

ENJOY  
IT'S FROM  
EUROPE



rezepte

mit Olivenöl mit geschützter Ursprungsbezeichnung



## g.u. geschützte Ursprungsbezeichnung

Jedes Olivenöl g.U. ist einzigartig durch die **enge Verbindung** zwischen Produkt und Anbaugbiet. Für diese Produkte spielen Vielfalt, Geologie, Klima, Zeitpunkt der Lese, Knowhow (...) eine entscheidende Rolle für die gewünschte **Qualität** und **Geschmacksrichtungen**.

Die g.U. ist eine gesamtheitliche Garantie für das Produkt mit seinen für das Anbaugbiet speziellen Merkmalen und dem durch langjährige Erfahrung gewonnenen **Know-how** und sie wird im **Lastenheft** der jeweiligen Bezeichnung festgeschrieben.

Die g.U. garantiert eine **lokalisierte Herkunft**.

In Europa gibt es über **100 Olivenöle** mit anerkannter g.U.. Dazu zählen unter anderem: Baena (*Spanien*), Les Garrigues (*Spanien*), Kalamata (*Griechenland*), Tras os Montès (*Portugal*), Terra di Barri (*Italien*), Sitia (*Griechenland*), Umbria (*Italien*), Riviera Ligure (*Italien*), ...

**In Frankreich** sind es 8 Olivenöle (und bald die neunte) mit geschützter Ursprungsbezeichnung und 6 Olivensorten g.U..

### Wussten Sie schon ?

Die Herkunft von Olivenölen muss zwingend auf dem Produktetikett stehen. Diese wird bestimmt durch den Ort, an dem die Olivenernte stattfindet, und den Ort, an dem die Oliven gepresst werden (Gewinnung des Öls).



## Sprechen wir über die Geschmacksrichtungen

Man kann Olivenöle in **drei übergeordnete Geschmacksrichtungen** einteilen: **subtiler Geschmack** - „goût subtil“ (Öle aus Oliven, die in reifem, nahezu weichen Zustand geerntet wurden, mit fruchtiger oder blumiger Note), **intensiver Geschmack** - „goût intense“ (Öle aus Oliven, die in reifem Zustand geerntet wurden, mehr oder wenig kräftig, mit krautiger oder Gras-Note), **ursprünglicher Geschmack** - „goût à l'ancienne“ (Öle aus Oliven, die zwischen Ernte und Pressung unter kontrollierten Bedingungen in der Ölmühle gelagert werden, sehr weich, mit der Note von schwarzen Oliven, Kakao, Sauerteig...).

Jede g.U. steht für eine Geschmacksrichtung und bietet verschiedene Aromen, die mehr oder weniger markant sind:



Olivenöle aus Nyons, Nice  
Und bald Huile d'olive du Languedoc.

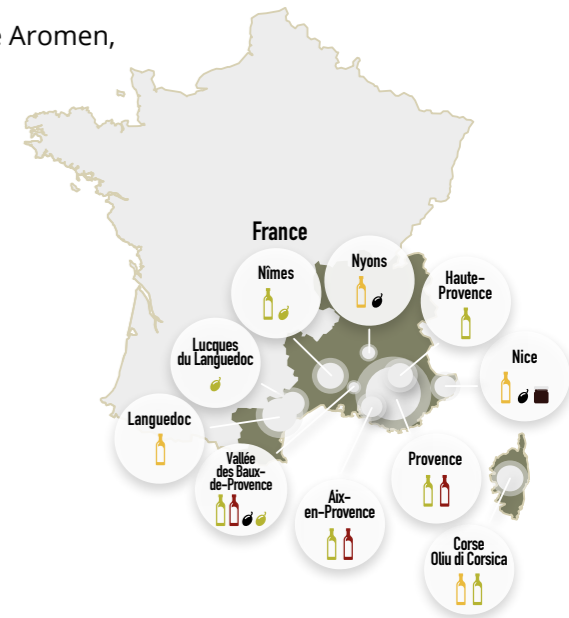


Olivenöle aus Haute-Provence, Nîmes, Vallée des Baux-de-Provence, Aix-en-Provence, Corse - Oliu di Corsica - récolte sur l'arbre, Provence



Olivenöle aus Vallée des Baux-de-Provence - olives mûrées (gereifte Oliven), Aix-en-Provence - olives mûrées (gereifte Oliven), Provence - olives mûrées (gereifte Oliven)

*Für die Olivenöle aus Korsika (Corse - Oliu di Corsica - récolte à l'ancienne - Ernte nach ursprünglicher Art), die Oliven sind nicht zwischen Ernte und Pressung unter kontrollierten Bedingungen in der Ölmühle gelagert, aber sie haben aromatische Note von der ursprünglicher Geschmack.*





