

Restaurants-Recettes-Adresses Gourmandes

Var



Caves – Domaines et Châteaux



Randonnée Gourmande

Edition 2026/2027

<https://var-randonnee-gourmande.fr>

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé- A consommer avec modération





Professionnels et Particuliers

Des Gammes adaptées à vos besoins-Cristallerie- Vaisselle-Accessoires de Table



martelchr.com



Laurent

Showroom Du lundi au vendredi 9h30-18h-ZA Nicopolis -395 rue de la Bruyère
Brignoles



04 94 69 89 00



contact@martelchr.com



Chers amis et lecteurs !

***Le Var** se découvre par ses paysages et ses saveurs. Villages, tables, et domaines viticoles offrent l'authenticité d'un territoire où la gourmandise est un art de vivre. Ce guide réunit des adresses choisies pour vos escapades culinaires et œnologiques. Suggestions et tarifs peuvent évoluer en cours d'année.*

« Présentez-vous de la part de Randonnée Gourmande, un accueil et une attention particulière vous sera réservée. »

*Nous remercions tous nos partenaires qui nous ont permis de vous offrir ce guide que vous trouverez dans les offices de tourisme des communes présentes et chez nos partenaires annonceurs. **Olivier***

Ces logos vous indiquent :

**Simple
et bon**



**Cuisine
élaborée**



**Fins
gourmet**



Vendre ou investir dans le Var en toute sécurité ! Didier et Zoé vous accompagnent dans votre projet. Transaction et conseil en patrimoine **Tél : 06 46 73 53 94**

www.lemon-properties.com



Directeur édition : Olivier Urcun P.06 95 56 30 97

Société CRDV - RCS Toulon 103080065

Code APE 73127 - Imprimerie : SIRA

Cet exemplaire ne peut être vendu

[Https://var-randonnee-gourmande.fr](https://var-randonnee-gourmande.fr)

LE VAR CHÂTEAUX

LA ROUTE DES VINS DE RANDONNÉE GOURMANDE



CAVES



DOMAINES

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé- A consommer avec modération

Domaines, Caves et Châteaux

vous invitent à découvrir leurs Vins !

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé – A consommer avec modération

LA CRAU 1

Le Songe de Don Bosco page.8

ROQUEBRUSSANNE 2

Cave La Roquière page.12

Domaine du Loou page.11

Domaine Baussanne page.10

PIERREFEU 3

Le château Farambert page.23

Clos Real page.24

CUERS 4

Château Bastidiere page.30

Domaine De L'Allamande page.29

COLLOBRIERES 5

Domaine de la Portanière page.26

GONFARON 6

Château Réal D'Or 4ème de couverture



Terres Ailées de Gonfaron page.34

Le LUC 7

Château La Mascaronne page.36

CARCES 8

Coopérative KSOL page.74

VIDAUBAN 9

Domaine De Jale page.42

Château St Julien D'Aille page.40

LORGUES 10

Domaine Estello page.60

Les Vignobles de Lorgues page.54

ENTRECASTEAUX 11

Les Caves de L'Amiral page.64

POURRIERES 12

Cellier Marius Caius page.70

Domaine La Similienne page.68

Comment le vin biologique est-il produit ?

Le vin biologique est élaboré en respectant des normes strictes de l'agriculture biologique.

Les raisins sont cultivés sans pesticides ni produits chimiques. Les intrants autorisés sont exclusivement biologiques, ce qui garantit une production plus respectueuse de l'environnement.

Cette méthode nécessite une certification qui prend environ 3 ans à obtenir. En plus de l'absence de produits chimiques, la quantité de sulfites dans le vin bio est limitée.

Quelles sont les différences entre Vin bio, Biodynamique et Naturel ?



Les vins biodynamiques vont au-delà des pratiques biologiques en intégrant des principes ésotériques comme l'utilisation des cycles lunaires et des préparations spécifiques.

Ces techniques visent à renforcer l'équilibre entre la vigne et l'environnement rendant la production encore plus naturelle et harmonieuse. Les vins naturels sont quant à eux sans aucun intrant ajouté. Ni produit chimique, additif ne vient altérer la pureté du vin.

Pour utiliser un logo bio sur un vin, un membre doit avoir une certification biologique pour ses raisins et suivre le cahier de charge.



LA RECETTE DU BONHEUR !



Ingrédients :

- 1 grande tablée (minimum 6 personnes, sinon ça manque de bruit)
- 3 éclats de rire bien frais
- 2 litres de bonne humeur (bio si possible)
- 1 pincée de soleil **VAROIS** (attention, ça chauffe vite)
- 4 discussions qui partent dans tous les sens
- **1 bonne bouteille de vin de nos producteurs Varois**



Préparation : Quelques amis qui arrivent en retard (optionnel mais recommandé) Une famille qui parle tous en même temps (indispensable) Installer tout le monde autour de la table. Si quelqu'un dit "je ne reste pas longtemps", prévoir qu'il partira trois heures plus tard. Mélanger les rires, les anecdotes improbables et les "tu te souviens quand... ?". Ajouter progressivement la bonne humeur. Si elle retombe, remuer avec un verre de rosé bien frais. Laissez mijoter la conversation jusqu'à ce que plus personne ne sache qui raconte quoi. Servir chaud, accompagné d'un plat local... ou de n'importe quoi tant que c'est partagé. Terminer par un dessert improvisé : "On n'a rien prévu, mais on trouvera bien quelque chose. **Astuce du chef :** Pour une recette encore plus réussie, ajouter un coucher de soleil sur la Méditerranée. Effet garanti, même sans filtre. Un moment simple, joyeux, un peu bruyant...

Du bonheur à la provençale ! *Josseline*

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé- À consommer avec modération

P.9 LA CRAU

P.8 Le Songe de Don Bosco

P.13 SOLLIES-PONT

P.14 Court Circuit Paysan

P.16 Epicerie Façon C !

P.17 Restaurant

L'Amarandine

P.15 Crêperie Côté Breizh

P.19 Restaurant

Stylé & Gourmand

P.18 Restaurant

A L'Ombre du pin

P.20 Restaurant

La Ferme du Gapeau

P.21 LA FARLEDE

P.22 Restaurant L'Oliveraie

P.21 PIERREFEU-DU-VAR

P.23 Le Château Farembert

P.24 Clos Réal

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé-A consommer avec modération



SOMMAIRE

*Un petit côté du VAR
avec la découverte de
communes authentiques,
de vins locaux, de
restaurants et d'adresses
gourmandes.*

P.27 CUERS

P.30 Château Bastidière

P.29 Domaine de L'Allamande

P.31-32 Restaurant

Le Verger des Kouros

P.33 L'Hôtellerie Kouros

P.21 COLLOBRIERES

P.26 Domaine de La Portanière

P.35 BESSE-SUR-ISSOLE

P.38 Restaurant La Remise

P.35 GONFARON

P.34 Terres Aillées de Gonfaron

4^{ème} de couv Château Réal D'Or

P.37 Restaurant La Bastidasse

P.35 LE LUC

P.36 Château La Mascaronne

P.9 LA ROQUEBRUSSANNE

P.12 Cave La Roquièrre

P.11 Domaine du Loou

P.10 Domaine Baussanne

Pour votre santé, mangez au moins
cinq fruits et légumes par jour – évitez
de manger trop gras, trop sucré, trop
salé – pratiquez une activité physique
régulière –

SOMMAIRE... LA SUITE DE NOS COMMUNES – NOS VIGNOBLES NOS RESTAURANTS ET NOS ADRESSES GOURMANDES DANS LE VAR

P.41 VIDAUBAN

P.42 Domaine De Jale
P.40 Château Saint Julien D'Aille
P.43 Restaurant La Canopée

P.45 LE CANNET DES MAURES

P.39 Restaurant La Pièce de Bœuf

P.49 LORGUES

P.57 Restaurant La Main à La Pâte
P.61 Restaurant Le Dragon D'or
P.62 La Fromagerie de Lorgues
P.52-53 Restaurant La Voûte
P.56 Restaurant Sushi Wock
P.55 Restaurant La Casa Del Gusto 2
P.58 Restaurant Le Grillon
P.59 Restaurant Le Petit Glacier
P.60 Domaine Estello
P.54 Les Vignobles de Lorgues
P. P.48 Restaurant Chez Bruno
P. 50-51 Restaurant La Table de Pôl

P.63 Snack Le Royal **LORGUES**

P.65 ENTRECASTEAUX

P.64 Les Caves de l'Amiral

P.45 DRAGUIGNAN

P.46 Snack Le Royal
P.44 Restaurant A L'Essentiel

P.66 LA MOTTE

P.67 Restaurant La Bohème

P.71 CARCES

P.74 Coopérative KSOL

P.71 BARJOLS

P.72 Café-Brasserie-
Glacier De l'Europe

P.71 VILLECROZE

P.73 Restaurant Leï Cigales

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé- A consommer avec modération

P.65 ROCBARON

Poissonnerie Marenova
3ème de couverture

P.65 BRIGNOLES

Martel CHR
Les Arts de la Table
2ème de couverture

P.66 TOURVES

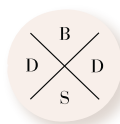
P.69 Domaine
Le Billardier

P.66 POURRIERES

P.70 Cellier Marius Caius
P.68 Domaine
La Similienne-les 2 saintes

P.45 AIGUINES

P.47 Auberge Des Cavaliers



NOTRE INSPIRATION

La Dolce Vita

Bienvenue au domaine Le Songe de Don Bosco, où chaque bouteille raconte une histoire, évoque un lieu et célèbre un moment de convivialité.

Sous les pins au son des cigales, sur la plage au son des vagues ou sur une terrasse au son des guitares, Le Songe célèbre vos plus beaux moments estivaux ! Les rires entre amis, les anniversaires en famille ou les barbecues d'été, Le Songe symbolise l'art de vivre, le plaisir de la bonne compagnie et la délectation des saveurs exquises.

À travers cette dégustation, plongez dans l'univers enivrant de la dolce vita et laissez-vous emporter par les arômes envoûtants du millésime 2025.

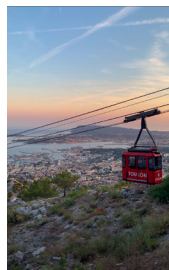
Domaine Le Songe de Don Bosco | La Crau (83)

www.lesongededonbosco.com

3451 chemin de la Navarre 83260 La Crau - 04 94 66 04 08



Le Songe incarne l'esprit de la dolce vita, le témoin de vos moments de convivialité et de partage entre amis.



   **lesongededonbosco**

LE SONGE - MILLÉSIME 2025 - CÔTES DE PROVENCE

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION. | CONCEPTION : MADDITIVE STUDIO

LA CRAU



Dans sa rue commerçante
des artisans, des
producteurs, son marché

Vous ferez une pause
relaxante au parc du Béal
-La chapelle du fenouillet

-Le Hameau
de Notre Dame
-Le Canal Jean Natte

**Découvrez les vins des
Domaines Viticoles**

Office de Tourisme
www.villedelacrau.fr

LA ROQURBRUSSANNE



Traversé par l'Issole
vous respirerez la
beauté de la nature -

Vestiges préhistoriques

-Ponds, Fontaines,
anciens Lavoirs- La
place Gueit -L'église St
Sauveur- La Chapelle
Notre Dame- La tour
de l'horloge...

Vins d'exception

Office Tourisme
www.la-roquebrussanne

SOLLIES-PONT



Par son climat, ses
monuments, sa position
au cœur de la Provence
en font une ville agréable

Le Château Forbin-
L'Eglise Saint-Jean
Baptiste-Le Four à Cades
des Pousselons-
L'Oppidum du Castellas
- Des Chapelles- La
culture fruitière...

