

# AOP FOURME D'AMBERT

## AU FIL DES SAISONS



LIVRET RECETTES



Fleuron gastronomique français, l'AOP Fourme d'Ambert est produite à partir du **lait de vaches**. Ce fromage à pâte persillée séduit les papilles par **sa douceur**. Sa production se fait en moyenne montagne, entre 600 et 1600 m d'altitude, au cœur d'un terroir volcanique. C'est toute la richesse et la diversité des hautes terres auvergnates qui confèrent à l'AOP Fourme d'Ambert son **goût subtil** tout en révélant des **notes parfumées** !



### AOC / AOP DEPUIS 1972

Grâce à un savoir-faire local transmis de génération en génération, la Fourme d'Ambert obtient en 1972 l'Appellation d'Origine Contrôlée (AOC). En 2006, cette reconnaissance devient européenne avec l'acquisition de l'Appellation d'Origine Protégée (AOP). Ce label est le garant de la qualité de fabrication des fromages qui répond à un cahier des charges précis, sur une zone de production délimitée.

#### ZONE DE PRODUCTION



### CARTE D'IDENTITÉ



**19 cm** de haut  
et **13 cm** de  
diamètre



**2,2 kg**  
environ pour  
une Fourme



**19 litres**  
de lait pour  
une Fourme



**28 jours**  
d'affinage  
minimum



**27 % de matière**  
**grasse** pour 100 g  
de produit fini

# COMPLICE POUR UNE DOUCEUR CRÉATIVE !



La douceur parfumée du plus doux des bleus offre de multiples possibilités derrière les fourneaux. De l'apéritif au dessert en passant par les plats ou encore l'entrée, l'AOP Fourme d'Ambert s'accommode dans de nombreuses recettes !



## Chauffer

Son goût subtil permet de la cuisiner en la chauffant, en la mélangeant sans écraser les autres produits.



## Lier

Crémeuse à souhait, elle est parfaite pour lier toutes sortes de sauces et apportera une touche de douceur dans une soupe ou un velouté.



## Gratiner

La texture souple et fondante permet de mettre un peu de fantaisie dans toutes sortes de gratins.

## COMMENT LA DÉGUSTER ?

### Côté pains

Elle s'accommode parfaitement avec une baguette d'artisan boulanger mais également avec un pain de campagne, un pain aux fruits secs, de seigle ou encore du pain d'épices légèrement passé au grill.

### Côté vins

Les vins blancs de son terroir à la minéralité rafraîchissante l'accompagneront divinement bien (AOC Côtes d'Auvergne) mais les vins plus moelleux comme le Coteaux du Layon ou le Muscat de Frontignan sauront parfaitement libérer tous ses arômes.

### Côté fruits

N'hésitez pas à l'associer avec des fruits secs (raisins, noix, noisettes...) et frais (figes, framboises, cerises et même bananes !) ou du chutney de mangue.



## ASTUCE CONSERVATION

L'AOP Fourme d'Ambert peut **se conserver dans le bas du réfrigérateur**, dans le bac à légumes (partie la moins froide et la plus humide) pour éviter au fromage de se dessécher. Il faut bien **la laisser dans son papier d'origine**. Pour apprécier tous ses arômes, il faudra la sortir du réfrigérateur et **la laisser reposer à température ambiante au moins 1 heure avant la dégustation**.



## PRINTEMPS



# ROULEAUX DE PRINTEMPS AU POULET, LÉGUMES FRAIS ET FOURME D'AMBERT

 4 personnes

 Préparation : 20 mn

 Cuisson : 15 mn

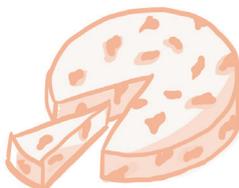
## INGRÉDIENTS

### Pour les rouleaux de printemps :

- 150 g de Fourme d'Ambert
- 300 g de filets de poulet
- 12 feuilles de riz
- 100 g de chou rouge
- 5 à 6 feuilles de laitue
- 1 carotte
- 1 cube bouillon de légumes
- Quelques brins de menthe fraîche

### Pour la sauce :

- 3 cuillères à soupe de sauce soja
- 1 gousse d'ail hachée
- 1 cuillère à soupe de jus de citron vert
- ½ cuillère à café de sucre
- ½ cuillère à café d'huile de sésame



## PRÉPARATION

Préparez la sauce pour les rouleaux de printemps en mélangeant la sauce soja, la gousse d'ail hachée, le jus de citron vert, le sucre et l'huile de sésame. Réservez.