Vorbereitung: 15 Minuten  
Ruhezeit: 10 Stunden

# kalte Gurkensuppe

## mit Minze und Huile d'olive de Provence g.U.

### Für 4 Personen:

- 1 Gurke
- 1 Joghurt
- 10 cl Sahne
- 2 EL **Huile d'olive de Provence g.U.**
- Saft von 1 Zitrone
- 5 Minzweige
- Salz
- Pfeffer

- 1 Gurke schälen. 4 Scheiben für die Dekoration abschneiden (bis zum Servieren aufbewahren) und den Rest klein würfeln.
- 2 Gurkenwürfel, Joghurt, Sahne, Minzblätter (einige zum Garnieren beiseitelegen), Zitronensaft, huile d'olive de Provence g.U., Salz und Pfeffer in einen Mixer geben.
- 3 Nicht zu fein mixen. Suppe über Nacht in den Kühlschrank stellen.
- 4 Am nächsten Tag in großen Gläsern servieren, mit Gurkenscheiben für den Crunch und kleinen Minzblättern dekorieren.

**Unser Tipp:** Sie können feine gegrillte Speckstreifen hinzufügen, um das Ganze noch knuspriger und leckerer zu machen!

## Olivenöl

Wir empfehlen ein Olivenöl mit intensivem Geschmack aus **Provence g.U.** mit seinen krautigen Aromen und seinen Noten aus roher Artischocke und frischen Kräutern.

Sie können aber auch eines der folgenden Olivenöle g.U. verwenden: Nîmes, Haute-Provence, Corse - Oliu di Corsica, Aix-en-Provence, Vallée des Baux-de-Provence.





Vorbereitung: 15 Minuten  
Ruhezeit: 1 Stunde  
Garzeit: 1 Stunde

#### Für 6 Personen:

- 600 g grüner Spargel
- 50 cl Geflügelbrühe
- 30 cl Sahne
- 100 g Salers- oder Cantal-Käse
- 2 EL **huile d'olive de la Vallée des Baux-de-Provence g.U.**
- 100 g geschälte Pistazien

# Spargel - Cappuccino

## mit huile d'olive de la Vallée des Baux-de-Provence g.U.

- 1 In einem Topf 20 cl Sahne mit 80 g Pistazien zum Köcheln bringen. 15 Minuten kochen lassen und dann in einem Mixer pürieren. Salzen, pfeffern und durch ein Sieb streichen. In eine Schüssel (oder einen Sahnebereiter) geben und mindestens 1 Stunde kühl stellen. Dann die Sahne schlagen, in einen Spritzbeutel geben und erneut 30 Minuten kühl stellen.
- 2 In der Zwischenzeit den Spargel schälen und abspülen. Spargelspitzen abschneiden (ca. 5 cm). Spargelstangen in Stücke schneiden. In einer Bratpfanne mit hohem Rand in 1 EL Olivenöl „Huile d'olive de la Vallée des Baux-de-Provence g.U.“ goldbraun braten. Bratene Spargelspitzen beiseitestellen. Geflügelbrühe auf Stücke von Spargelstangen zugeben und 30 Minuten kochen lassen.
- 3 Vom Käse 6 große Streifen abhobeln. Restlichen Käse reiben. Spargelstangen mit 10 cl Crème fraîche, 1 EL Olivenöl und dem geriebenen Käse mixen. Durch ein Sieb streichen.
- 4 Cremesuppe in Gläser füllen, Pistaziensahne, Spargelspitzen und Käsestreifen hinzugeben. Mit einigen gehackten Pistazien bestreuen.

**Das besondere Etwas:** Für festliche Gläschen können Sie auf die Schlagsahne noch einige Fischeier für eine maritime Note sowie Feldsalat geben.

### Olivenöl

Wir empfehlen ein Olivenöl mit intensivem Geschmack aus **Vallée des Baux-de-Provence g.U.** mit seinen Aromen aus frisch gemähtem Gras, Apfel, Mandeln, roher Artischocke, frischen Haselnüssen und Tomatenblatt.

Sie können aber auch eines der folgenden Olivenöle g.U. verwenden: Provence, Aix-en-Provence, Nîmes, Haute-Provence, Corse - Oliu di Corsica - récolte sur l'arbre.





Vorbereitung: 15 Minuten  
Kochen: 25 Minuten

#### Für 4 bis 6 Personen:

- 100 g grüner Spargel
- 4 Blatt Reispapier
- 1 Kopfsalat
- 2 Tomaten
- 100 g Rohschinken aus der Ardèche
- 10 Mandeln
- 1 Schalotte

#### Für die Soße:

- 1 EL Olivenpaste (pâte d'olive) Nice g.U. oder Affinade®
- 1 EL Naturjoghurt
- 1 gepresste Knoblauchzehe
- 2 EL **huile d'olive d'Aix-en-Provence g.U.**
- Piment d'Espelette g.U. (baskischer Chili)
- Salz und Pfeffer

### Olivenöl

Wir empfehlen ein Olivenöl mit intensivem Geschmack **Aix-en-Provence g.U.** mit seinen Aromen von frischen Kräutern und/oder roher Artischocke, mit vollmundiger Note aus Nuss, frischen Haselnüssen und roten Früchten.

