

LE GUIDE DU



La Vallongue ^{Domaine de}

2 0 1 6

E D I T O



« *Le Domaine de la Vallongue...*
...Les Alpilles comme vous ne les avez jamais goûtées... »

Pour la 3^{ème} année, *Le Domaine de la Vallongue* ouvre les pages de son Guide comme une carte aux Trésors de cette merveilleuse région des Alpilles. Restaurateurs, cavistes, entrepreneurs, tous partenaires nous accompagnent au fil des pages pour se porter ambassadeurs de nos belles Alpilles ; qu'ils soient remerciés pour leur fidélité à valoriser « l'art de vivre et de faire » aux portes des Baux.

Cette année également les produits du Domaine se sont vus couronner à nouveau – Médaille d'Or du Salon de l'Agriculture pour le Rosé IGP Alpilles « Lovely », Médaille d'Or interprofessionnelle pour l'huile AOP les Baux - reconnaissant ainsi, de la plus belle façon, le travail de l'équipe de *la VALLONGUE* à exprimer l'élégance sauvage de ce terroir unique.

Raffiné dans ses produits, *le Domaine de la Vallongue* l'est aussi dans son accueil : tout un programme événementiel pour partager la majesté des lieux : expositions, défilés de mode, concerts lyriques se succèdent pour s'imprégner encore et encore de l'esprit de la propriété et de cette région unique.

Plus que jamais, *la Vallongue* reste la promesse d'un voyage furtif, un joli moment entre amis, en famille... une parenthèse légère, fruitée et gourmande au cœur des Alpilles, berceau de nos origines que nous sommes fiers de vous faire partager au fil de ce guide.

Tournez les pages et laissez vous transporter...



ALEXANDRE LAFOURCADE

Alexandre Lafourcade restaure dans les règles de l'art ou crée de toutes pièces des Mas, des Bastides, des propriétés viticoles...dans l'esprit du XVIII^{ème} siècle. Il transforme aussi des bâtiments agricoles en lofts ou il ressuscite des Hôtels ou de grandes Villas sur la Riviera. Quel que soit le projet d'architecture, et l'importance des travaux, toutes ces propriétés ainsi revisitées semblent avoir toujours fait partie de leur environnement. Comme par magie, le charme renaît.

Les jardins très ordonnés mettent en valeur la beauté du bâti en conjuguant subtilement classicisme et fantaisie.

Le style Lafourcade recherche en permanence l'authenticité en y ajoutant une touche essentielle de modernité et reflète un art de vivre élégant en Provence.

Restaurations . Constructions . Propriétés d'exception
Domaines Viticoles . Hôtels...

ALEXANDRE LAFOURCADE

10, Boulevard Victor Hugo BP 75 - 13 532 Saint-Rémy-de-Provence - Cedex France

T. +33 (0)4 90 92 10 14 - contact@architecture-lafourcade.com - www.architecture-lafourcade.com

Création de Jardins

DOMINIQUE LAFOURCADE

28, Avenue Vincent Van Gogh - 13 210 Saint-Rémy-de-Provence - France

T. +33 (0)4 90 95 52 91 - contact@dominique-lafourcade.com - www.dominique-lafourcade.com



1. la Vallongue, un lieu, une histoire...
2. un terroir bio depuis 1985, élégant depuis toujours
3. des vins inspirés
4. des huiles raffinées
5. la Vallongue, ambassadeur des alpilles
 - ∴ *La Vallongue sur les tables : recettes de nos chefs partenaires*
6. notre si belle région
 - ∴ *Culture et événements à la Vallongue*

SOMMAIRE



HISTOIRE

LA VALLONGUE, UN LIEU, UNE HISTOIRE...

Le Domaine de La Vallongue, 300 ha de garrigues et de rochers posés sur les communes d'Eygalières et de St Rémy de Provence et séparés du Nord au Sud par la D24 reliant Mouriès à Eygalières.

La route qui mène au Domaine était l'antique voie romaine qui reliait Rome à l'Espagne. Le créneau par lequel on entre aujourd'hui dans les Alpilles était un lieu de passage obligé (qui dit passage obligé, dit aussi lieu d'échange) situé au bas de la "longue vallée": la Vallongue.

