

CAMEMBERT RÔTI ROMARIN & MIEL

Découvrez nos accords mets vins et toutes nos recettes
Visitez notre boutique en ligne :
www.planete-bordeaux.fr

PRATIQUE

Temps de préparation : 5 mn
Temps de cuisson : 10 mn

INGRÉDIENTS

pour 2 à 4 personnes

- 1 camembert AOP de Normandie
- quelques tiges de romarin frais du jardin
 - 1 cuillère à soupe de miel
 - du poivre aux 5 baies
 - quelques pignons de pin
 - des tartines de pain grillé
- 2 gousses d'ail pour les gourmands



*Les recettes
et les vins
de Bordeaux*

“A déguster avec un Bordeaux Rouge 2014, le Domaine de l'étalon d'Argent que l'on partage avec plaisir pour accompagner ce camembert rôti au romarin et au miel !”



L'AVIS du Dr Nicole DEVAURE, NUTRITIONNISTE

Le Camembert, à la base de cette recette, est parmi les fromages les plus consommés en France et il en est parfois l'un des symboles à l'étranger. Il est aussi une appellation d'origine protégée et une appellation d'origine contrôlée. C'est un fromage à pâte molle et croûte fleurie élaboré à partir du lait de vache. Comme beaucoup de fromage le Camembert fournit essentiellement des protéines (20%) et des lipides qui sont des acides gras saturés (16 à 22%). Il constitue une excellente source de Calcium (constituant l'essentiel des cellules osseuses) et de Phosphore, sous forme de phospholipides (indispensables à la constitution de nos cellules et au transport de l'énergie). Il contient aussi des vitamines A, B2, B3 et B12. Cependant ce fromage est assez riche en sel, pour adoucir ce plat nous y avons ajouté du miel, composé principalement de deux sucres énergétiques : le fructose et le glucose (fabriqué par les abeilles à partir du nectar des fleurs). Les propriétés essentielles du miel sont un effet prébiotique, par les bifidobactéries et les lactobacilles pour notre flore intestinale, mais aussi une source d'anti-oxydants par sa richesse en flavonoïdes. Régalons nous avec ce plat énergétique et tonique pour fortifier nos défenses en cette fin d'été. 🍷

BORDEAUX
BORDEAUX SUPERIEUR
planete-bordeaux.fr

BORDEAUX
ROUGE

RÉALISATION

- 1 Préchauffer le four à 180°. Retirer le camembert de tout son emballage, garder sa boîte et la garnir de papier sulfurisé.
- 2 Couper le camembert en 2 dans sa longueur, le garnir de miel et de poivre aux 5 baies et le refermer. Déposer le tout dans sa boîte, à l'aide d'un couteau, quadriller grossièrement le dessus du camembert, déposer le romarin, les pignons et un peu de miel.

- 3 Passer à four chaud 10 mn ou plus. A surveiller. Servir avec des tartines de pain de campagne grillées, les gourmands peuvent les frotter d'un peu d'ail et se servir à la cuillère.

- 4 Servir à l'apéritif, un moment convivial garanti, ou en plat principal accompagné d'une salade verte.

DOMAINE DE L'ÉTALON D'ARGENT

Le nom vient du fait que l'emplacement du vignoble actuel était utilisé comme aire de repos pour les chevaux qui servaient en ce temps-là pour les travaux viticoles.

ROBE Ce vin élégant se caractérise par une belle couleur grenat.

NEZ À la fois épanoui, fin et léger où s'intègrent délicatement des arômes de fruits rouges et de violettes.

BOUCHE L'attaque est souple et s'ouvre sur un vin distingué, fondu et velouté qui s'agrémenté d'une longue finale fruitée.

CONTACT www.robertgiraud.com