Sie können aber auch eines der folgenden Olivenöle g.U. verwenden: Vallée des Baux-de-Provence, Nîmes, Corse - Oliu di Corsica - récolte sur l'arbre, Haute-Provence, Provence.

# frühlings - maki

## mit huile d'olive d'Aix-en-Provence g.U.

- 1 Spargel schälen (falls nötig), 2-3 cm von den Enden entfernen, waschen und dann 10 Minuten dämpfen. Er sollte nicht knackig sein, sondern auf der Zunge zergehen.
- 2 Tomaten waschen, entkernen und in feine Scheiben schneiden. Rohschinken in Streifen schneiden. Schalotte hacken. Mandeln rösten und anschließend grob zerkleinern.
- 3 (Nach und nach) jedes Reisblatt anfeuchten, dann bis 5 cm vom Rand mit Kopfsalatblättern bedecken. Auf eine Seite des Reisblatts einige Tomatenstreifen, etwas Schinken und einen ganzen Spargel geben. Mit Mandeln und gehackter Schalotte bestreuen. Bis zu einem Drittel des Reisblatts aufrollen und dann jede Seite einschlagen, sodass ein Rechteck entsteht. Zu Ende aufrollen und dabei darauf achten, dass alle Zutaten im Reisblatt bleiben. Mit der Feuchtigkeit wird dann das Ganze problemlos zusammenkleben. Fest zu sich ziehen und die Rollen mit Frischhaltefolie umwickeln. Im Kühlschrank aufbewahren, damit sie ihre Feuchtigkeit behalten.
- 4 Für die Soße alle Zutaten miteinander verrühren.
- 5 Fertigstellung: Frischhaltefolie entfernen und die Rolle in mehrere Stücke schneiden. Mit der Soße servieren.

Inspiriert von Julien Duboué





Vorbereitung: 10 Minuten  
Kochen: 30 Minuten

# Brokkolicremesuppe mit huile d'olive de Nyons g.U.

## Für 6 Personen:

- 2 Zwiebeln
- 1,5 l Geflügelbrühe (Wasser + 3 Würfel)
- 1 Bouquet garni
- 1 kg Brokkoli
- 25 cl Sahne
- 2 EL **huile d'olive de Nyons g.U.**
- Salz, Pfeffer
- Körnermischung und Cracker (optional)

- 1 Brokkoliröschen putzen, Strunk um 5 cm kürzen und Blätter entfernen. Alles in grobe Stücke schneiden.
- 2 Zwiebeln schälen und in feine Scheibchen schneiden. Bei schwacher Hitze in 1 EL huile d'olive de Nyons g.U. dünsten. Brokkolistücke hinzufügen.
- 3 Mit der Geflügelbrühe ablöschen und zum Kochen bringen. Bouquet garni hinzufügen und 30 Minuten köcheln lassen, bis der Brokkoli gar ist.
- 4 Alles pürieren (ohne Bouquet garni), Sahne und 1 EL Olivenöl dazugeben, nach Geschmack würzen und z. B. mit einigen Kürbiskernen bestreuen.
- 5 Eventuell mit Körner- oder Käsecrackern servieren.

## Olivenöl

Wir empfehlen ein Olivenöl mit subtilem Geschmack aus **Nyons g.U.**. Dieses Öl überzeugt durch seine weiche Note, die cremige Konsistenz, seine Aromen aus getrockneten Früchten sowie einem buttrigen Geschmack, der begleitet wird von den Aromen frischer Haselnüsse und/oder frisch gemähem Gras.

Sie können aber auch eines der folgenden Olivenöle verwenden: Nice g.U. oder Languedoc AOC.





Vorbereitung: 20 Minuten  
Kochen: 40 Minuten

#### Für 4 Personen:

- 250 g grüner Spargel
- 4 Eier
- 150 g feine Baconstreifen
- 50 g Parmesan
- 100 g geriebener Comté-Käse
- 50 cl Milch
- 30 g **huile d'olive de Nîmes g.U.**
- 20 g Butter
- 75 g Mehl
- 2 EL gehackter Schnittlauch
- 1 Prise Pfeffer

# frühlingshaftes soufflé mit huile d'olive de Nîmes g.U.



Ofen auf 200 °C vorheizen.

Spargel waschen und (falls nötig) schälen. In kochendem Wasser garen, bis er weich ist. Danach, um die Farbe zu bewahren, in Eiswasser tauchen. Spargelspitzen beiseitelegen (auf 3-4 cm abschneiden).



In einem Topf die Butter schmelzen, Olivenöl „huile d'olive de Nîmes g.U.“ und dann das Mehl hinzufügen und alles unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen köcheln lassen. Diese Mehlschwitze beiseitestellen und abkühlen lassen.