Tranchez les filets de poulet de façon à leur donner une épaisseur uniforme. Faites-les ensuite cuire dans de l'eau frémissante avec le cube bouillon jusqu'à ce qu'ils soient bien cuits (environ 15 mn). Laissez les filets de poulet complètement refroidir avant de le couper en lanières. Pendant ce temps, détaillez la carotte en juliennes, émincez le chou rouge et coupez la Fourme d'Ambert en bâtonnets.

Pour confectionner les rouleaux de printemps, trempez une feuille de riz quelques secondes dans de l'eau froide. Disposez-la sur votre plan de travail. Placez un morceau de feuille de laitue dans le tiers inférieur de la feuille de riz, ajoutez une feuille de menthe, quelques morceaux de poulet, de la Fourme d'Ambert, des carottes en juliennes et du chou rouge émincé.

Roulez la feuille de riz en maintenant fermement la garniture en place. Rabattez les bords vers l'intérieur et terminez de rouler jusqu'à atteindre l'autre bout de la feuille. Recommencez l'opération pour chaque rouleau de printemps.

Servez les rouleaux de printemps au poulet, légumes frais et Fourme d'Ambert coupés en deux accompagnés de leur sauce.

**PRINTEMPS**



# HOT-DOGS GOURMETS AU COLESLAW À LA FOURME D'AMBERT



4 personnes



Préparation : 15 mn



Cuisson : 15 mn

## INGRÉDIENTS

### Pour le coleslaw à la Fourme d'Ambert :

- 100 g de Fourme d'Ambert émietée
- 100 g de chou rouge émincé
- 100 g de chou blanc émincé
- 2 cuillères à soupe de vinaigre de cidre
- 2 cuillères à soupe de yaourt grec
- 2 cuillères à soupe de mayonnaise
- 1 gousse d'ail hachée
- 1 filet de jus de citron
- Sel, poivre

### Pour les hot-dogs :

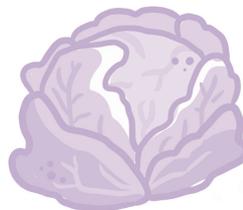
- 4 pains à hot-dog
- 4 saucisses de porc
- 8 tranches de lard fumé

## PRÉPARATION

Dans un saladier, fouettez le vinaigre de cidre avec le jus de citron, le yaourt grec et la mayonnaise. Ajoutez ensuite le chou rouge, le chou blanc et l'ail et mélangez jusqu'à ce qu'ils soient bien enrobés de sauce. Salez, poivrez et réservez au réfrigérateur pendant au moins une heure.

Préchauffez le four à 180 °C. Enroulez deux tranches de lard autour de chaque saucisse et disposez-les dans un plat. Faites cuire les saucisses au four pendant environ 15 minutes jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. Réchauffez les pains à hot-dogs dans le four 3 minutes avant la fin de la cuisson des saucisses.

Sortez le coleslaw du frigo et mélangez-le à la Fourme d'Ambert émietée. Dressez les hot-dogs en disposant une saucisse au lard fumé dans chaque pain. Garnissez-les d'une généreuse portion de coleslaw à la Fourme d'Ambert. Dégustez sans plus tarder.



ÉTÉ



# SALADE DE COUSCOUS PERLÉ À LA FOURME D'AMBERT

 4 personnes

 Préparation : 20 mn

 Cuisson : 20 mn

## INGRÉDIENTS

### Pour la salade de couscous perlé :

- 200 g de Fourme d'Ambert
- 300 g de couscous perlé
- 80 g de tomates semi-séchées
- 1 aubergine
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- ½ oignon rouge
- Quelques feuilles de basilic
- Sel, poivre

### Pour la vinaigrette :

- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillères à café de vinaigre de pomme
- 2 cuillères à café de jus de citron
- 1 cuillère à café de miel
- Sel, poivre

## PRÉPARATION

Faites cuire le couscous perlé dans l'eau selon les instructions présentes sur le paquet. Égouttez-le et laissez-le refroidir à température ambiante. Pendant ce temps, préparez la vinaigrette en mélangeant l'huile d'olive, le vinaigre de pomme, le miel et le jus de citron. Salez et poivrez selon votre goût. Réservez.