Mairie de Solliès-Pont
www.ville-solles-pont.fr

L'Amour du Terroir...Le Respect du vivant !

Notre collection
GRANDS VINS
COTEAUX VAROIS

Bienvenue au
DŌMAINE
BAUSSANNE

Boutique ouverte du mardi
au samedi de
10h-12h/14h-17h

Visitez notre site
www.domainebaussanne



Route de Brignoles - LA ROQUEBRUSSANNE
contact@domainebaussanne.fr
Tél : 06 07 36 65 06

Le domaine pratique
l'agriculture
biologique, travail du
sol, décavaillonnage,
binage..



DOMAINE
DU
LOOU

Les cépages sélectionnés
sont particulièrement
adaptés au terroir
www.domaineduloou.com



Ouvert tous les jours de 9h-12h/14h-18h
Dimanche et jours fériés sur RDV
Tél : 04 94 86 94 97



Email : contact@domaineduloou.fr
Domaine du loou la Roquebrussanne



L'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération

VIN BIOLOGIQUE



**CAVE LA ROQUIERE
LA ROQUEBRUSSANNE**

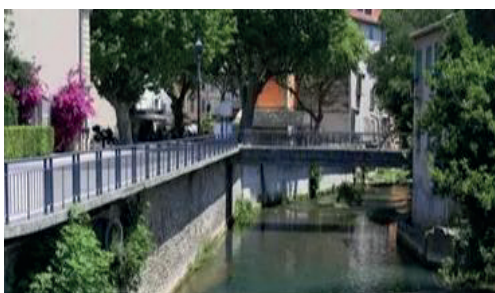


www.roquiere.com
**Caveau de Vente
& Dégustation**



**Ouvert toute l'année de 9h-12h /15h- 18h30 Septembre à Mai du mardi au samedi
Juin + le lundi- Juillet- Aout + le dimanche de 9h à 12h30
38 Avenue Saint-Sébastien -Tél : 04 98 05 20 97**

SOLLIES-PONT LA VILLE DE LA FIGUE !



OT 1 rue de la République



Solliès-Pont est assis sur la rivière du Gapeau. La grande spécialité de Solliès-Pont est la figue fraîche. **Fête de la figue dernier weekend d'août**

-L'église St Jean Baptiste construite en 1668 et reconstruite en 1735.-Le château Forbin et son parc

**Très bons
Restaurants
Domaines
viticoles**

Office de Tourisme
83210 SOLLIES-PONT

Tél : 04 94 28 92 35

www.valleegapeau-tourisme.fr

Fruits et légumes locaux de saison

En direct des producteurs



Ouverture : Lundi : 14h – 18h30 et du mardi au samedi 09h – 18h30
www.copsolfruit.com - 345 chemin des Laugiers 83210 Solliès-Pont





Menu enfant 9,90 € Très Grand Choix

Galette de sarrasin à partir de 6,50 €
(Gourmalou-Rosporden-Kermovan-St DoletVeggie-Fitness-Exotique- 4 fromages-Montagnardes et bien d'autres)

Tartare -Tartiflettes
Omelettes à partir de 7,50€ € -Salades à partir de 14€

Pour les Gourmands
Crêpes sucrées à partir de 4€-Coupes glacées...



CÔTÉ BREIZH Crêperie-Brasserie

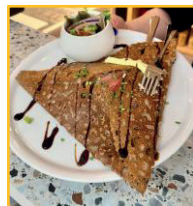
1 avenue du Lion - Intermarché

SOLLIES-PONT Tél : 04 83 73 42 05

TARTIFLETTE BRETONNE

Faites cuire les pommes de terre dans une casserole avec de l'eau pendant 20 minutes. Emincez finement les oignons et coupez le camembert en lanières. Faire caraméliser les oignons dans une poêle. Versez le vin blanc et laissez-le réduire de moitié sur le feu. Ajoutez la crème fraîche Paysan Breton, portez à ébullition puis arrêtez la cuisson. Epluchez les pommes de terre puis coupez-les en rondelles. Placez-les dans un plat à gratin et ajouter une persillade. Versez la crème encore chaude par-dessus puis déposez les lamelles de camembert sur toute la surface. Enfouissez 15 minutes à 180°C. Au moment de servir ajouter du jambon serrano en chiffonnade.

Petit déjeuner- Déjeuner- Goûter et Diner



REPAS DE GROUPE

Service non-stop

Du lundi au samedi
9h-18h30 et le vendredi soir

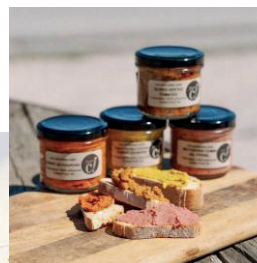
Tous règlements
sauf chèque





Epicerie Fine Familiale et Provençale Fabrication Artisanale sur place

Livré Chez Vous !



façonC

Du mardi au samedi de 09h à 12h30/ 15h30-19h – Dimanche 09h-13h
2 rue Gabriel Péri – Solliès-Pont- 06 74 99 41 93



façonC



Quelques suggestions

- Assiette de charcuterie corse- Gambas grillées
- Poisson suivant arrivage
- Cuisses de grenouilles
- Tentacules de poulpe
- Os à moelle
- Gnocchis gorgonzola/pistache...
- Foie de veau persillade
- Magret de canard aux morilles ...et autres...
- Menu enfant 10 €**



Restaurant L'AMARANDINE

10 rue Pierre Brossolette SOLLIES-PONT

Tél : 04 94 03 70 04 amarandine210@gmail.com

Mousse au Mascarpone et citron Vert (4pers.)

250g Mascarpone- 2 citrons verts/89g de jus +1 autre citron vert-100g de sucre. Presser le jus de 2 citrons et détailler très finement le zeste d'un citron vert. Blanchir les jaunes d'œufs dans le sucre. Incorporer le mascarpone, mélanger et ajouter le jus des citrons et un peu de zeste de citron vert. Monter les blancs en neige bien ferme et les incorporer petit à petit dans la préparation. Placer le tout dans des ramequins 3h au réfrigérateur. Parsemer le reste du citron vert pour la déco.

Pour les gourmands

- Bavaroise exotique
- Tarte citron meringuée
- Crème brûlée
- Grand choix de glaces



Ouvertures :

Lundi-Mardi-

Dimanche

10h/14h

Jeudi-

Vendredi

10h/14h-

18h/21h

Samedi

10h/14h

18h/21h

Accepte

tous

règlements

Des Produits

bio, locaux et

de saison

Une cuisine

réinventée !



**Des Menus options
végétariennes, sans gluten et
sans lactose**

Quelques suggestions

Prix moyen 17€50

Des fritures à partager (accras,
samossas...)

Parillada de la mer-Poulpe
braisé- Des Tartares(de Bœuf-
Italien-Corse...) Bavette grillée-
Escalope de Veau-Les Burgers
gourmets-Pâtes et Risotto...

Des desserts inventifs à ravir tous les gourmands !

Café Gourmand- Tarte Tatin-
Tiramisu-Brioche perdue...

Restaurant A L'OMBRE DU PIN



3 avenue du lion Solliès-Pont

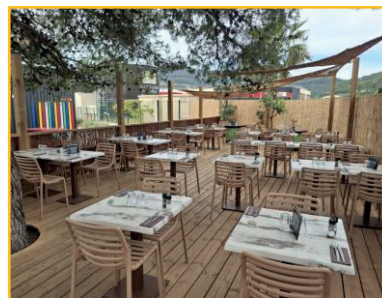
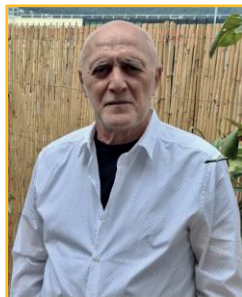
Tél : 04 22 79 13 01

www.alombredupin-sollespont.fr



Poulpe croustillant, crème de poivrons & sauce acidulée

Poulpe : Le cuire avec carottes, échalotes, bouquet garni jusqu'à tendreté. Refroidir, séparer les tentacules, couper le reste. **Pommes de terre** : Grenailles + huile, ail, persil, paprika. Four 180°C jusqu'à dorure. **Panure** : Poulpe → farine → œufs → chapelure. **Crème de poivrons** : Poivrons + oignons revenus, ajouter crème, cuire, mixer. Assaisonner (sel, poivre, piment). **Sauce acidulée** : Fromage blanc + ail, persil, citron. Frire le poulpe pané à **180°C** jusqu'à croustillant. **Dressage** Salade, poulpe, grenailles, crème de poivron. Sauce citronnée à côté, persil



Sur place
A emporter
**Groupes et
privatisations**
Ouvert tous
les jours
Le midi sauf
le dimanche
Le soir :
Vendredi et
Samedi
Accepte tous
règlements



**Du fait maison
avec amour !**

**Service en continue
Quelques Suggestions**

Brunch sucré ou salée

Pizza à la part

Camembert rôti au four avec
assiette méli-mélo- Salades

- Hamburger

Spécialités : Croffles sucrées
et salées- Gaufres feuilletées
sucrées et salée -Les Cookies
-Les Smoothies- Les Crêpes...

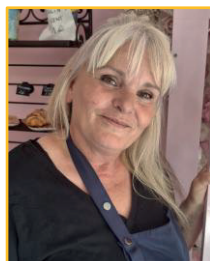
**Pâtisserie maison sur
commande**

Restaurant STYLE & GOURMAND

11 rue Gabriel Péri Solliés-Pont

Tél : 06 59 52 27 09

m.sandra83@hotmail.fr



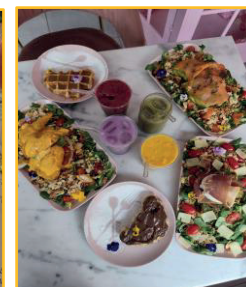
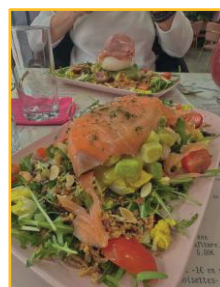
**« Soirée
Karaoke »
tous les
vendredis soir**

Brownie au chocolat

Faire fondre 125g de beurre au
micro-onde. Ajouter 150g de
chocolat et mélanger en émulsion.
Verser 2 œufs dans le bol du batteur
et incorporer 50g de sucre-blanchir.
Mélanger au fouet avec le chocolat
et incorporer 25g de farine. Cuire
12 mn au four à 150°

**Une
pause
sucrée ou
salée !**

Déjeuner et
gouter de
10h à 22h
Tous les
jours sauf
le lundi



Accepte
CB et
Chèque



**Directement du
champ à l'assiette**
Menu à 24€ 50

Quelques Suggestions

Tartare de cabillaud et
agrumes

Pièce de bœuf à
l'échalotes pommes
grenailles

Focaccia et speck
moutarde ancienne
Crumble de légumes
Crème brûlée asperge

Pour les gourmands
Le dessert du moment



LA FERME DU GAPEAU **Restaurant bistronomique inclusif**



305 route de 2 Solliès
Solliès-Pont- Tél : 04 94 27 86 15
www.avath.fr



Dos de colin en croûte d'herbes fraîches et riz vénéré

⌈ Mélanger le beurre pommade avec de la farine et des herbes
fraîches ciselées, de l'ail haché et zeste de citron. Faire revenir
1 oignon rouge émincé avec de H.O. Ajouter du riz vénéré et le
nacrer. Déglacer avec du vin blanc et mouiller progressivement
avec du fumet de poisson Sel, poivre – déposer la croûte
⌋ d'herbes sur les dos de colin et enfourner à 180° 10 à 12 mn ⌋

Service Traiteur **Vente directe fruits** **et légumes**

Yann le chef

Son équipe :

Benoît

Adrien

Jérôme

Estelle

Gwenaëlle

Franck et tous

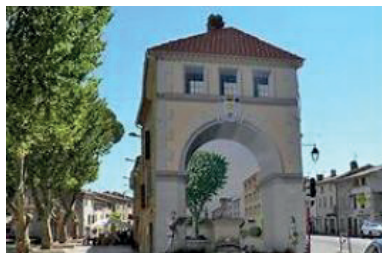
les autres...



