 g. de jus de poires de Prunes
- 25 g. de céleri branche
- 25 g. de cèpes crus
- 1 cèpe (env. 100 g.)
- 1 poire William... [\[+\]](#)

#### PRÉPARATION :

Préparer une vinaigrette avec le jus de poires, les huiles, le mélange de sésames, 2 g. de zestes de citron et assaisonner. Réaliser ensuite des rillettes de saucisses. Oter le boyau de la saucisse et écraser la chair. Faire revenir dans une poêle avec un peu d'huile. Tailler le céleri branche... [\[+\]](#)



RETROUVEZ LA RECETTE  
EN INTEGRALITE ET SA VIDEO SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)



**VALLON DE NATURE ROSÉ**  
AOC Marcillac  
Les Vignerons du Vallon

#### MAISON CONQUET

ZA la Poudade - 12210 LAGUIOLE

Tél.: 05 65 51 51 04 - Mail: [contact@maison-conquet.fr](mailto:contact@maison-conquet.fr)

[www.maison-conquet.fr](http://www.maison-conquet.fr)




COOPÉRATIVE FROMAGÈRE  
LAGUIOLE - AUBRAC - FRANCE



# FROMAGE DE LAGUIOLE AOP



**SEBASTIEN BRAS** - Président du jury - Guide MICHELIN 

- 01 - Sergio CALDERON - Sommelier, Restaurant le Suquet
- 02 - Nicole FAGEGALTIER - Chef étoilé, Hôtel Restaurant du Vieux-Pont
- 03 - Michel TRUCHON - Chef étoilé, Le Sénéchal
- 04 - Philippe CARALP - Chef, Le Méjane
- 05 - Marc CORDY - Chef Maître-restaurateur, L'Auberge du Château
- 06 - Pascal AURIAT - Boulanger, Boulangerie A&P AURIAT
- 07 - Thomas ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 08 - Christophe CHAILLOU - Gérant associé et chef, Le Café Bras
- 09 - Emilie ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 10 - Guillaume VIALA - Chef étoilé, le Belvédère
- 11 - Gilles HELIEZ - Sommelier, Restaurant du Grand Pont

## LA NOTE DU JURY :



## L'AVIS DU JURY :

Pour obtenir l'appellation, un fromage de Laguiole doit être affiné pendant quatre mois minimum. A la lecture de la croute notre jury pense qu'il s'agit d'un jeune fromage, pourtant à la dégustation, il se rend compte qu'il est affiné plus longtemps. Et qu'il a toutes les qualités de son âge sans les défauts.

**Gilles HELIEZ** : « A l'aspect visuel il a une belle croute, une jolie pate, un joli jaune. Au goût je le trouve tendre, fondant, persistant, salé comme il faut. »

**Philippe CARALP** : « Excellent produit tout est parfait. »

**Sébastien BRAS** : « Au départ j'ai vu une croute assez jeune, mais à la dégustation c'est un fromage qui a du caractère. Sans être piquant, il a une belle persistance et une longueur et bouche, il est franc. »



**RETROUVEZ L'AVIS DU JURY  
EN INTEGRALITE SUR :**

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)

## L'IDÉE RECETTE

de PHILIPPE CARALP



### ESCARGOTS DE NADAILLAC, COMPOTÉE D'OIGNONS AU JAMBON, PASCADÉS AUX HERBES, ÉMULSION DE FROMAGE DE LAGUIOLE

2 pers. 👤👤

#### INGRÉDIENTS :

- 2 douzaines d'escargots
- 2 oignons
- 2 tranches de jambon cru
- 150 g. de Laguiole
- 100 g. de farine
- ¼ L de lait
- 15 cl de lait
- 15 cl de crème... [+]

#### PRÉPARATION :

Émincer les oignons, les compoter lentement avec beurre et huile d'olive, les tenir légèrement croquants et ajouter une tranche de jambon émincée.

Mélanger 15 cl de lait, la crème et le fromage. Faire bouillir légèrement et réserver au chaud... [+]



RETROUVEZ LA RECETTE  
EN INTEGRALITE ET SA VIDEO SUR :

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)



**BOURGOGNE CHARDONNAY**  
2016  
Domaine Jean-Marc BOILLLOT

#### COOPÉRATIVE FROMAGÈRE JEUNE MONTAGNE

La Borie Neuve - 12210 LAGUIOLE

Tél.: 05 65 44 35 54 - Mail.: [contact@jeunemontagne.fr](mailto:contact@jeunemontagne.fr)

[www.jeune-montagne-aubrac.fr](http://www.jeune-montagne-aubrac.fr)






