

Thon aux petits légumes à l'huile vierge de sésame

- Thon
- Petits légumes
- **Huile vierge de sésame**

Griller une tranche de thon, poêler des cubes de légumes, finir au moment du dressage avec un filet d'huile de sésame.



Crevettes à l'huile au café

- Crevettes
- Riz
- **Huile de pépins de raisin au café**

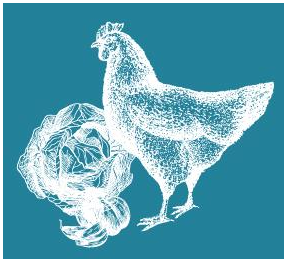
Poêler vos crevettes ou gambas, agrémenter votre riz avec un filet d'huile de café.



Foie gras au vinaigre de mangue ou coing et huile de noisette

- Tranche de foie gras mi-cuit
- Salade de mâche
- **Vinaigre de mangue ou de coing**
- **Huile de noisette**

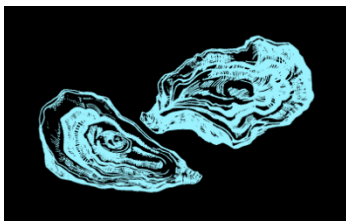
Dresser une tranche de foie gras mi-cuit sur un lit de mâche, Assaisonner la mâche avec du vinaigre de mangue ou de coing et un filet d'huile de noisette.



Volaille à l'huile vierge de noisette

- Emincé de volaille
- Chou
- **Huile vierge de noisette**

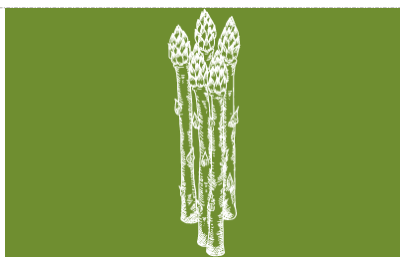
Cuire une volaille, lever le filet, émulsionner le suc de cuisson avec un petit filet d'huile de noisette, arroser votre chou fleur ou feuille de chou avec cette émulsion.



Huîtres à l'huile vierge de noix

- Huîtres
- Endives (chicons)
- **Huile vierge de noix**
- **Vinaigre de miel**

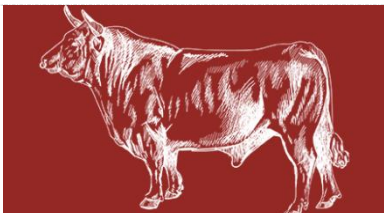
Préparer une salade d'endives avec des cerneaux de noix, assaisonnée d'une vinaigrette à base de vinaigre de miel et d'huile vierge de noix, ensuite pocher 3 huîtres par personnes dans leur jus, dresser les assiettes.



Asperges au vinaigre de citron

- Asperges
- **Huile vierge de pignon de pin ou huile d'olive**
- **Vinaigre de citron**

Préparer vos asperges vertes et blanches puis arroser d'une vinaigrette à base d'1/4 d'œuf, de vinaigre de citron et d'huile d'olive fruitée ou d'huile de pignon de pin.



Viande de bœuf à l'huile aux cèpes

- Filet de boeuf
- Pommes de terre
- **Huile aux cèpes**

Préparer un steak ou tranche de rôti, à côté faire rissoler des pommes de terre nouvelles, finir la cuisson avec un peu d'huile d'olive et cèpes, servir ensemble.



Tomates cerise à l'huile vierge de cacahuète et vinaigre de fraise

- Tomates cerise
- **Huile vierge de cacahuète**
- **Vinaigre de fraise**

En apéritif, dresser en éventail vos tomates cerises multicolores coupées en deux, arroser de quelques gouttes d'huile de cacahuète et vinaigre de fraise, saupoudrer de fleur de sel et poivre.

