

# RECETTES

Les visites gourmandes 2024  
à l'abbaye de Cluny

PAR

La Cuisine de Fred 

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

## **Nougat noir aux fruits secs**

**Ingrédients :** 200 gr de miel, 100 gr de noisette, 100 gr d'amande,  $\frac{1}{4}$  càC de gingembre en poudre, une pincée de poivre,  $\frac{1}{4}$  càC de cannelle, une pincée de clou de girofle en poudre, 1 citron.

**Préparation :** Faire chauffer doucement le miel et bien l'écumer. Ecraser très grossièrement les amandes et autre fruits secs. Les ajouter au miel et faire cuire en remuant sans cesse. Cuire jusqu'à faire éclater les fruits secs. Ajouter la moitié des épices en début et le reste en fin de cuisson. Etaler sur une plaque de pâtisserie recouverte d'un papier sulfurisé. Faire refroidir.



## **Omelette aux oranges**

**Ingrédients :** 6 œufs, 2 oranges et 1 citron (ou 3 oranges amères), 2 càS de sucre, 2 càS d'huile d'olive.

**Préparation :** Procéder comme pour une simple omelette en battant les œufs et en y ajoutant le sucre, une pincée de sel et le jus des oranges et du citron préalablement pressés. Faire cuire dans une poêle à l'huile d'olive. Servir tiède.