AOC MARCILLAC  
Domaine du Cros

# CUVÉE VV

## VIEILLES VIGNES



**SEBASTIEN BRAS** - Président du jury - Guide MICHELIN 

- 01 - Sergio CALDERON - Sommelier, Restaurant le Suquet
- 02 - Nicole FAGEGALTIER - Chef étoilé, Hôtel Restaurant du Vieux-Pont
- 03 - Michel TRUCHON - Chef étoilé, Le Sénéchal
- 04 - Philippe CARALP - Chef, Le Méjane
- 05 - Marc CORDY - Chef Maître-restaurateur, L'Auberge du Château
- 06 - Pascal AURIAT - Boulanger, Boulangerie A&P AURIAT

- 07 - Thomas ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 08 - Christophe CHAILLOU - Gérant associé et chef, Le Café Bras
- 09 - Emilie ROUSSEY - Chef, Le Parfum des Délices
- 10 - Guillaume VIALA - Chef étoilé, le Belvédère
- 11 - Gilles HELIEZ - Sommelier, Restaurant du Grand Pont

## LA NOTE DU JURY :



## L'AVIS DU JURY :

Bien que les tests se déroulent à l'aveugle, aussitôt humé, nos membres du jury ont identifié un cépage qui leur est familier et une appellation qui leur est chère. Mais tous les vins de l'Aveyron ne sont pas forcément bons, celui ci l'est indubitablement.

**Guillaume VIALA** : « C'est un vin authentique, pas bodybuildé, long en bouche et belle structure. Très bien »

**Gilles HELIEZ** : « Visuellement une belle couleur limpide, une robe jeune. Au nez une belle intensité de fruits rouges et noirs, typiques du cépage. De la fraîcheur en bouche et des tannins bien enrobés. »

**Sébastien BRAS** : « Sans aucun doute c'est un vin qui a le caractère et la franchise des habitants de l'Aveyron. Il a été nourri à l'eau du plateau de l'Aubrac. »



**RETROUVEZ L'AVIS DU JURY  
EN INTEGRALITE SUR :**

[www.tests-produit-gourmets.fr](http://www.tests-produit-gourmets.fr)



## INFOS PRODUIT :

### CUVÉE VV VIEILLES VIGNES

**Appellation:** AOC Marcillac

**Assemblage:** 100 % Fer Servadou , ou « mansois »

**Terroir:** Les vins proviennent de vignes de plus de 50 ans.

Elles sont plantées sur des coteaux abrupts :

éboulis calcaires .... en haut des coteaux

rougiers permiens .....en sous-sol , et sur le bas des coteaux

**Vinification :** Vendanges manuelles.

**Accompagnements :** Servir à 14°-15° sur des viandes rouges, des gibiers, ou des viandes en sauce.



## BONS ACCORDS :

A déguster avec  
du boeuf, de l' agneau  
ou du fromages de vache

### Domaine du Cros

12390 Goutrens

**Tél.:** 05 65 72 71 77 - **Mail.:** pteulier@domaine-du-cros.com

[www.domaine-du-cros.com](http://www.domaine-du-cros.com)



# RETROUVEZ TOUTES LES SAVEURS ET L'UNIVERS DE **SEBASTIEN BRAS**

[www.bras.fr](http://www.bras.fr)



LIQUEUR DE SUREAU  
**29,00 €**



NIAC 5.3 VINAIGRE & COING  
**17,00 €**



SIROP DE CERISE GUIGNE & AMANDE AMÈRE  
**12,50 €**



NIAC 2.2 HUILE & SERPOLET  
**15,00 €**



TISANE «THÉ D'AUBRAC»  
**13,00 €**



CONFITURE NECTARINE  
**9,90 €**



MIEL DU SUQUET  
**10,50 €**



NIAC 1.5 ZESTES DE CITRON, GINGEMBRE  
**12,00 €**



NIAC 1.4 ZESTES DE CITRON, GINGEMBRE  
**12,00 €**





COUTEAU À FROMAGE  
**79,00 €**

KAI N°4 EMINCEUR  
**399,00 €**

ESSENTIAL CUISINE MICHEL BRAS  
**59,90 €**



COUTEAU À BEURRE  
**75,00 €**

ENTRE LES BRAS  
La cuisine en héritage



KAI N°7 TABLE  
**289,00 €**

COUTEAU DE TABLE «PUECH DU SUQUET»  
**275,00 €**

TABLIER DE CUISINE BRAS  
**61,00 €**



# MAKING OF

## TESTS-PRODUIT

Le Suquet Laguiole  
HORS SERIE - Spécial Aveyron





# Goûtez l'Aveyron en vrai !

## #AVEYRONEMOTION



**Viaduc de Millau**  
Plus haut pont du monde ...

**TOURISME  
AVEYRON**

[www.tourisme-aveyron.com](http://www.tourisme-aveyron.com)