Milch leicht erwärmen, die Spargelstangen dazugeben und alles pürieren. Ggf. durch ein Spitzsieb geben.



Die warme Spargelmilch über die kalte Mehlschwitze gießen, mit dem Schneebesen verrühren und 10 Minuten unter ständigem Rühren kochen. Die Mischung muss eindicken. Comté und Parmesan dazugeben. Eiweiß vom Eigelb trennen. 2 Eigelb in die Soufflé-Masse geben.



Eiweiß zu steifem Schnee schlagen. Unter die Masse heben.

Portions-Auflaufformen mit Butter einfetten, die Soufflé-Masse zu  $\frac{3}{4}$  der Höhe der Förmchen einfüllen. 2 bis 3 Spargelspitzen und einige Baconstreifen in die Masse einarbeiten. Im Wasserbad etwa 15 Minuten in den Ofen schieben. Direkt aus dem Ofen servieren!

## Olivenöl

Wir empfehlen ein Olivenöl mit intensivem Geschmack aus **Nîmes g.U.** mit seinen Aromen voller Gras, trockenem Heu, Ananas, gelbe Pflaume und roher Artischocke.

Sie können aber auch eines der folgenden Olivenöle g.U. verwenden: Aix-en-Provence, Corse - Oliu di Corsica - récolte sur l'arbre, Haute-Provence, Provence, Vallée des Baux-de-Provence.





Vorbereitung: 15 Minuten  
Kochen: 5 Minuten  
Ruhe lassen: 5 Minuten

# wolfshbarsch-tartar

## mit Limette, Spinat-Salat mit Ingwer, huile d'olive de Nice g.U.

### Für 6 Personen:

- 6 Wolfsbarschfilets
- 3 Limetten
- 3 g frischer Ingwer
- 2 Schalotten
- 10 cl **huile d'olive de Nice g.U.**
- 3 Prisen feines Salz
- Pfeffer aus der Mühle (6 Umdrehungen)

### Für die Garnitur:

- 100 g junger Spinat
- 3 g frischer Ingwer
- 1 EL Honig
- 10 cl **huile d'olive de Nice g.U.**
- 6 eingelegte Tomaten
- 3 Prisen feines Salz
- Pfeffer aus der Mühle (3 Umdrehungen)
- Haselnüsse

### Olivenöl

Wir empfehlen ein Olivenöl mit subtilem Geschmack aus **Nice g.U.**. Dieses Öl überzeugt durch seine Weichheit und die Aromen der Mandeln, rohen Artischocke, Ginsterblüten, Heu, Gras, Blätter, Pâtisserie, reife Äpfel, Trockenfrüchte und die Zitrusnoten.

Sie können aber auch eines der folgenden Olivenöle verwenden: Nyons g.U. oder Languedoc AOC.

- 1 Für das Wolfsbarsch-tatar, Wolfsbarschfilets entgräten und Haut entfernen, dann das Fleisch in kleine Würfel schneiden. Schale der Limetten abreiben. Schalotten schälen und hacken. Ingwer schälen und reiben. Alle Zutaten in einer Schüssel vermischen. Huile d'olive de Nice g.U. unterrühren und abschmecken, dann kühl stellen.
- 2 Für die Garnitur, Ingwer schälen und fein hacken. Jungen Spinat waschen und kühl stellen. Haselnüsse einige Minuten in der trockenen Pfanne rösten und dann grob zerkleinern. Eingelegte Tomaten in feine Scheiben schneiden. Die im ersten Teil des Rezepts abgeriebenen Limetten auspressen.
- 3 Limettensaft mit Honig, Ingwer, Salz und Pfeffer verrühren, dann das huile d'olive de Nice g.U. hinzufügen.
- 4 Tatar auf dem Teller anrichten, dann Spinatblättchen, eingelegte Tomaten sowie gehackte Haselnüsse hinzugeben und zum Schluss mit der Vinaigrette übergießen.







Vorbereitung: 15 Minuten

Kochen: 20 Minuten

Ruhe lassen: 30 Minuten

# Hähnchen tikka massala

mit huile d'olive de Nice g.U.