**Ouvert le
midi du
lundi au
vendredi
12h à 14h**
**Fermé le
samedi et
le
dimanche**

Réunion **Séminaire**

LA FARLEDE



Des espaces conviviaux-Parcs, Jardins et aires de jeux ...de nombreux moulins à huile- L'Eglise avec ses tableaux- Les Fontaines
-La chapelle de la Trinité...

Un beau village où il fait bon de s'arrêter!

Adresses gourmandes

Domaines viticoles

Dégustation de vins

Office de Tourisme :

www.lafarlede.fr

PIERRE-FEU-DU-VAR



Le charme d'un village authentique !

Des Randonnées pédestres pour les amoureux de la nature

-Le Diximude édifice emblématique

-Chapelle Sainte Croix

-Des super artisans

Domaines viticoles

Dégustation de vins

Office de Tourisme

www.pierrefeu-du-var.fr

COLLOBRIERES



Balades et Randonnées
-Les Menhirs du Plateau Lambert

-Ruine de l'Eglise St Pons

-Eglise Notre Dame des Victoires

-Chapelle Notre Dame de Pitié

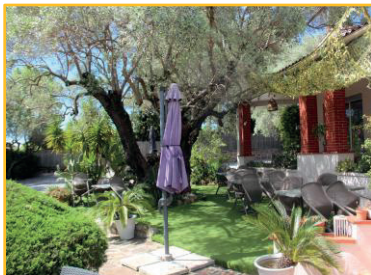
-La Chartreuse de la Verne

-Musés Marrons glacés
Géologique- Du Santons

Vins d'exception

Office Tourisme

www.collobrieres.fr



**Authenticité, saveurs
et découvertes sont
au rendez-vous !!!**

Quelques Suggestions

Plat du jour à 16€50
- Gambas à la provençale
- Saumon fumé par nos
soins- Caillette du chef
- Magret de canard au
miel- Côte de bœuf
(environ 400gr) -Foie gras
maison et sa confiture...

Pour les gourmands

-Île flottantes
Profiteroles-Café ou
chocolat liégeois frais...

Restaurant L'OLIVERAIE
3 rue de la Calade Ste Elizabeth
LA FARLEDE Tél : 06 70 30 86 44



Pâtes aux Scampis à l'américaine

Scampis-Oignons, carottes, tomates concassées
vin blanc, ail, concentré tomate, , lamelles encornets, crème
fraîche. Cuire les lamelles d'encornets- Réaliser la base de
la sauce- incorporer les encornets, les scampis puis la
crème fraîche- Faire réduire un peu et vérifier
l'assaisonnement. Pour la déco conserver des scampis et
des herbes. Accompagner pâtes fraîches. Bon appétit !



Tous règlements acceptés sauf tickets resto

Ouvert

Tous les
jours midi
et soir sauf
mardi midi
dimanche
soir et
fermé le
lundi

Sur Commande :

Pâtes au
Homard...
Bourride... et bien
d'autres spécialités



LE CHATEAU FARAMBERT

« Une passion Familiale »



Vente au Caveau



Producteur récoltant
Louis PERRET

Ouvert du lundi au samedi
9h00/12h00- 14h00/18h00

Route de la Base - 83390 Pierrefeu du Var

Tél 04 94 48 23 03 www.farambert.com



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé – A consommer avec modération

***Venez découvrir un vignoble d'exception, des vins
biodynamiques, un lieu de communion entre
la Nature et les Hommes***



Clos Réal



BIODYVIN



Ouvert du Lundi au
Vendredi 09h-18h
pour une dégustation
Visite de la cave
sur rendez-vous



**Les vins du Clos Réal sont l'expression la plus
juste et la plus sincère de ce terroir séculaire.**

383 route de Pignans- Pierrefeu-du-Var – Tél : 04 94 48 24 01 www.closreal.fr

L'UMIH, première organisation professionnelle des cafés, hôtels, restaurants, établissements de nuit et traiteurs.



Acteur incontournable du secteur de l'hôtellerie-restauration, l'UMIH 83 représente, accompagne et défend au quotidien les professionnels du territoire. Porte-parole des chefs d'entreprise et des exploitants, le syndicat œuvre pour la reconnaissance des métiers, l'attractivité du secteur et la transmission des savoir-faire. L'UMIH s'appuie également sur UMIH Formation, son organisme de formation dédié, qui accompagne les professionnels, les salariés et les futurs talents du secteur tout au long de leur parcours.

Pourquoi rejoindre l'UMIH 83 ?

- Avantages économiques exclusifs (dont 28% de remise SACEM)
- Conseils rapides et concrets
- Formations ciblées
- Défense active de vos intérêts
- Représentativité nationale et européenne
- Recevoir l'actualité de votre métier et du secteur



Nos missions

Informer, accompagner et conseiller

L'Umih accompagne au quotidien les professionnels dans les domaines juridique, fiscal, social, emploi, formation et environnemental.

Assurer la promotion et la renaissance des métiers et du secteur

L'Umih, porte-parole de la profession, agit pour faire valoir le poids économique du secteur CHRD et pour une meilleure prise en compte des spécificités de nos métiers.

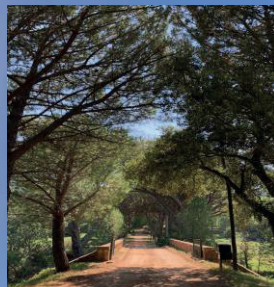
Représenter et défendre les professionnels

Au niveau national et local, l'Umih est l'interlocuteur privilégié des pouvoirs publics et des instances économiques et interprofessionnelles. Au niveau européen, l'Umih agit au sein de l'HOTREC.

Démontrer le rôle majeur des cafés, hôtels, restaurants au sein du tourisme

L'Umih est à l'origine en 2017 de la création de la Confédération des Acteurs du Tourisme (CAT) qui regroupe 20 organisations représentatives de la filière tourisme.

« L'âme d'une
famille, le goût
d'un terroir »



Des Produits
de la ferme

Au Domaine de la Portanière



Du mardi au Dimanche 11h00/19h00

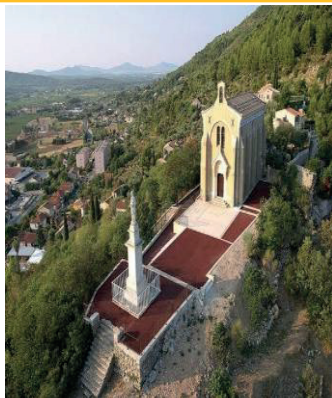
Tél. 07 60 13 75 26

790 Route des Maures 83610 Collobrières

www.domainedelaportaniere.com



CUERS une Ville Viticole



Découvrez les crûs protégés pour ces vignobles étendus sur près de 1000 ha

Vins d'exceptions !

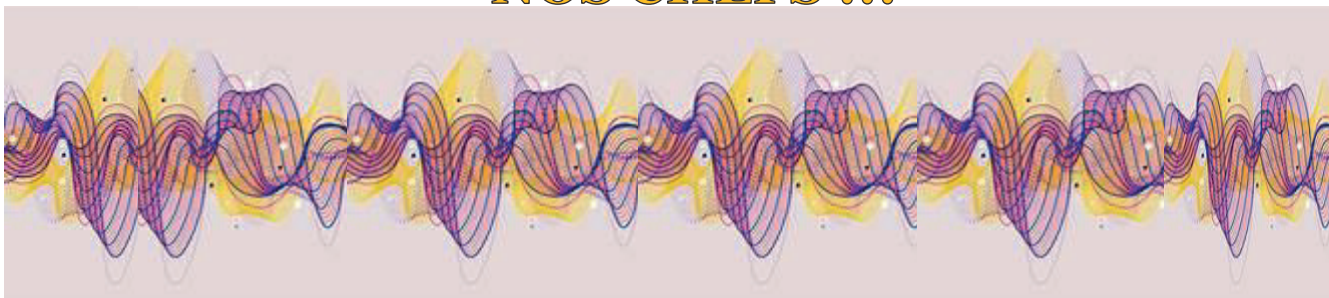
L'abus d'alcool est dangereux pour la santé A consommer avec modération

Vieux village provençal avec fontaines et lavoirs, vieilles portes...
-Faites un tour à l'Oppidum -Visitez l'église Notre Dame de l'Assomption
-Flâner dans les rues du centre-ville afin d'admirer les maisons datant des XVIe siècles et chapelles

De très bons Restaurants !

Office de Tourisme
Place de la Convention
04 94 48 56 27
<http://www.cuers.fr>

ECOUTER LES RECETTES DE NOS CHEFS !!!