À l'aide d'une mandoline, tranchez de fines tranches d'aubergine. Arrosez-les d'huile d'olive, de sel et de poivre et faites-les cuire quelques minutes de chaque côté sur un grill. Détaillez également la Fourme d'Ambert en petits cubes, ainsi que les tomates semi-séchées et l'oignon rouge en petits morceaux.

Dans un saladier, mélangez le couscous perlé avec la vinaigrette, l'oignon rouge, la Fourme d'Ambert et les tomates semi-séchées. Répartissez la salade dans 4 assiettes creuses. Décorez-les ensuite avec les tranches d'aubergine grillée et les feuilles de basilic.



## AUTOMNE



# SPANAKOPITA REVISITÉE À LA FOURME D'AMBERT

 4 personnes

 Préparation : 30 mn

 Cuisson : 30 mn

## INGRÉDIENTS

- 250 g de Fourme d'Ambert
- 150 g de pousses d'épinard
- 150 g de ricotta
- 125 gr de feuilles de pâte filo
- 100 g de beurre fondu
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 oignons cébette
- 1 œuf
- Poivre
- Sel

## PRÉPARATION

Lavez et hachez grossièrement les pousses d'épinard. Faites-les revenir rapidement dans une poêle avec de l'huile d'olive. Découpez les oignons cébette en rondelles.

Dans un saladier, mélangez la Fourme d'Ambert émiettée avec la ricotta, l'œuf, les épinards cuits et les oignons cébette. Salez et poivrez.

Préparez la base de la tarte en superposant 7 à 8 feuilles de pâte filo arrosées généreusement de beurre fondu. Placez ensuite la base de pâte filo dans un moule à manqué de 20 cm de diamètre.

Versez la garniture à la Fourme d'Ambert et aux épinards sur le fond de pâte filo. Rabattez les feuilles de filo qui dépassent vers l'intérieur de la tarte de façon à former un petit bord. Badigeonnez les bords de pâte avec reste de beurre fondu. Enfourez pendant 30 minutes.

À la sortie du four, laissez refroidir légèrement la spanakopita revisitée à la Fourme d'Ambert avant de la déguster.



## AUTOMNE



# BROCHETTES APÉRITIVES À LA JAPONAISE BŒUF ET FOURME D'AMBERT

 12 pièces

 Préparation : 15 mn

 Cuisson : 4 mn

## INGRÉDIENTS

### Pour les brochettes :

- 400 g de Fourme d'Ambert
- 300 g de carpaccio de bœuf en fines tranches
- 2 cuillères à soupe d'huile neutre

### Pour la sauce japonaise :

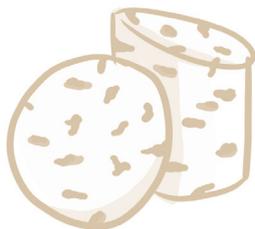
- 3 cuillères à soupe de sauce soja
- 2 cuillères à soupe de mirin
- 2 cuillères à soupe de saké
- 2 cuillères à soupe de sucre roux
- Graines de sésame

## PRÉPARATION

Dans une poêle, portez à ébullition la sauce soja, le mirin, le saké et le sucre. Réduisez ensuite le feu et laissez mijoter 5 minutes jusqu'à ce que la sauce japonaise épaississe légèrement. Débarrassez la sauce et laissez-la refroidir complètement.

Coupez la Fourme d'Ambert en trois tranches d'environ 2 cm d'épaisseur. Détaillez ensuite des bâtonnets de fromage d'environ 2 cm de large et 8 cm de long. Placez un pic à brochettes dans la longueur de chaque morceau de Fourme d'Ambert. Enroulez chaque brochette avec une tranche de carpaccio de bœuf.