## Für 6 Personen:

- 500 g Hähnchenbrust
- 400 g Tomaten in Stücken
- 100 g Kokosmilch
- Schale und Saft von 1 Limette
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 cm frischer Ingwer
- 80 g Cashewnüsse
- 2 EL **huile d'olive de Nice g.U.**
- 2 EL Tomatenmark
- 1/2 TL milder oder scharfer Chili (je nach Geschmack)

## Für die Marinade:

- 1 Naturjoghurt
- 1 zerdrückte Knoblauchzehe
- 1 EL **huile d'olive de Nice g.U.**
- Gewürze: 1 EL Garam Massala, 1 TL Kurkuma, 1 TL Kreuzkümmel, 1 TL Kardamom, ½ TL Chilipüree

- 1 Die Zutaten für die Marinade miteinander verrühren.
- 2 Hähnchen in mittelgroße Stücke schneiden. Diese mit der Marinade vermischen, mit Frischhaltefolie abdecken und 30 Minuten kühl stellen.
- 3 In der Zwischenzeit Cashewnüsse hacken, Zwiebel und Knoblauch fein schneiden, Ingwer schälen und reiben.
- 4 Zwiebel in 1 EL Olivenöl „huile d'olive de Nice g.U.“ 2 Minuten lang anbraten, dann Knoblauch, Ingwer und Tomatenmark dazugeben. 1 Minute lang kochen und schließlich Hähnchenfleisch mit der Marinade dazugeben. Goldbraun braten.
- 5 Tomaten in Stücken, Kokosmilch und Chili (mild oder scharf) dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Kochen bringen, dann die Hitze reduzieren, zudecken und 20 Minuten köcheln lassen, dabei regelmäßig umrühren. 5 Minuten vor Ende der Garzeit die Schale und den Saft der Limette hinzufügen.
- 6 Abschmecken, mit gehackten Cashewnüssen bestreuen und mit Reis servieren.

## Olivenöl

Wir empfehlen ein Olivenöl mit subtilem Geschmack aus **Nice g.U.**. Dieses Öl überzeugt durch seine Weichheit und die Aromen der Mandeln, rohen Artischocke, Ginsterblüten, Heu, Gras, Blätter, Pâtisserie, reife Äpfel, Trockenfrüchte und die Zitrusnoten.

Sie können aber auch eines der folgenden Olivenöle verwenden: Nyons g.U. oder Languedoc AOC.





Vorbereitung: 20 Minuten  
Kochen: 20 Minuten  
Ruhezeit: 2 Stunden

#### Für 4 Personen:

- 700 g Schweinefilet (2 Filetspitzen)
- 1 TL Paprika
- 1 TL Curry
- 1 TL Kurkuma
- 10 cl Sojasoße
- 2 EL Sahne
- 5 EL **huile d'olive d'Aix en-Provence g.U.**
- 2 EL flüssiger Honig
- 2 EL Sesamsamen
- 1 EL Mohn
- 200 g Tagliatelle (oder chinesische Nudeln)
- 2 Möhren

# würziges Schweinefilet & Tagliatelle mit huile d'olive d'Aix-en-Provence g.U.

- 1 In einer Schüssel Paprika, Curry, Kurkuma, 2 EL Olivenöl und die Hälfte der Sojasoße verrühren. Filetspitzen parieren, in eine Schüssel geben, die Gewürzmischung darüber gießen und mindestens 2 Stunden im Kühlschrank marinieren.
- 2 Filetspitzen abtropfen lassen. Marinade beiseitestellen. In einer Pfanne 2 EL Olivenöl „huile d'olive d'Aix en-Provence g.U.“ erhitzen und die Filetspitzen darin goldbraun braten. Mit der Marinade übergießen und bei schwacher Hitze 8 bis 10 Minuten garen lassen, dabei mit dem Bratensaft übergießen. Am Ende der Garzeit die Filetspitzen mit Sesam und Mohn bestreuen und gut karamellisieren. In Alufolie gewickelt warm halten.
- 3 Während der Garzeit der Filetspitzen die Nudeln in kochendem Salzwasser garen. Abtropfen lassen. Möhre schälen, waschen und dann in schmale lange Streifen (wie Tagliatelle) schneiden (mit einem Sparschäler).
- 4 Marinade in einen Topf geben und bei schwacher Hitze mit der restlichen Sojasoße und Sahne einkochen lassen. In einer Pfanne das restliche Olivenöl „huile d'olive d'Aix en-Provence g.U.“ erhitzen und Möhrenstreifen darin schmelzen lassen. Tagliatelle zugeben und alles 2 Minuten bei starker Hitze mit der reduzierten Marinade braten. Filetspitzen aufschneiden und mit den Nudeln servieren.

## Olivenöl

Wir empfehlen ein Olivenöl mit intensivem Geschmack **Aix-en-Provence g.U.** mit seinen Aromen von frischen Kräutern und/oder roher Artischocke, mit vollmundiger Note aus Nuss, frischen Haselnüssen und roten Früchten.

Sie können aber auch eines der folgenden Olivenöle g.U. verwenden: Vallée des Baux-de-Provence, Nîmes, Corse - Oliu di Corsica - récolte sur l'arbre, Haute-Provence, Provence.