Tous les lundis,
mardis, jeudis et
vendredis 11h35



Tous les mercredis 16h
et samedis 11h

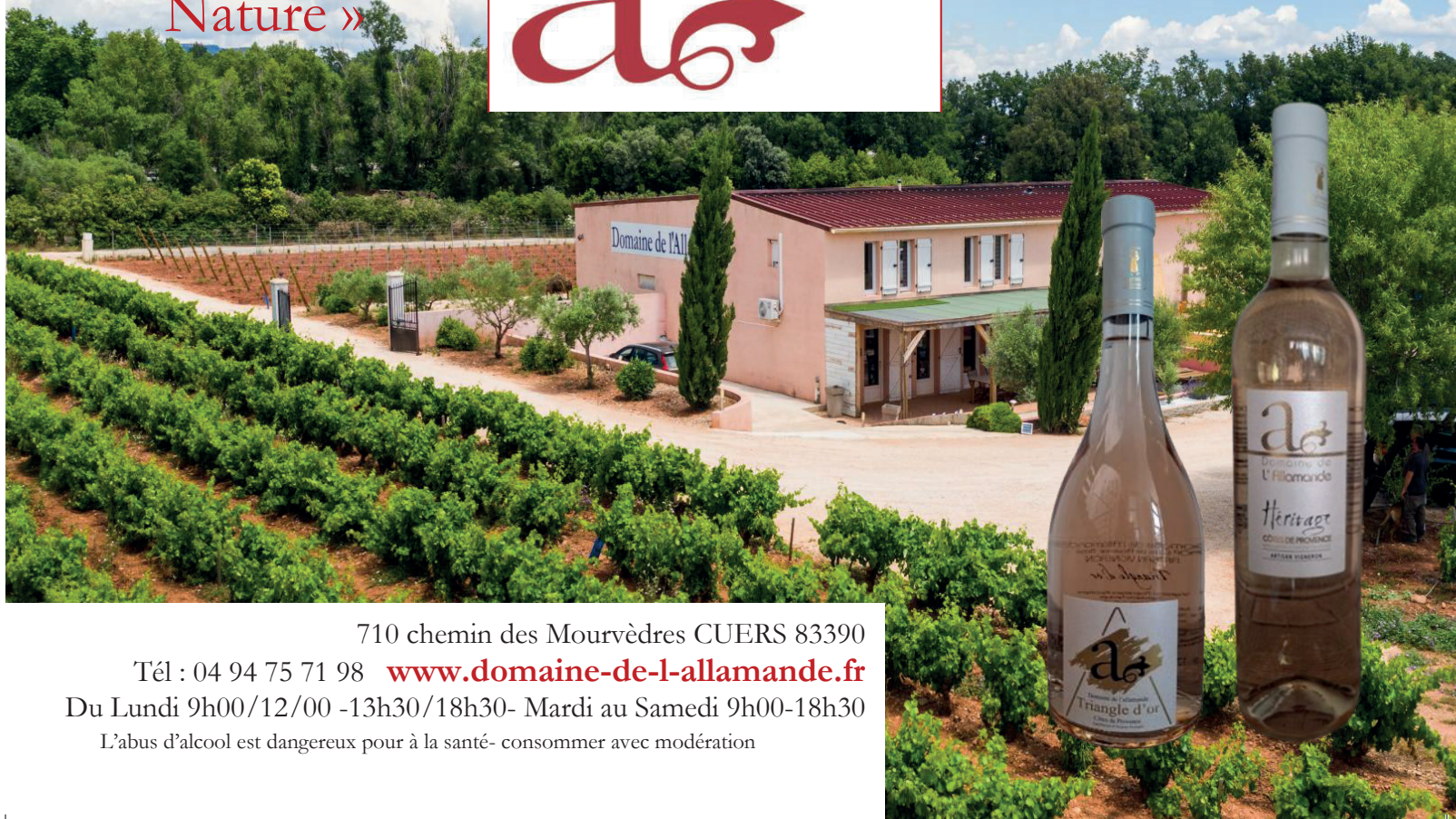


Tous les samedis et
dimanches à 11h45

« Le Respect du
Terroir et de la
Nature »

Domaine de
l'Allamande


Artisan Vigneron



710 chemin des Mourvèdres CUERS 83390

Tél : 04 94 75 71 98 www.domaine-de-l-allamande.fr

Du Lundi 9h00/12/00 -13h30/18h30- Mardi au Samedi 9h00-18h30

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé- consommer avec modération

CHÂTEAU BASTIDIÈRE



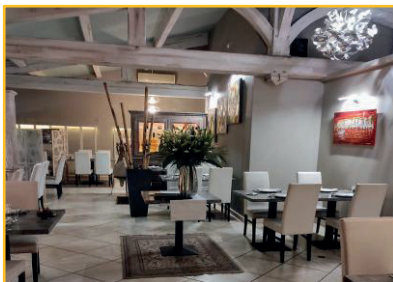
Le Château Bastidière, domaine viticole au cœur de la colline,
accueille vos événements : mariages, baptêmes, anniversaires.
Un lieu à privatiser, entre vins d'exceptions et souvenirs
inoubliables.



Venez découvrir notre gamme de vins lors
d'une dégustation conviviale !



1343 Avenue Henry et Eugénie Majastre - 83390 Cuers - Tél : 04 94 13 51 28
www.chateaubastidiere.com - Horaires disponibles sur notre site internet.



Une cuisine française & méditerranéenne inventive
Une carte renouvelée au gré des saisons et de leurs imaginations. Menus à partir de 27€

Quelques Suggestions
 Pêche du jour au beurre aillé
 Ris de Veau braisé aux morillons-Magret de Canard rôti, polenta...

Pour les gourmands
 Le cheese cake, abricots en émulsion et crû, pointes acidulées, pistaches caramélisées et autres...



Le VERGER des KOUROS

768 route de Solliès Pont

Quartier des Cauvets CUERS



Tél : 04 94 28 50 17 www.levergerdeskouros.fr



Figues de Solliès rôties au caramel d'agrumes, crème glacée vanille, crumble de petit brun(4pers)

12 Figues de Solliès-1Citron-1 orange- 50g beurre-PM sucre glace -
 Laver les figues, faire une incision avec la pointe d'un couteau d'office sur le chapeau, faire glisser une parcelle de beurre dans chaque fruit, arroser de jus de citron et d'orange, saupoudrer largement de sucre glace. Concasser 300g de petit brun, incorporer 300g de beurre, 90g de sucre et sel, bien mélanger du bout des doigts, étaler la pâte. Cuisson à 160 °-20 mn. Dans une assiette creuse, disposer figues en étoile, arroser du jus de cuisson, déposer au centre des fruits une boule de glace vanille. Parsemer de crumble concassé. Décorer avec des feuilles de figuier.

**Coffret repas
 Cadeaux en ligne**



Ouvert du
 lundi au
 dimanche
 12h-14h30-
 20h-23h
 Fermé le
 mercredi toute
 la journée



chèque





*Le Verger
des Kouros*

**CHARME, AUTHENTICITE
ET FAMILLE**



*Un restaurant gastronomique renommé,
des créations culinaires réalisées à
partir de produits locaux dans un cadre
champêtre atypique et raffiné.*

768 route de Solliès-Pont- Quartier des Cauvets
CUERS Tél : 04 94 28 50 17 – www.levergerdeskouros.fr

*Voyage d'affaire
Journée d'étude*

L'Hôtellerie Kouros

★★★

*Evénements
professionnels*

Hôtel de Charme & Salle de réception
- 12 Chambres -



**Mariages
Séminaires
Journées à Thèmes**
www.hotelleriekouros.fr



Zac les Défens, impasse
Les Roitelets CUERS
hotelleriekouros@gmail.com

Réservation
au Tél. +33(0)4 94 66 69 25



Un Vignoble Typiquement Provençal

Pignans : Avenue Saint-Roch
du mardi au samedi
9h-12h/14h-17h45
Tél : 04 94 41 42 11

Visite de la Cave
Sur rendez-vous



www.terresaileesdegonfaron.com

Gonfaron : 25 route de Pignans
du lundi au samedi 9h-12h/14h-18h
dimanche et jours fériés 9h-12h
Tél : 04 94 59 63 72

GONFARON



- La Chapelle Saint Quinis,
 - La Chapelle Saint-Sépulcre
 - La Tour de l'Horloge
 - La Fresque de l'âne volant 'église du XIXème
 - Le Sanctuaire Notre-Dame-des-Anges à 768 mètres d'altitude
- Réputé pour la qualité de son Vin**

Mairie de Gonfaron
www.mairie-gonfaron.fr

LE LUC



- L'ancien château de Vintimille (XVIII siècle)
- le Musée Historique du Centre Var qui présente une collection hétéroclite, de différentes œuvres et objets relatifs à l'histoire -
- La tour hexagonale, Notre Dame de Nazareth
- La Chapelle St Antoine

Domaines viticoles
Découvrez leurs vins et adresses gourmandes !

Office de Tourisme
www.coeurduvartourisme.com

BESSE-SUR-ISSOLE



Très jolie petite commune, ce village médiéval avec de vieilles ruelles, ses 7 fontaines, ses monuments du XVIIème et XVIIIème, le Belfroi surmonté de son campanile son petit lac naturel -Le prieuré Saint Pierre de Besse Beaucoup de charme

Adresses gourmandes
Domaines viticoles...

Office de Tourisme
Tél : 04 89 26 03 80



Ouvert du lundi au vendredi
de 9h à 12h et de 14h à 18h

En saison estivale
ouvert le samedi

Château La Mascaronne

Un vignoble Unique et Préservé

Michel Reygier

Visites & Dégustations

toute l'année

Des Vins de Caractère



« Différentes
Expériences »



RN7 - La Mascaronne
83340 LE LUC

www.chateau-lamascaronne.com

Tél : 04 94 39 45 40



Restaurant LA BASTIDASSE

1 Place Gambetta - GONFARON

Tél : 04 94 78 56 97 - 06 22 50 00 65 - Direction : Joss



Carte à partir de 19€

Menu enfant 12€

Quelques Suggestions

Feta rôtie miel et sésame

Dorade royale sauce
vierge- Pavé de saumon

rôti, citron confit-
Linguine de Gambas ail
et persil- Côte de

cochon grillée-Suprême
de poulet Thym

Des Gourmandises...

Restauration rapide

Cuisine

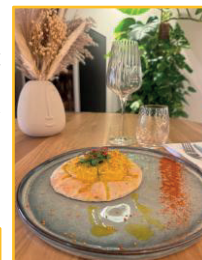
Méditerranéenne

Purée de Pois Chiches au Tahini

Videz 1 boîte de pois chiches dans un saladier après avoir prélevé 5 cl de jus. Ajoutez de l'eau sur les pois chiches dans le saladier, puis frottez-les entre vos mains pour enlever les peaux. Épluchez l'ail et pressez le jus de citron mixez les pois chiches avec l'ail, le jus de citron, le tahini et de l'huile d'olive, assaisonnez.

Déposez le houmous dans un bol et garnissez de graines de cumin, de paprika en poudre et de persil frais ciselé.

Accompagné de pita chaude et grillée.



Ouvert
Du mardi
au
dimanche
12h-14h
& le jeudi
et samedi
19h22h

Repas de Groupe

Tous
règlements





Restaurant LA REMISE



4 avenue de la Libération
BESSE-SUR-ISSOLE

Tél : 04 94 59 66 93

restaurantlaremise@gmx.fr



Le midi : Formule à 25€

(entrée + plat+ dessert)

Formule à 22€ (entrée + plat

ou plat +dessert)

Plat du jour 17€

Quelques Suggestions

- Cannelloni d'aubergine, ricotta
- Pavé d'espadon de ligne grillé
- Homard grillé entier
- Tagliatta de bœuf grillé
- Echine de cochon confit à la bière ambrée-Filet de veau façon Wellington-Côte de bœuf

Pour les gourmands

Soupe de fraises de Provence au basilic -Roulé cacao façon forêt noire

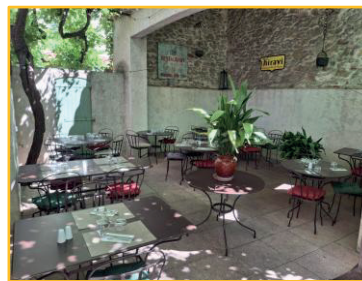
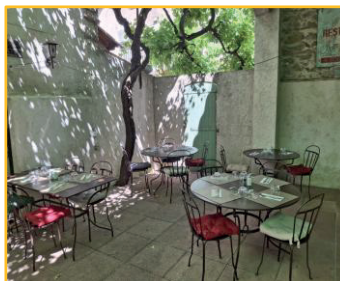
Moules de Tamaris gratinées au beurre persillé

Préparer le beurre aromatisé : Mélanger du beurre mou avec ail, persil, poudre d'amandes, les 4 épices, sel et poivre. Ajouter de la chapelure pour un gratin plus croustillant.

Garnir les moules. Disposer les moules sur une plaque et déposer une noisette de beurre aromatisé sur chacune.

Gratiner en passant sous le gril du four 5 à 7 minutes, jusqu'à ce que le dessus soit doré.

Une cuisine généreuse, faite maison !



Ouvert

Midi et

Soir toute
l'année sauf
Dimanche

soir et

Lundi

En saison

Ouvert

Dimanche
soir



Chèque





**Authenticité, saveurs
et découvertes sont
au rendez-vous !!!**

Menu midi : 20€
(plat-dessert)

Menu du marché : 35€
(entrée-plate-dessert)

Cave Viandes maturées

Spécialités d'abats
Daube Joue de bœuf
provençale
Ris de veau aux morilles
Cuisine du marché selon
saison

Pour les gourmands

Pavlova maison aux fruits de
saison et bien d'autres...