Ajoutez un peu d'huile dans une poêle sur feu moyen. Saisissez les brochettes de Fourme d'Ambert une minute de chaque côté. Lorsqu'elles sont cuites, glacez-les de sauce japonaise à l'aide d'un pinceau de cuisine. Disposez les brochettes de Fourme d'Ambert dans un plat de service. Garnissez-les de quelques grains de sésame et dégustez sans plus tarder !



# HIVER



# SOUPE À L'OIGNON À LA FOURME D'AMBERT

 4 personnes

 Préparation : 15 mn

 Cuisson : 35 mn

## INGRÉDIENTS

### Pour les brochettes :

- 250 g de Fourme d'Ambert
- 1,5 kg d'oignons jaunes
- 1 l de bouillon de légumes
- 150 ml de vin blanc sec
- 4 tranches de pain rustique
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de farine
- 1 feuille de laurier
- Quelques branches de thym
- Poivre
- Sel

## PRÉPARATION

Épluchez et émincez les oignons. Faites-les ensuite revenir dans une casserole avec l'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils soient bien colorés.

Saupoudrez les oignons d'une cuillère à soupe de farine et mélangez. Versez ensuite le vin blanc et le bouillon de légumes, ajoutez le laurier, du sel et du poivre. Laissez cuire à feu moyen pendant 30 minutes.

Préchauffez le four à 180 °C. Versez la soupe à l'oignon dans 4 bols allant au four.

Garnissez 4 tranches de pain rustique d'une belle tranche de Fourme d'Ambert et placez-les sur le dessus des soupes à l'oignon.

Enfournez quelques minutes jusqu'à ce que les tranches de pain à la Fourme d'Ambert soient bien gratinées. Servez et dégustez les soupes à l'oignon bien chaudes, décorées d'une belle branche de thym.



# HIVER



# CABILLAUD À LA ROYALE, SAUCE À LA FOURME D'AMBERT ET STOEMP DE LÉGUMES



4 personnes



Préparation : 15 mn



Cuisson : 35 mn

## INGRÉDIENTS

### Pour le cabillaud à la royale :

- 250 g de Fourme d'Ambert
- 4 filets de cabillaud
- 250 ml de crème fraîche épaisse
- 20 g de beurre
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Du persil frais
- Poivre
- Sel

### Pour le stoemp :

- 750 g de pommes de terre (type Bintjes)
- 2 carottes
- 1 blanc de poireau
- 1 oignon
- 30 g de beurre
- 25 cl de lait
- Poivre
- Sel



## PRÉPARATION

Épluchez les pommes de terre, lavez-les et coupez-les en morceaux. Faites-les ensuite cuire dans l'eau bouillante salée pendant environ 15 minutes avant de les égoutter. Pendant ce temps, lavez, épluchez et coupez les carottes et le poireau en rondelles. Épluchez et émincez également l'oignon.

Faites chauffer le beurre dans une poêle. Faites-y revenir l'oignon jusqu'à ce qui soit translucide. Ajoutez ensuite les rondelles de poireau et de carottes. Préchauffez le four à 180 °C.

Dans un saladier, écrasez les pommes de terre avec le lait afin d'obtenir une purée. Mélangez les légumes cuits dans la purée avant de saler et de poivrer. Réservez le stoemp à couvert jusqu'au dressage du plat.

Salez et poivrez les filets de cabillaud et disposez-les dans un plat à gratin badigeonné d'huile d'olive. Enfourez pendant 8 à 10 minutes.

Dans une petite casserole, faites chauffer la crème épaisse avec la Fourme d'Ambert. Une fois que le fromage a fondu, la sauce est prête.

Dressez les filets cabillaud une fois cuit sur une portion de stoemp. Nappez-les généreusement de sauce à la Fourme d'Ambert. Décorez avec un peu de persil frais.



## AOP FOURME D'AMBERT



[fourme-ambert.com](https://fourme-ambert.com)



Conception : Agence Qui Plus Est - Crédits photo L. Combe, P. Artige, S. Alphonsine, E. Buski  
Pour votre santé, évitez de manger trop gras, trop sucré, trop salé - [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)

