

Provençal





La pissaladiero

La pissaladière



La pissaladière est composée d'une pâte à pain et d'une garniture à base d'oignons et d'anchois. Elle doit son nom à un mot niçois *pissala* qui est une conserve de petits poissons broyés (anchois et poutine). On a coutume de rajouter des olives noires (les caillettes).

Ingrédients :



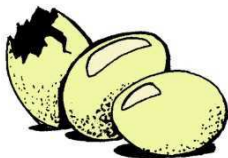


			
Pâte à pain	Oignons	<i>Pissala</i>	Olives noires


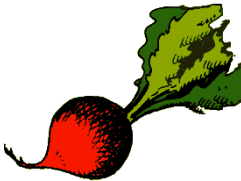



Lou pan bagna

Le pan bagnat



Il est composé d'un pain rond coupé en deux et imprégné d'huile d'olive et d'une garniture qui est la base de la salade niçoise : tomates, œufs durs, thon, anchois, fèves (petites fèves), radis, poivrons verts, cébettes (oignons frais), artichauts violets, feuilles de basilic, olives noires, sel et poivre.

				
Pain rond	Tomates	Œufs	Thon	Anchois

				
Fèves	Radis	Poivrons verts	Cébettes	Artichauts violets

				
Feuille de basilic	Olives noires	Huile d'olive	Sel	Poivre

La sòca

La socca



La socca est une spécialité à base de farine de pois chiches. Elle ressemble à une fine galette dorée et se consomme chaude. On y rajoute en général du poivre.

Ingrédients :

				
Farine de pois chiches	Eau	Huile d'olive	Sel	Poivre





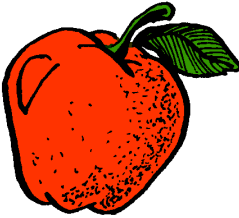

La tourto de bleto



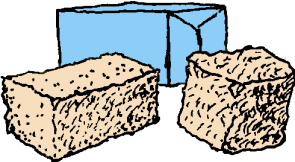
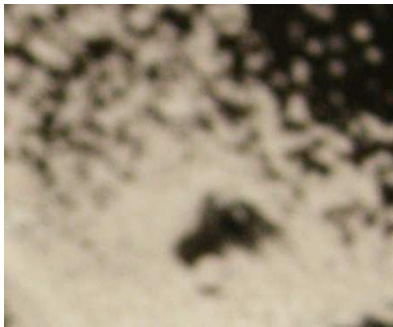
Tourte de blettes



La tourte de blettes est un dessert traditionnel assez surprenant puisqu'il associé des blettes et avec des produits sucrés tels que la pomme, les raisins secs et le sucre !

Ingrédients :

			
Tourte	Blettes	Pommes	Raisins secs

			
Pignons	Oeufs	Sucre	Sucre glace


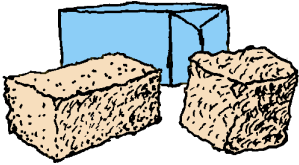

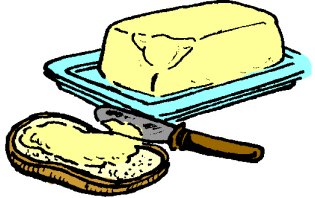
Li ganso

Les ganses



Les ganses sont des sortes de beignets en forme de nœud et sont consommées pendant la période de Carnaval. Elles sont parfumées à la fleur d'oranger et saupoudrées de sucre glace.

Ingédients :

			
Farine	Sucre en poudre	Œufs	Beurre

			
Levure	Huile pour la friture	Eau de fleur d'oranger	Sucre glace


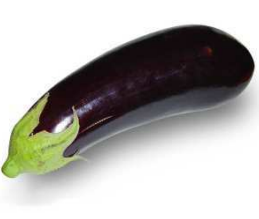



La ratatouio

La ratatouille



La ratatouille est un plat composé de légumes coupés en petits morceaux et revenus dans l'huile séparément avant d'être mélangés : aubergines, courgettes de Nice, poivrons, ail, tomates, oignons, basilic, huile d'olive, sel et poivre.

Ingrédients :

				
Courgettes de Nice	Aubergine	Poivrons	Ail	Tomates

				
Oignons	Feuille de basilic	Huile d'olive	Sel	Poivre