LA PIECE DE BOEUF

Quartier Taurelle- Le Cannet -des-Maures

Tél : 04 94 60 80 00



Email : rivals.restauration@orange.fr



Beignets de fleurs de courgettes farcies

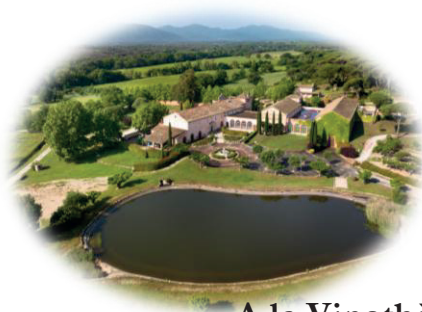
Mettez 4c de farine dans une jatte, versez 10 cl d'eau froide en remuant au fouet, puis ajoutez 1 blanc d'œuf du sel-Réservez au frais 1h. Préparez la farce : Hachez 6 brins de persil, 4 de basilic, 3c de pignons et 4 anchois égouttés. Ajoutez 125g de ricotta, un filet huile d'olive, salez et poivrez. Mixez par à-coups pendant 2s. Ecartez les pétales des fleurs de courgettes, retirez les pistils, puis remplissez chacune avec 1c. à café de farce. Au dernier moment, faites chauffer l'huile de friture. Badigeonnez les fleurs de pâte à beignet avec un pinceau et faites-les frire trois par trois. Déposez les beignets sur du papier absorbant et servez sans attendre.

Ouverture
Toute
l'année
midi et
soir sauf
dimanche
et lundi



Salle de réunion, séminaires, repas d'affaire





A la Vinothèque, chaque millésime est présenté aux côtés
de produits du terroir : vins, huile d'olive et miel dialoguent.

Dégustations, conseils, découverte du domaine.

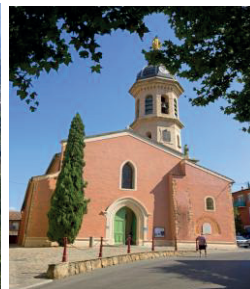
*Au cœur de la plaine
des Maures, le Château
Saint Julien d'Aille
s'étend entre vignes,
oliviers et nature
préservée. Un domaine
vivant, rythmé par la
Lumière et les saisons.*



*Un cadre élégant,
ouvert sur les
vignes pour
accueillir vos
moments privés
ou professionnels*

Route de Saint Tropez – 5480 RD 48 - 83550 VIDAUBAN – Tél : 04 94 73 89 31- saintjuliendaille.com
Horaires : Du lundi au samedi 10h–13h / 14h–17h30 — Dimanches ouverts selon dates communiquées

Douceur de vivre à VIDAUBAN



Entouré par les vignes et par les collines couvertes de pins, Vidauban est une petite ville pittoresque située dans la plaine des Maures. Elle est réputée pour ses vignobles. Une ville traversée par la rivière d'Argens et la rivière de l'Aille !

- Dans la vieille ville
- Le centre historique
 - Les Lavoirs
 - Les sept fours à poix
 - L'église St-Jean Baptiste
 - La chapelle Sainte Brigitte
 - La place Clemenceau et ses fontaines
 - Les Marchés provençaux
 - Une base nautique
 - Son parc aquatique...

**Des Restaurants et
Des Vignerons
passionnés avec leurs
vins exceptionnels !**

Office de Tourisme
56 av Prés Wilson
Vidauban
Tél : 04 94 73 10 28
www.mairie-vidauban.fr

OUVERT du Lundi au Samedi

10h-12h30 / 14h-18h (19h en été)

**BALADE
DANS LES
VIGNES**



**VISITE
DES CHAIS**



**SOIREES
APÉRO'JALE**



**DÉGUSTATION
DES VINS**



**RENCONTRE AVEC
LES VIGNERONS**

**FRANCE
PASSION**



domjale@yahoo.fr / +33 (0)4 94 73 51 50 / D48 Rte de St Tropez - Chemin des Fenouils 83550 VIDAUBAN

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération.



Carte et Formules à partir de 17,90€

Menu enfant 12€

Quelques Suggestions

Tarte feuilletée aux asperges
Choux farcis- Tagliatelles au
deux saumons- Tagliata de
Bœuf- Navarin d'agneau
printanier-

Burger la Canopée-

Des Gourmandises...

-Tarte au chocolat
- Cœur coulant cassis ...
(et bien d'autres)

**Une carte qui change
régulièrement en
fonction du marché !**



Restaurant/Bar/Lounge

LA CANOPEE



ZC Louis Bonali VIDAUBAN -Tél : 04 94 85



NAVARIN D'AGNEAU (POUR 4 PERS)

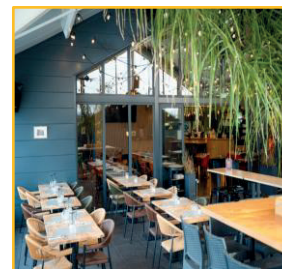
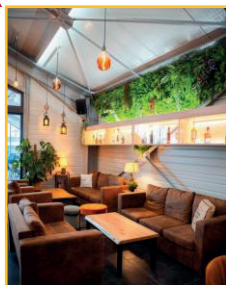
Faire revenir l'agneau dans une sauteuse dans 2c huile d'olive.

Ajouter des épices couscous, sel, de l'ail écrasé et le concentré de tomates. Retirez la viande et faire dorer 1cc de farine dans le jus puis ajouter 1/2 de bouillon de bœuf. Rajouter la viande et le bouquet garni. Cuire à feu doux 3/4 h dans une cocotte.

Faire dorer 8 petites carottes et 2 navets coupés avec 2oignons dans 1c d'huile d'olive. Rajouter le tout à la viande- Déglacer la sauteuse et remettre ce jus dans le plat de cuisson.

Juste pour couvrir les légumes et la viande. Cuire à feu doux pendant 1/2 heure. Rajouter les pommes de terre coupées en deux si nécessaire. Rectifiez l'assaisonnement.

Au bout de 3/4 d'heure, dégraisser la sauce et servir avec un hachis de persil frais.



Ouvert

Midi et soir
du lundi au
samedi sauf
dimanche
soir

**Repas de
Groupe**

Tous
règlements
sauf chèque



Prix moyen 18€

**Quelques
Suggestions**

Beignets de fleurs de courgettes- Tripes à la provençale -L'ailoli –

Foie de veau en persillade- Poisson frais selon arrivage- Tartare de bœuf...Risotto printanier...et autres

Pour les gourmands
La caillette maison et les petite pains maison

Restaurant A L'ESSENTIEL
1 place du marché- centre-ville
DRAGUIGNAN - Tél : 04 83 73 46 49
Lesfumoirsdeprovence@gmail.com



Beignets de fleurs de courgettes avec son aïoli

Pâte beignets : Mélanger 200 g de farine avec 3 œufs. - Ajouter progressivement 33 cl d'eau gazeuse bien froide pour obtenir une pâte lisse. Laisser reposer 15 minutes. Tremper les **fleurs de courgettes** dans la pâte et les frire dans une huile chaude jusqu'à coloration dorée. A | oli: Mixer 3 jaunes d'œufs, 20 g de pomme de terre cuite, et 1 tête d'ail violet **dégermée**. Monter comme une mayonnaise en versant un filet d'**huile d'olive** jusqu'à obtenir une texture ferme. Assaisonner selon votre goût. Bonne dégustation !



**Nous proposons une cuisine
maison traditionnelle et de
saison avec une ardoise
différente toutes les semaines.**

Ben en cuisine et Dali en salle

**Les
Ouvertures
Mar-Jeu
12h-14h
Ven-Sam
12h-14h
19h-22h
Fermé
Dim/Lun**



LE CANNET-DES-MAURES

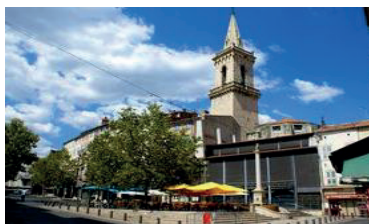


Le Vieux-Cagnet surplombe la ville moderne. Cet ancien village fortifié avec l'Eglise St Michel, de jolies ruelles et des restes de fortification. La ville moderne possède un large passé industriel. Au sud le lac des Esparcets de 11ha.

De bons restaurants et des domaines Viticoles

Office de Tourisme
www.Lecagnetdesmaures.com

DRAGUIGNAN



La ville de Draguignan avec ses façades du XVème au XVIIIème mérite vraiment de s'y promener. Le centre-ville et sa zone piétonnière. De superbes monuments comme l'Eglise Notre-Dame-Du-Peuple- L'Eglise Saint-Michel-La Chapelle de l'Observance...

Restaurants et Domaines Viticoles

Office de Tourisme
www.tourisme.dracenie.com

AIGUINES



Ce village perché est situé au pied du Grand Margès, surplombe le lac de Sainte Croix et domine l'accès aux gorges du Verdon.

Des ruelles pavées, des maisons en pierre en font un des plus beaux villages du Var. Le château d'Aiguines La chapelle St Pierre et les vestiges de son ancienne tour de guet.

Restaurants
www.lacs-gorges-verdon.fr

A EMPORTER /SUR PLACE
Tous les jours 7j/7 de 11h à 14h30 - 18h à 22h30

LE ROYAL

Poulet
Poulet Frit
Frites Gaufres



Boissons
Burgers
Tenders



LIVRAISON



04 22 54 03 00



34 rue de la République - Centre Hermès
DRAGUIGNAN <https://leroyaldraguignan.com>





HOTEL*** RESTAURANT
GRAND CANYON
DU VERDON

**Menu à 34€-Plat du jour
à partir de 19€**

Quelques Suggestions

- Soupe au pistou
- Saumon à la provençale
- Gambas à la provençale
- Ecrevisse à l'armoricaine
- Faux filet maître d'hôtel
 - Pavé d'agneau aux senteurs de Provence
- Foie Gras et Terrine maison

Pour les gourmands

- Tarte Tatin-Glaces ...



AUBERGE DES CAVALIERS

Falaise des cavaliers RD71 – AIGUINES

Tél : 04 94 76 91 31 – hotel.gd.canyon.verdon@wanadoo.fr

www.hotel-canyon-verdon.com

Truite aux amandes

Saler et poivrer les truites. Passez les dans du lait puis dans de la farine. Chauffer de l'huile + un peu de beurre dans une poêle et cuire les truites 5mn par face. Réserver dans un plat chaud. Eliminer la graisse de la poêle et ajouter du beurre. Faites blondir 2mn des amandes sans cesser de remuer. Verser le tout sur les truites avec citron et persil.

Accompagner avec des pommes vapeur.

Un lieu Magique !



Du 15 avril
au 30
septembre
Ouvert tous
les jours midi
et soir
12h00/14h00
19h00/21h00
Tous
règlements



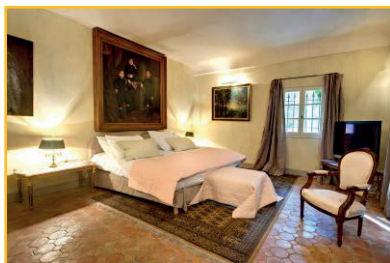
Dans un cadre élégant et chaleureux

CHEZ BRUNO

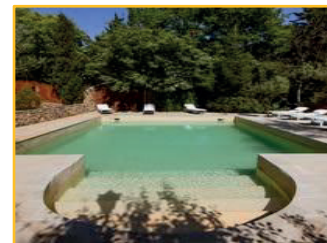
Restaurant gastronomique...Chambres d'hôtes... service traiteur



Pommes de
terre aux Truffes



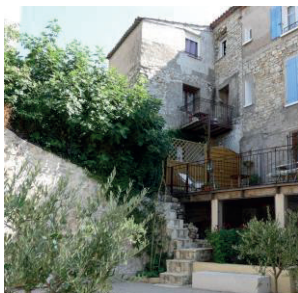
Chez Bruno maison familiale
réputée pour sa cuisine
autour de la truffe, avec
quelques chambres de
charme.