Vorbereitung: 5 Minuten  
Kochen: 10 Minuten

#### Für 4 Personen:

- 1 große Dose Kichererbsen
- 100 g frischer Spinat (oder tiefgefrorener Blattspinat)
- 200 g passierte Tomaten
- 1 rote Zwiebel
- 20 cl Kokosmilch
- 1 kleines Stück frischer Ingwer
- 4 TL rote Currypaste
- 2 EL **huile d'olive de Provence - olives mûrées (gereifte Oliven) g.U.**
- Salz, Pfeffer
- 1 TL Piment d'Espelette g.U. (milder baskischer Chili) oder 1 grüne Jalapeño-Chilischote (wer es schärfer mag)

# Kichererbsen - Curry mit Spinat und huile d'olive de Provence - olives mûrées g.U.

- Rote Zwiebel schälen und klein schneiden. Wenn Sie sich für frischen Spinat entschieden haben, diesen waschen und die härtesten Stiele entfernen. Ingwer schälen und reiben.
- Zwiebel 1 Minute bei starker Hitze mit 1 EL Olivenöl „huile d'olive de Provence - olives mûrées (gereifte Oliven) g.U.“ in einer Bratpfanne mit hohem Rand anbraten. Rote Currypaste, geriebenen Ingwer und Chili zugeben und 2 Minuten anbraten.
- Passierte Tomaten hinzufügen. Salzen, umrühren, abdecken und 3 Minuten bei schwacher Hitze kochen. Kichererbsen und Kokosmilch zugeben. 3 Minuten bei schwacher Hitze kochen.
- Frischen Spinat, 1 EL Olivenöl hinzufügen, umrühren (und eventuell mit weißem Reis servieren).

**Unser Tipp:** Wenn Sie tiefgekühlten Spinat verwenden, fügen Sie ihn zusammen mit den passierten Tomaten hinzu.

## Olivenöl

Wir empfehlen ein Olivenöl mit ursprünglichem Geschmack aus **Provence - olives mûrées** (gereifte Oliven) **g.U.** für seine Weichheit und den Aromen der schwarzen Olive, kandierten Früchten, dem Unterholz und/oder dem angebratenen Brot.

Sie können aber auch ein Olivenöl aus Vallée des Baux-de-Provence - olives mûrées g.U., Corse - Oliu di Corsica - récolte à l'ancienne g.U. oder Aix-en-Provence - olives mûrées g.U. verwenden.





Vorbereitung: 10 Minuten  
Kochen: 20 bis 30 Minuten

# gebratener Blumenkohl mit Gewürzen, huile d'olive d'Aix-en-Provence - olives mûrées g.U.

## Für 4 Personen:

- 1 Blumenkohl
- 2 EL **huile d'olive d'Aix-en-Provence - olives mûrées (gereifte Oliven) g.U.**
- 1 TL Kurkuma
- 1 TL Paprika
- 1 TL Korma-Curry
- 1 TL Piment d'Espelette g.U. (baskischer Chili)
- 1 TL Knoblauchgranulat
- Salz, Pfeffer

- 1 Ofen auf 180 °C vorheizen. Blumenkohl waschen und in Scheiben schneiden (den Blumenkohl als Ganzes, nicht die Röschen).
- 2 In einer Schüssel Olivenöl „huile d'olive d'Aix-en-Provence - olives mûrées g.U.“, Kurkuma, Paprika, Korma-Curry und Piment d'Espelette verrühren.
- 3 Blumenkohlscheiben mit dem gewürzten Öl bestreichen. Salzen, pfeffern und mit Knoblauchgranulat bestreuen.
- 4 Für 20 bis 30 Minuten in den Ofen schieben (die Scheiben sollten goldbraun sein).

## Olivenöl

Wir empfehlen ein Olivenöl mit ursprünglichem Geschmack aus **Aix-en-Provence - olives mûrées** (gereifte Oliven) **g.U.** für seine Weichheit und den Aromen des Sauerteigbrots, der schwarzen Olive, dem Kakao und der gekochten Artischocke. Sie können aber auch ein Olivenöl Vallée des Baux-de-Provence - olives mûrées g.U., Provence - olives mûrées g.U. oder Corse - Oliu di Corsica - récolte à l'ancienne g.U. verwenden.





Vorbereitung: 20 Minuten  
Kochen: 20 Minuten

# donuts nach meiner art

## mit huile d'olive de Nyons g.U.

### Für 18 kleine Donuts:

- 200 g Mehl
- 100 g Rohrzucker
- 1 ½ TL Backpulver
- 10 cl Mandeldrink
- 1 Ei
- 10 ml **huile d'olive de Nyons g.U.**
- Schale von 1 Orange und 1 Zitrone oder 1 TL Vanillearoma

### Glasuren:

- 100 g Puderzucker
- 1 TL + 1 EL **huile d'olive de Nyons g.U.**
- 5 ml Orangensaft
- 100 g Schokolade (dunkle oder weiße oder Milkschokolade)