2350 route des arcs- Le Plan Campagne Mariette
LORGUES Tél : 0033 (0)4 94 85 93 93 restaurantbruno.com



Ancienne cité Templière LORGUES



12 rue du 8 Mai
Tél : 04 94 73 92 37

www.tourisme.dracenie.com

De belles Randonnées

- Son centre Médiéval
- La Collégiale Saint Martin
- Saint Ferréol et son musée d'Art Sacré
- Chapelle de St Ferréol
- Chapelle Notre dame De Ben Va
- La Tour de l'Horloge
- Des fontaines, des lavoirs...
- Des vestiges d'anciens moulins à huile

Restaurants et Adresses Gourmandes Dégustation de vins...

Carole à
l'office de
Tourisme





« Recette de Julien chef restaurateur à Lorgues »

Tartelette au café et mousse de lait

Mousse de lait (à préparer la veille)

750 g lait entier- 400 g crème 35 %- 50 g sucre -3 g pectine NH (mélangée à un peu de sucre). Chauffer lait + crème. Ajouter sucre + pectine en fouettant. Porter à ébullition 1 min. Refroidir, verser dans un siphon, ajouter 1 cartouche.

Crèmeux café

350 g crème- 300 g lait- 5 g fleur de sel- 15 g café soluble- 100 g grains de café- 100 g jaunes d'œufs- 175 g cassonade- 300 g chocolat au lait- 200 g beurre

Préparation :

Chauffer crème + lait + sel + café soluble. Ajouter les grains de café, porter à ébullition, couvrir et infuser 10 min. Filtrer et mélanger jaunes + cassonade, puis verser le liquide chaud dessus. Cuire comme une crème anglaise. Verser sur le chocolat au lait, attendre 5 min, mixer et ajouter le beurre. Mixer à nouveau et réserver au froid. Garnir un fond de tarte sablé avec le crèmeux café.

Au moment de servir, ajouter la mousse de lait au siphon.

Bonne dégustation Julien



Ouvert du Mardi au Samedi
et le Dimanche midi

Située au cœur de Lorgues, à côté de la Fontaine de La noix, La Table de Pôl vous accueille dans une ambiance chaleureuse autour d'une cuisine de saison. Le chef et son équipe y proposent des plats généreux et raffinés, travaillés à partir de produits sélectionnés avec soin auprès de producteurs locaux. Reconnue par le Guide Michelin, Gault & Millau et le Collège Culinaire de France, la maison cultive l'exigence sans jamais perdre sa convivialité. En salle comme en cuisine, l'équipe met tout en œuvre pour offrir une expérience sincère, attentive et gourmande. Une adresse lorguaise où l'on vient partager un beau moment, en famille, entre amis ou à deux."

18 Bd Georges Clemenceau, Lorgues - Téléphone : 04.94.47.08.41
contact@latabledepol.fr - <https://latabledepol.fr/>

Restaurant La Voûte



Le bonheur est dans la cuisine !

*« La gastronomie est l'art de
créer du bonheur » et pour
Matthew une belle histoire
d'amour !*

24 rue Droite LORGUES 04 89 53 23 31-06 44 81 21 44
Stephanielavoutelorgues.com





**Plat du jour du lundi
au samedi 9,90€**

Menu avec 2 plats :19€

Menu avec 3 plats :23€

**Quelques
suggestions**

Assiette de la Voûte :

Foie gras, Tourte de
Veau et Porc, jambon
cru, canard fumé,
brioche

Assiette de la mer :

Saumon fumé,
crabe, crevette,
Calamars, brioche,
concombre...



Restaurant LA VOÛTE

Stéphanie et Mathew- En cuisine : Mathew

24 rue Droite-centre-ville LORGUES

Tél : 04 89 53 23 31 - 06 44 81 21 44



Filet de Porc en Croûte avec farce au foie gras

1 filet mignon-/2 boîte de foie gras-1 pâte feuilletée

Faire dorer à la poêle le filet des 2 côtés. Réserver pour qu'il refroidisse. Saler, poivrer et déposer le sur la pâte feuilletée.

Disposer des tranches de foie gras (pas trop épaisse) sur le filet et refermer la pâte. Enfourner 20 à 25mn à 210° (th.7). Servir avec une purée, quelques légumes de saison et une tranche de lard grillée. Décorez suivant votre imagination

**Une Cuisine maison avec des
produits frais et locaux aux
saveurs étonnantes !**



Pour les Gourmands

- Gâteau opéra avec liqueur
- Crumble aux pommes et rhubarbe...

Hors saison :
fermé lundi,
mercredi et
dimanche
soir De juin
à septembre
ouvert 7j/7

**Réservation
conseillée**



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé A consommer avec modération

CAVE COOPERATIVE *La Lorguaise*

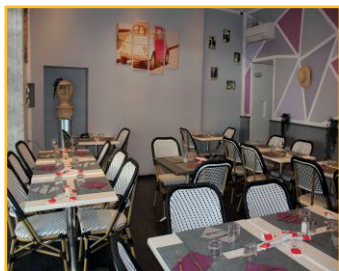


contact@vignoblesdelorgues
www.lesvignoblesdelorgues.com
Tél : 04 94 73 70 10



Ouvert du lundi au samedi
09h00 • 12h00 et 14h00 • 18h00
35 avenue Quatre Pierres
83510 Lorgues





Restaurant-Pizzeria ITALIANO

LA CASA DEL GUSTO 2

3/5 bd Georges Clemenceau LORGUES



Des plats 100% Italiens

**Pâtes, pizzas et
desserts faits maison !**

Des maxi Salade à partir
de 16€ et formules 17€90
Fruits de mer-Filet de merlu à
la pizzaiola Saucisse Italienne
Carpaccio...et autres
spécialités du chef !

Lasagnes à la bolognaise

Préchauffez le four à 180°C- Dans un plat, étalez une fine
couche de béchamel puis une couche de sauce bolognaise.
Ajoutez un peu de parmesan et quelques feuilles de basilic.
Couvrez de feuilles de lasagnes. Répétez l'opération 5 fois :
béchamel → bolognaise → parmesan/basilic → lasagnes.
Terminez par béchamel + parmesan. Enfournez 20 minutes
à 180°- S'accompagne généralement de pâtes.

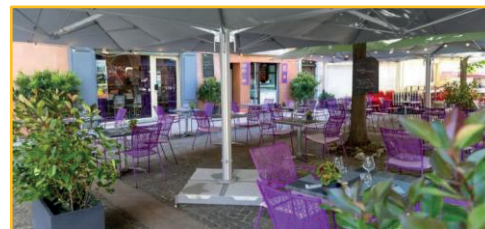
**Vous trouverez à la Casa Del Gusto de la sauce
bolognaise avec de la viande de veau
faite par le chef !!!**

Sur place ou à emporter Tél : 04 94 68 79 40

**Ouvert en
saison 7j/7
de 9h à 23h**

Hors saison
du mardi au
samedi
9h/22h

Tous
réglements
sauf chèque





Quelques Suggestions A partir de 6€50

-Sushis – California- Te
maki -Maki -Printanier
Saumon Rolle Brochette
Entrées-Soupes-Riz-
Nouilles-Vermicelles -
Coquilles St Jacques,
Poissons, Calamars...
gambas, Moules...

Des Gourmandises....

Perle de coco-Nougat...

**SUR PLACE - A LIVRER
A EMPORTER**



Restaurant SUSHI & WOK 2

Direction et en Cuisine : M. Tran
2 rue Vieille Commune- 83510

Bo Bun Nem

Par pers : 2 Nem (porc) 60g de Vermicelle de riz-1/2
Carotte-70g de Concombre-10 Cacahuètes-1cs Sauce
soja-1càc Huile de sésame- Quelques feuilles de menthe
Dans de l'eau salée faites cuire les vermicelles de riz-
Egouttez et réservez.

Coupez les carottes, les concombres en bâtonnets fins-
Hachez grossièrement les cacahuètes-

Préparez la sauce : Soja + Huile de sésame

Dans une assiette creuse servez les vermicelles de riz
avec les carottes, les concombres et les nems. Parsemez
de cacahuètes puis versez la sauce par-dessus. Ajouter
quelques feuilles de menthe.



Ouvert 6j/7
Midi et soir
12h-14h30
et 18h30-
22h30

Réservation
conseillée

**Tous
règlements
acceptés
(sauf chèque)**

Un grand choix de spécialités Vietnamienne & Japonaise

Passez vos commandes ou
Réservez au 06 42 86 10 50
ou 09 51 78 49 90





Menu du jour à 22€
(2 plats) et 27€ (3 plats)
Pizza du jour 14€...

Quelques Suggestions

-Pâtes fraîches,
Gnocchis, Tagliatelles,
Conchiglies, Pennes
(fabrication maison)
Osso Bucco

**Grand choix de pizzas
planche fromages
ou charcuterie**



Restaurant La Main à la Pâte

Direction : Pasquier Jérémy- Chef : Jérémy
1 rue vieille commune (centre-ville)
LORGUES Tél. 04 94 73 73 73



Brouillade aux Truffes

6 oeufs-30g beurre doux-2c à soupe crème fraîche épaisse-
sel et poivre- Battez les œufs légèrement à la fourchette. Sel
et poivre - Coupez le beurre en petits dés-Faites chauffer
doucement la casserole sur feu très doux- Ajoutez le beurre
et laissez-le fondre sans colorer. Versez les œufs battus dans
la casserole et mélangez-Remuez doucement jusqu'à ce que
la brouillade épaississe et devienne crémeuse- Incorporez la
crème fraîche- Dressez la brouillade

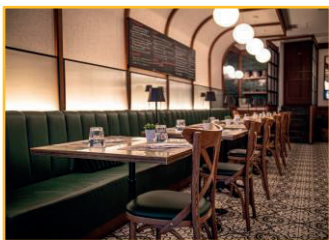
et Râpez la truffe dessus



Ouvert de 12h
à 13h30 sauf
samedi et
dimanche 19h
à 21h30 sauf
mercredi et
jeudi
(Les horaires
peuvent
changer)



www.lamainalapate-lorgues.fr



Bar-Restaurant LE GRILLON

11 boulevard de la République
LORGUES Tél. 06 31 85 55 97



Gauthier et Joshua

Plat du jour 16€

Plat + dessert +

1 verre de vin 25€

Menu enfant 12€

Quelques suggestions

(qui changent chaque jour)

A Partager :

Lobster Roll- Planche
charcuterie ou mixte

-Croque à la truffe

- Burger- Pavé de Bar-
Andouillette-Tagliatelles
au pistou-Filet de bœuf
sauce poivre...

Grand choix de desserts

Cabillaud sauce passion

Trofie à la crème de poivron jaune

Faire revenir **2 oignons émincés**, déglacer avec **20 cl de vin blanc**, ajouter **1 L de fumet de poisson** et **3 fruits de la passion**. Incorporer **20 cl de crème** et laisser réduire.