- 1 Backofen (Umluft) auf 190 °C (Stufe 3 bis 4) vorheizen. Mehl, Backpulver und Rohrzucker in einer Schüssel mischen. In einem anderen Gefäß den Pflanzendrink, Ei, Olivenöl „huile d'olive de Nyons g.U.“ sowie Orangen- und Zitronenschale (oder Vanille) verrühren.
- 2 Die flüssige Mischung über die Mehl-Zucker-Backpulver-Mischung gießen und dann mit dem Schneebesen schnell verrühren (nicht zu lange, damit der Teig nicht klebrig wird). Teig in zuvor geölten Donut-Formen verteilen. 20 Minuten im Ofen backen. Abkühlen lassen.
- 3 Für die Zuckerglasur den Puderzucker, Olivenöl „huile d'olive de Nyons g.U.“ und Orangensaft verrühren. Für die Schokoladenglasur die Schokolade bei schwacher Hitze schmelzen und anschließend Olivenöl hinzufügen.
- 4 Die Donuts glasieren. Mit Zuckerdekorationen (bunte Zuckerstreusel etc.) bestreuen.

## Olivenöl

Wir empfehlen ein Olivenöl mit subtilem Geschmack aus **Nyons g.U.**. Dieses Öl überzeugt durch seine weiche Note, die cremige Konsistenz, seine Aromen aus getrockneten Früchten sowie einem buttrigen Geschmack, der begleitet wird von den Aromen frischer Haselnüsse und/oder frisch gemähtem Gras.

Sie können aber auch eines der folgenden Olivenöle verwenden: Nice g.U. oder Languedoc AOC.





Vorbereitung: 25 Minuten  
Kochen: 30 Minuten

# erdbeer - Pistazien - kuchen mit huile d'olive de la Vallée des Baux-de-Provence g.U.

## Für 8 Personen:

- Für den Kuchenteig:
- 120 g **huile d'olive de la Vallée des Baux-de-Provence g.U.**
  - 100 g brauner Zucker
  - 3 mittelgroße Eier
  - 90 g Pistazienmasse
  - 270 g Mehl, Type 550
  - 1 ½ TL Backpulver
  - 1/2 TL Salz
  - 50 g Milch
  - 50 g gehackte Pistazien

- Für den Belag:
- 200 g Erdbeeren
  - 1 großer EL Mascarpone
  - 25 cl Crème fraîche
  - 1 TL Pistazienpaste
  - 1 Handvoll gehackte Pistazien
  - 2 EL Puderzucker

- 1 Crème fraîche in eine Schüssel geben und zusammen mit den Schneebesen des Rührgeräts in den Kühlschrank stellen.
- 2 Backofen auf 180 °C vorheizen. Eine Backform mit Backpapier auslegen. Teig zubereiten: Olivenöl „huile d'olive de la Vallée des Baux-de-Provence g.U.“ und braunen Zucker in eine Schüssel geben und gut mit dem Schneebesen verschlagen. Eier nacheinander hinzufügen und nach jeder Zugabe gut umrühren. Pistazienpaste hinzugeben und vermengen.
- 3 Trockene Zutaten (Mehl+Backpulver+Salz) in einer anderen Schüssel vermischen. Die Hälfte der trockenen Zutaten zum Teig geben, verrühren und dann die Hälfte der Milch hinzugießen. Vermischen und den Vorgang wiederholen. Gehackte Pistazien unterheben, den Teig in die Form geben und für ca. 30 Minuten bei 180 °C in den Ofen schieben (beim Test mit einer Messerspitze muss diese trocken bleiben). 15 Minuten in der Form abkühlen lassen, dann aus der Form nehmen und auf einem Kuchengitter vollständig auskühlen lassen.
- 4 Crème fraîche steif schlagen, Mascarpone mit etwas Puderzucker gegen Ende hinzugeben. Ein Drittel der Crème-fraîche-Mascarpone-Masse abnehmen und die Pistazienpaste hinzugeben. Unaromatisierte Crème fraîche in einen Spritzbeutel geben. Pistazien-Crème-fraîche in einen anderen Spritzbeutel füllen. Kuchen mit großen Tupfen aus unaromatisierter Crème fraîche garnieren. Erdbeeren waschen und entstielen. Kuchen mit den Erdbeeren belegen und dann Tupfen aus Pistazien-Crème-fraîche zwischen die Erdbeeren setzen. Gekühlt genießen!

## Olivenöl

Wir empfehlen ein Olivenöl mit intensivem Geschmack aus **Vallée des Baux-de-Provence g.U.** mit seinen Aromen aus frisch gemähtem Gras, Apfel, Mandeln, roher Artischocke, frischen Haselnüssen und Tomatenblatt.

Sie können aber auch eines der folgenden Olivenöle g.U. verwenden: Provence, Aix-en-Provence, Nîmes, Haute-Provence, Corse - Oliu di Corsica - récolte sur l'arbre.