Couper le **cabillaud** en tronçons, disposer sur une plaque huilée et cuire **12-15 min à 180°C**. Faire revenir **1 oignon** et **2 poivrons émincés**, déglacer au **jus de citron vert**, couvrir de **crème**, puis mixer. Cuire les **trofie** al dente. Chauffer un mélange de **beurre + crème de poivron** et finir la cuisson des pâtes dedans. Dresser : trofie au fond, cabillaud dessus, napper de sauce, ajouter **zeste de citron vert** et **ciboulette**.

Une cuisine française revisitée par le chef Gauthier



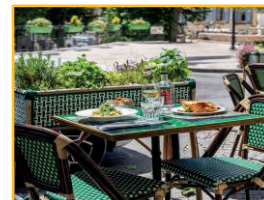
Ouvertures

: **Bar** lundi
au samedi
8h-22h

Dimanche
09h-22h

Restaurant
12h-14h et
19h-21h

Règlements
acceptés



*Une petite
pause
gourmande !*



Crêpes



Gaufres

20 Bd de la République LORGUES
Ouvert du lundi au dimanche 13h30-18h30



**Le Respect
de la Nature**



Visitez notre site
www.domaine-estello.com

Un Joyau de Provence !



DOMAINE ESTELLO



Juillet et août tous les
vendredis soirée Musicale

**Nous vous accueillerons dans un cadre magnifique au cœur de notre roseraie.
Vous pourrez découvrir des animaux tels que paons, faisans, chèvres, moutons...**



Du Mardi au Vendredi 9h30 - 12h30 / 15h18h - Samedi de 9h30 - 12h30

838 chemin de Bélinarde - 83510 Lorgues - 04 94 73 22 22



Menus à 17€ et 24€
(entrée-plat-dessert)
sauf weekend
et jours fériés

Quelques Suggestions

- Filet de poisson sauce aigre douce
- Filet de poisson au gingembre
- Brochette de crevettes
- Calamars flambés
- Marmite de canard Bœuf au Shop-Suey
- Fondue Maison
- Porc au caramel

*Spécialités Vietnamiennes,
Chinoises et Thaïlandaises*

Restaurant LE DRAGON D'OR

7 rond-point de la Libération- Lorgues



04 94 73 79 82 - 06 10 48 85 97

Direction : M. Van Hoang Nguyen



FILET DE POISSON au lait de coco et Gingembre

500 g de filets de poisson -1 boîte de lait de coco-2 cuillères à soupe de pâte de curry rouge-1 oignon émincé- 2 gousses d'ail émincées-1 morceau de gingembre frais râpé -Poivron rouge coupé en lamelles-1 carotte en rondelles-sel et poivre.

Couper les filets de poisson en morceaux. Faites revenir dans une casserole avec un peu d'huile, oignon, l'ail et le gingembre râpé jusqu'à ce que les légumes soient tendres. Ajoutez ensuite la pâte de curry rouge et mélangez bien avec les légumes. Versez le lait de coco et remuez. Ajoutez le poivron rouge et les rondelles de carotte. Sel et poivre selon votre goût. Laissez mijoter le curry à feu doux 10 minutes. Ajoutez les morceaux de poisson et laissez cuire pendant encore 5 minutes,

**Toute l'authenticité
de l'Asie !**

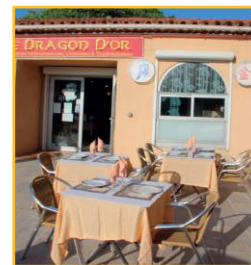
Les Gourmandises

- Beignets au choix
- Nougatines ...



Ouvert tous
les jours
midi et soir
sauf le
mercredi

**Sur place
A emporter
(Vente en
portion)**





Tristan Joly



*Des petits producteurs,
des produits d'épicerie fine,
de la charcuterie et du vin.*

Passionné par son métier



**LA FROMAGERIE
DE LORGUES**

par Tristan Joly

*Qualité et
savoir-faire*

150 références de fromages

L'Authenticité

www.fromagerie-lorgues.fr/

Du Mardi au Samedi de 9h30
à 13h et de 15h30 à 19h

Le Dimanche de 9h30 à 13h.

2 rue de la Trinité



*Sa cave
d'affinage*

A EMPORTER /SUR PLACE

Tous les jours 7j/7 de 11h à 14h30 - 18h à 22h30

Poulet
Poulet Frit
Frites Gaufres

LE ROYAL



Boissons
Burgers
Tenders



LIVRAISON



04 89 53 56 61



20 place d'Entrechaux LORGUES



Nos Coopérateurs
Viticulteurs façonnent
avec passion les vins qui
subliment vos repas et
illuminent vos moments
de fête en famille. »

Les CAVES DE L'AMIRAL

— *Entrecasteaux* —



Côtes de Provence

APPELATION D'ORIGINE
PROTEGEE

Vente Au Caveau
-
Plusieurs médailles
d'or



Route de Saint Antonin Quartier des prés 83570 Entrecasteaux Tél : 04 94 04 42 68

www.cave-amiral.fr Ouverture : Eté 9h00/12h00-15h00/18h45 - Hivers 9h00/12h00 14h00/17h45

ENTRECASTEAUX



Entouré de collines
boisées... Lac, Rivière...

- Lieux, Monuments,
Patrimoine à découvrir !
- Visiter son magnifique
château et son jardin à la
Française-Le Pont St
Pierre-Les Fontaines
- La Tour de l'Horloge
- Les Eglises et Chapelles

Des Vins Exceptionnels

Mairie

www.entrecasteaux.fr

ROCBARON



Au milieu des collines de
l'arrière-pays, ce petit
village est entouré de
forêts de pins, de chênes
verts et de châtaigniers

De merveilleuses
promenades

- Eglise St Sauveur
- Ruine du château
St Sauveur XIIe siècle
- Fontaine romane de la
Fardelle

Nos vins de Provence

Mairie

www.mairie-rocbaron.fr

BRIGNOLES



Visitez le centre
historique de la cité des
Comtes de Provence
avec ses rues
commerçantes

- Le Golf de Barbaroux
- Abbaye de la Celle
- Le Musée des arts et
traditions populaires
- L'Eglise Sainr Sauveur
- La Chapelle des
Augustins

Adresses gourmandes

Office de Tourisme

www.la-provence-verte.net

LA MOTTE



Traversé par la rivière la Nartuby...une petite ville avec beaucoup de charme.

- Des Artisans, créateurs
- Le musée de l'histoire, ancien moulin à huile
- L'Eglise ...

De nombreuses fontaines

**De très bons
Restaurants
Des Vins AOC réputés.**

Office de Tourisme
www.ville-lamotte.com

POURRIERES



Lac, Rivière, site naturel

De belles randonnées

- L'Eglise St Trophime
- La Chapelle St Andéol
- Le Rocher fortifié
- « Le Pain de Munition »

vestige d'un Oppidum

**Des Restaurants, et
des vignobles qui
profite d'un terroir
unique !**

Mairie
<https://pourrieres.net>

TOURVES



La rivière

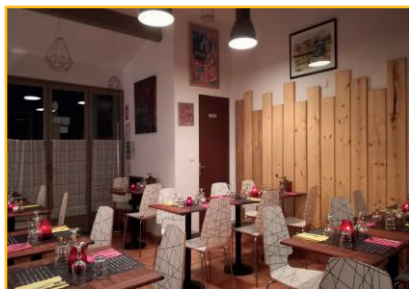
Caramy traverse la commune en se fauflant dans des gorges remarquables accessibles au canal de Provence.

Lac, rivière, site naturel...ses grottes...ses sentiers...

- Le Musée des Gueules Rouges...

**Adresses gourmandes
Domaines viticoles**

Hôtel-de-Ville
www.tourves.fr



Des Formules

Entrée + plat +dessert 29€90

Entrée +plat ou

Plat +dessert 24€90

A la carte prix moyen 25€

Quelques Suggestions suivant marché du jour

Ravioles de foie gras épinard,
crème de volaille -Tartare de
Bonite...-Filet de lieu jaune-
Ris de veau rôti, jus au figatelli
-Epaule d'agneau confite au
miel -Crème de fèves, œuf
parfait, huile d'olive

**Des desserts inventifs à ravir
tous les gourmands !**

Restaurant La Bohème
La Table d'Emilien !
23 boulevard André Bouis
Tél : 04 94 70 54 22 LA MOTTE



Tarte sucrée aux blettes

Mettre les raisins à tremper dans l'eau de vie. Lavez les blettes et ne gardez que les feuilles. Emincez les feuilles finement et rincez-les plusieurs fois. Egouttez-les. Dans un saladier, battez les œufs avec la cassonade, puis versez les raisins, l'eau de vie et les pignons. Mélangez et ajoutez les blettes.

Préchauffez le four à 200°C. Epluchez et coupez en lamelles les pommes d'environ. Déroulez une pâte dans un moule à tarte et versez la garniture aux blettes.

Déposez les pommes sur les blettes. Déroulez une pâte dans un moule à tarte et versez la garniture aux blettes



**Ouvert
Le midi**

tous les

Jours

Ouvert

Le soir

Judi,

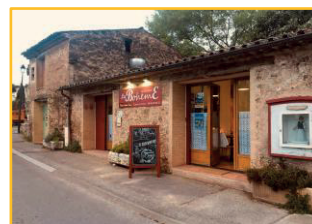
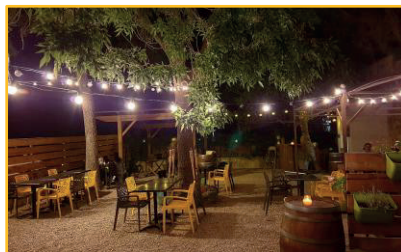
Vendredi

Samedi

Dimanche



Chèque



Centre-ville LA MOTTE

DOMAINE LA SIMILIENNE - LES 2 SAINTES



Vente directe au Domaine



Nos Vins AOP
Côtes de Provence



Des Bons Produits
Locaux et du Terroir

L'abus d'alcool est mauvais pour la santé- A consommer avec modération

Chemin de Barielle - POURRIERES Tél : 04 22 04 00 40 - 06 08 21 54



88 similienne@orange.fr - www.lasimilienne.com



Domaine le Billardier



Terre d'événements et de festivités

Location de Salles
Repas de Groupe

Entreprises
Spectacles
Mariage

A TOURVES

Contact : 04 94 78 79 07

domainelebillardier@gmail.com



Notre
site



www.Domainelebillardier.com

*Entre Sainte Victoire et Mont Auréliens
Les Vignerons de Pourrières vous
dévoilent leurs vins d'exception !*

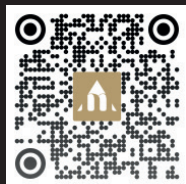


CELLIER



MARIUS CAÏUS

DEPUIS 1912



La boutique du Cellier vous accueille dans un cadre
contemporain et chaleureux du Mardi au Samedi
de 9h00 à 12h00 et de 15h30 à 19h00
47 Grand Rue-POURRIERES- Tél : 04 94 78 43 29



BARJOLS



Un village authentique avec 28 fontaines et 14 lavoirs- Les chutes du Real qui renferme les vestiges de tanneries artisanales -La collégiale, un bel édifice religieux qui date du Xième siècle -Le marché des brocanteurs à la sortie du village -Le Vallon Roubaud.....

Restaurants...

Office de Tourisme

04 94 77 20 01

VILLECROZE



Le site de la commanderie des Templiers du Ruou. Les grottes et les cascades du parc-Les concerts dans la chapelle Saint Victor-Les 7 fontaines. Ce village médiéval aux ruelles étroites, les arcades, la cour de l'horloge et l'ancien donjon qui jouxte le château. De belles randonnées !