Vorbereitung: 10 Minuten  
Kochen: 35 Minuten

#### Für 8 Personen:

- 150 g Mehl
- 40 g **huile d'olive de la Vallée des Baux-de-Provence - olives mûrées (gereifte Oliven) g.U.**
- 2 Eier
- 3 reife Bananen
- 4 EL Milch
- 125 g Zucker
- 1 TL Backpulver
- 1 TL Quatre-épices (Viergewürz)
- 1 EL Rum

# bananenkuchen

## mit huile d'olive de la Vallée des Baux-de-Provence - olives mûrées g.U.

- 1 Ofen auf 180 °C vorheizen. Zwei Bananen in einer Schüssel zerdrücken, Zucker dazugeben und mit einem Schneebesen verrühren.
- 2 Olivenöl „huile d'olive de la Vallée des Baux-de-Provence - gereifte Oliven g.U.“, Eier und dann die Milch hinzugeben und immer mit dem Schneebesen verrühren. Schließlich Mehl, Backpulver, Viergewürz und Rum hinzufügen.
- 3 Masse in einer geölten und bemehlten Form verteilen. Eine Banane in 4 Scheiben schneiden. Diese Scheiben auf den Kuchen legen.
- 4 Im heißen Ofen 35 Minuten backen.

**Gourmet-Tipps:** Nach dem Backen Kokosraspeln auf den Kuchen streuen.

Inspiziert von Marciatak.

### Olivenöl

Wir empfehlen ein Olivenöl mit ursprünglichem Geschmack aus **Vallée des Baux-de-Provence - olives mûrées** (gereifte Oliven) **g.U.**, mit seinen Aromen kandierter Oliven, schwarzen Oliven, Olivenbrei, Kakao, Champignons, gekochte Artischocke, Trüffel und Sauerteigbrot. Sie können aber auch ein Olivenöl aus Aix-en-Provence - olives mûrées g.U., Provence - olives mûrées g.U. oder Corse - Oliu di Corsica - récolte à l'ancienne g.U. verwenden.





Vorbereitung: 20 Minuten  
Kochen: 30 Minuten

# Schoko - Birnen - Kuchen

## mit huile d'olive de Nyons g.U.

### Für 4 bis 6 Personen:

- 200 g dunkle Schokolade
- 100 g **huile d'olive de Nyons g.U.**
- 5 Eier
- 75 g Mehl
- 45 g Zucker
- 2 bis 3 Birnen
- 1 EL gehobelte Mandeln
- 1 EL gehackte Pistazien
- Zitronensaft

- 1 Backofen auf 180 °C vorheizen (Stufe 3). Birnen schälen und in feine Scheiben schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln, damit sie nicht schwarz werden, und beiseitestellen.
- 2 Schokolade schmelzen, Olivenöl „huile d'olive de Nyons“ hinzufügen und zu einer glatten Masse verrühren.
- 3 Eiweiß vom Eigelb trennen. Eigelb mit dem Zucker schaumig schlagen. Mit der geschmolzenen Schokolade verrühren.
- 4 Eiweiß zu steifem Schnee schlagen. Dieses vorsichtig unter die Schokoladen-Öl-Zucker-Ei-Mischung heben und anschließend das gesiebte Mehl hinzufügen.
- 5 Eine Springform einölen und mit Mehl bestäuben. Teig in die Form geben und fächerförmig mit den Birnen belegen. Mit gehobelten Mandeln und gehackten Pistazien bestreuen. Im Ofen etwa 30 Minuten backen.

### Olivenöl

Wir empfehlen ein Olivenöl mit subtilem Geschmack aus **Nyons g.U.**. Dieses Öl überzeugt durch seine weiche Note, die cremige Konsistenz, seine Aromen aus getrockneten Früchten sowie einem buttrigen Geschmack, der begleitet wird von den Aromen frischer Haselnüsse und/oder frisch gemähtem Gras.

Sie können aber auch eines der folgenden Olivenöle verwenden: Nice g.U. oder Languedoc AOC.





Rezepte stammen von den "cookettes" von France Olive.

Konzeption, Realisation und Redaction: France Olive

Fotos: Céline de Cérrou (wenn nicht anders angegeben)



[www.lookingfortheperfectfood.eu](http://www.lookingfortheperfectfood.eu)

## France Olive

40 place de la Libération

26110 Nyons - France

+33 (0)4 75 26 90 90

[fra@lookingfortheperfectfood.eu](mailto:fra@lookingfortheperfectfood.eu)

[contact@huilesetolives.fr](mailto:contact@huilesetolives.fr)



FRANCE  
**Olive**



MIT MITTELEN DER  
EUROPÄISCHEN UNION  
FINANZIERTE KAMPAGNE.

Der Inhalt dieser Werbekampagne gibt lediglich die Ansichten des Autors wieder und liegt in seiner alleinigen Verantwortung. Die Europäische Kommission und die Europäische Exekutivagentur für die Forschung (REA) übernehmen keinerlei Verantwortung für eine etwaige Weiterverwendung der darin enthaltenen Informationen.