Restaurants ...

Mairie

www.mairie-villecroze.fr

CARCES



Cette ancienne cité médiéval est connue pour son lac. De belles randonnées pédestres

-On y pêche brochets, écrevisse, truite de rivière

-Le Jas de la Rimade, galerie d'art contemporain

-De nombreux artisans
-Son marché très réputé

Adresses gourmandes

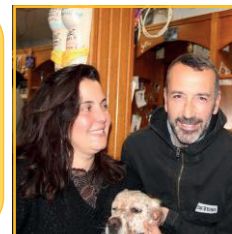
Domaines viticole

Office de Tourisme

la-provence-verte.net



CAFE DE L'EUROPE
Café-Brasserie-Glacier
Boulevard Grisolle-centre vile
Barjols – Tél : 04 94 77 00 33



Différentes formules

à partir de 17€

Des salades complètes

Viandes à partir de 18€

Bavette- Entrecôte-Daube
-et même les desserts sont
faits maison

**Des plats copieux pour
cette cuisine familiale !**

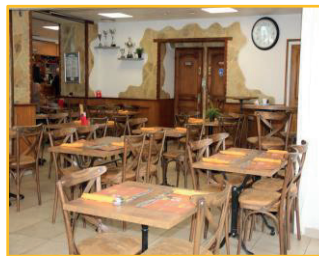
Alouette de bœuf

La sauce : émincer des oignons et les rissoler dans de l'huile d'olive. Ajouter des tomates pelées, de l'ail, du vin blanc et 1 bouquet garni. Cuire à l'étouffée 20mn puis incorporer quelques rondelles de carottes et de céleri branche. Ensuite : Aplatir des tranches de bœuf et déposer au centre un carré de poitrine+persil+un peu d'ail. Rouler la tranche de steak et l'attacher avec de la ficelle. Lorsque la sauce est prête, incorporer la viande et laissez mijoter 20mn.

**En saison
ouvert 7j/7
midi et soir**
Hors saison
le midi

Accepte
tous
règlements

**Hamburger pour une
petite faim**

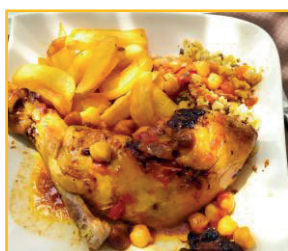




Cuisine traditionnelle

Formules à partir de 18€50

qui change tous les jours
Divers salades-Aïoli-Dos de colin citronnée-Moules à la crème-Blanquette de veau à l'ancienne-Pintadeau rôti-Tartare charolais-Rôti de porc à la crème d'ail-Grillade du chef...



Restaurant/Crêperie Leï Cigales

12 place de l'Eglise - D 557

VILLECROZE -

Tél : 04 89 53 02 88 -06 20 78 92 53

Baba au Rhum

Dans un saladier mélanger 3 jaunes d'œuf avec 120g de sucre. Faire blanchir puis faire fondre 3c à soupe de lait avec 50g de beurre. Mélanger le tout et ajouter 120g de farine et 1 sachet de levure chimique. Ajouter ensuite les blancs d'œufs montés en neige et enfourner 25mn au four à 170°. Pendant ce temps préparer un sirop avec 500ml d'eau, 350g de sucre et 200ml de rhum ambré. Démouler aussitôt sorti du four et arroser le gâteau avec le sirop tiède.

Très grand choix de galettes de sarrasin et crêpes



Didier et Marilyne
en cuisine



Ouvert
toute
l'année le
midi
Fermeture
le jeudi



www.lei-cigales.fr

- Vins de Provence
- Épicerie fine
- Dégustation
- Idées cadeaux

KSOL

VIGNERONS EN PROVENCE



Boutique Carcès

64 Avenue ferrandin Carcès 83570 Tél: 04.94.04.50.04

 <https://www.hameaudecarces.com/>

Boutique Cotignac

1 Rue Arnoux borghino 83570 Cotignac Tél: 04.94.04.60.04

"L'abus d'alcool est dangereux pour la santé - consommer avec modération"



LA MEILLEURE IMPRESSION DU SUD
COMMENCE PAR UN ÉCHANGE.

ZI Delta Industrie
57, Montée de Saint-Menet
13011 MARSEILLE

04 91 87 80 80
contact@caractere-imprimeur.com
www.caractere-imprimeur.com

COCKTAILS AVEC VIN

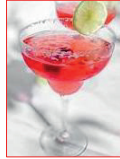
Qu'il soit rouge, blanc ou rosé, choisissez un vin que vous aimez !

Bananier

½ banane mûre-4 cl de jus
d'ananas- 4cl de vin blanc
sec-1c de sucre- 1 tranche
d'ananas

Dans un mixer, mélanger
bien ½ banane, le jus
d'ananas, le vin blanc sec et
le sucre. Versez sur de la
glace pilée et décorez avec
la tranche d'ananas

Vin blanc frais 1l de vin
blanc-200g de sucre- 2
pamplemousses Faire
fondre le sucre dans le vin.
Laissez refroidir et ajouter
le jus des pamplemousses



Marcel

3cl de vin rosé-3 cl de
bénédictine-3cl de cognac-
Eau gazeuse- 1 tranche
d'orange- 1 écorce de
concombre- Cerises à l'eau
de vie

Verser directement les
alcools dans un grand
verre et allonger avec l'eau
gazeuse. Décorer avec la
tranche d'orange, l'écorce
de concombre et les cerises
à l'eau de vie.



Cardinal

2 cl de crème de cassis
1 verre de vin rouge bien
corsé

Red Lay

10cl de vin rouge
2 cl de vodka

Vin chaud

1bt de vin rouge corsé
125g de sucre-1 citron- 1
orange- 1 clou de girofle-
Cannelle en poudre
Faire chauffer pendant
15mn et saupoudrez de
sucre et cannelle



A PROPOS DES VINS...

Associer les mets et les vins c'est se réserver de joyeuses surprises. Un accord réussi fera naître cette légère euphorie, inséparable des bons souvenirs.

A plats légers, vins légers, à grande cuisine, grands vins !

Dans quel ordre les consommer

*Le vin blanc sec avant le vin doux
Le vin blanc et rosé avant le vin rouge
Le vin jeune avant le vin vieux
Le vin léger avant le vin corsé*



Les vins blancs légers et croustillants se marieront mieux avec des mets délicats comme les fruits de mer ou les salades légères.

Les vins rouges jeunes et les rosés légers s'harmonisent avec les viandes rouges ou blanches, volailles, grillades et fromages au goût pas trop prononcé.

Des vins charpentés pour des préparations relevées : sauces fortes, marinades et viandes rouges épaisses



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé- A consommer avec modération

Ecoutez nos
Recettes sur



Tous les
samedis et
dimanches à
11h45



Tous les
mercredis 16h
et samedis 11h



Tous les lundis,
mardis, jeudis et
vendredis 11h35



Particulier Commandez en ligne !

Des produits de la mer d'exception !

04 83 07 31 31- www.fishandclic.fr



Côté Mer

- P.61 Filet de poisson coco et gingembre
- P.47 Truite aux amandes
- P.22 Pâtes aux Scampis à l'américaine
- P.58 Cabillaud sauce passion/Trofie...
- P.18 Poulpe croustillant, crème de poivrons
- P.20 Dos de Colin en croûte d'herbes
- P.38 Moules de Tamaris beurre persillé

Côté Terre

- P.15 Tartiflette Bretonne
- P.43 Navarin d'agneau
- P.53 Filet de porc en croûte foie gras
- P.55 Lasagnes à la bolognaise
- P.57 Brouillade aux Truffes
- P.44 Beignets de courgettes et son aioli
- P.56 Bo Bum Nem
- P.72 Alouette de Bœuf
- P.37 Purée de Pois Chiches au Tahini
- P.39 Beignets fleurs de courgette farcies

LES RECETTES

Les Desserts

- P.31 Figues de Solliès rôties au caramel d'agrumes, crème glacée vanille...
- P.67 Tarte sucrée aux blettes
- P.17 Mousse au Mascarpone et citron
- P.73 Baba au Rhum
- P.19 Brownie au chocolat
- P.50 Tartelette au café et mousse de lait



Pour votre santé, mangez au moins cinq fruits et légumes par jour – évitez de manger trop gras, trop sucré, trop salé – pratiquez une activité physique régulière –

Evitez de grignoter entre les repas.



Des produits de la mer d'exception !

Particulier Commandez en ligne !

04 83 07 31 31- www.fishandclic.fr



Tartare de saumon aux agrumes

Préparer le saumon : Couper le en petits dés réguliers pour une texture fondante.

Ajouter les agrumes : Prélever les suprêmes d'orange, les couper en petits morceaux Ajouter le zeste et le jus du citron vert.

Assaisonnement : Incorporer l'échalote, de l'huile d'olive, de l'huile de sésame, fleur de sel et le poivre.

Finaliser : Mélanger délicatement, ajouter de l'aneth ou de la coriandre, puis réserver 5 minutes au frais.

Servir : Dresser dans un cercle ou en dôme, avec quelques zestes d'agrumes en finition.



**Une bonne recette commence par
Des produits de qualité.
La fraîcheur fait toute la différence.
Le circuit court, c'est le goût assuré.**



Une Epicerie Fine Familiale et Provençale
Fabrication Artisanale sur place
2 rue Gabriel Péri – Solliès-Pont Tél : 06 74 99 41 93



Le goût
du Var, entre
Mer et Soleil.

SOUPE DE POISSONS DE ROCHE

Ingédients : 1 kg Poissons de roche (rascasse, grondin, vive, rouget...)
2 tomates bien mûres-1oignon-2 gousses ail- 1 petit verre de vin blanc
1 c. à soupe concentré de tomate- 1 feuillelaurier-1 branche thym-
1 filet huile d'olive-Sel & poivre au goût

Préparer la base : Faire revenir l'oignon émincé et l'ail dans l'huile d'olive.
Ajouter les tomates coupées et laisser compoter 5 minutes.

Ajouter les poissons (Mettre les poissons entiers (vidés), le vin blanc, le concentré de tomate, le thym et le laurier.

Cuisson : Couvrir d'eau à hauteur, saler, poivrer et laisser mijoter 25 minutes.

Mixer : Retirer les arêtes principales puis mixer grossièrement la soupe.
Filtrer et Passez au chinois pour obtenir une soupe lisse et parfumée.
Servir bien chaud avec des croûtons avec un peu de rouille dessus.



Des produits de la mer d'exception !
Particulier Commandez en ligne !
04 83 07 31 31- www.fishandclic.fr



PROFESSIONNELLS DE LA RESTAURATION

Vous recherchez des produits de la mer frais et locaux
a des prix compétitifs ?

VOTRE PARTENAIRE



MARE NOVA

Mareyeur depuis
1997 est là pour vous



**Livraison du
lundi au samedi**

MARENOVA

83136 Rocbaron

 **04 83 07 31 31**



marenova.eu





CHÂTEAU
RÉAL D'OR

DÉGUSTATIONS - BOUTIQUE
HÉBERGEMENTS - PRIVATISATIONS

*Une scène ouverte au coeur de la plaine des Maures,
où chaque expérience est un moment suspendu.
Entre art et terroir, entre goût et ressenti.*

3325 Route des Mayons - 83590 GONFARON
Tel. 04.94.60.00.56 - commercial@vignoblesfamilleplace.fr



Suivez-nous sur Instagram
[@vignobles_famille_place](https://www.instagram.com/vignobles_famille_place)

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé - Consommer avec modération