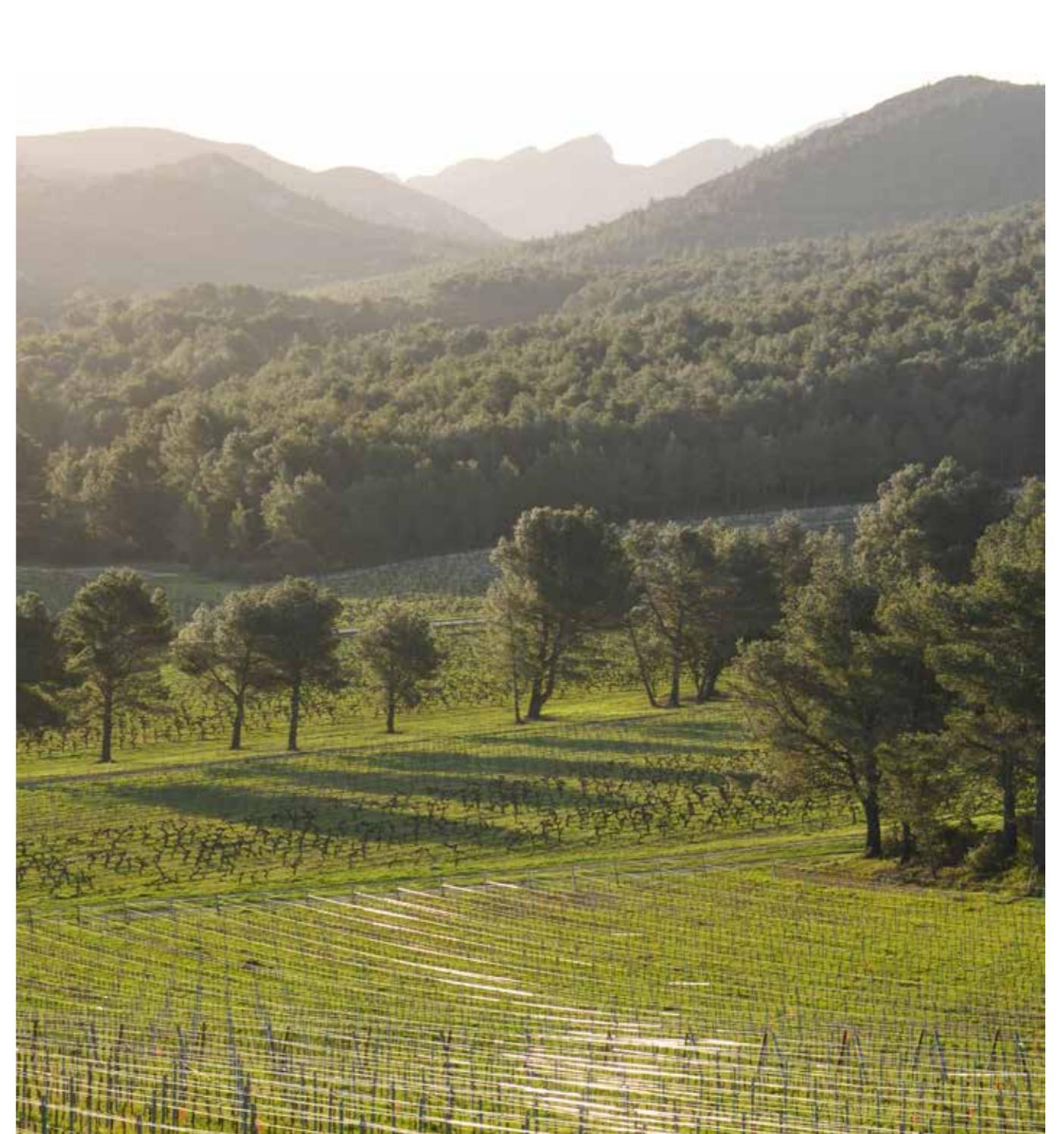
Il y a 100 ans, la Vallongue était une bergerie et c'est dans les années 70 que la propriété, devenue un rendez-vous de chasse, livra à Mr PAUL CAVALLIER ses trésors de terroirs insoupçonnés jusqu'alors.

Patience et travail acharné, permirent à Mr PAUL CAVALLIER de créer les 38 ha de parcelles viticoles disséminées en une mosaïque de terroirs.

Les Pierres Cassées, la source Blanche, les Amandiers... témoignent par leurs dispositions inédites tantôt "cuvette minérale" tantôt "en ruisseau de vigne" se fondant aux courbes de la vallée, de la précision avec laquelle, l'initiateur du domaine a souhaité récolter la quintessence d'une terre multiple tout en respectant l'authenticité du site.

C'est donc tout naturellement que le Domaine de la Vallongue fut l'un des premiers vignobles de la région à adopter la culture biologique en 1985.

En 2008, Christian LATOUCHE, reprend les rênes du Domaine et poursuit l'oeuvre de Mr PAUL CAVALLIER en renouvelant et développant un encépagement ciblé en équilibre avec la nature exceptionnelle du site.



T E R R O I R

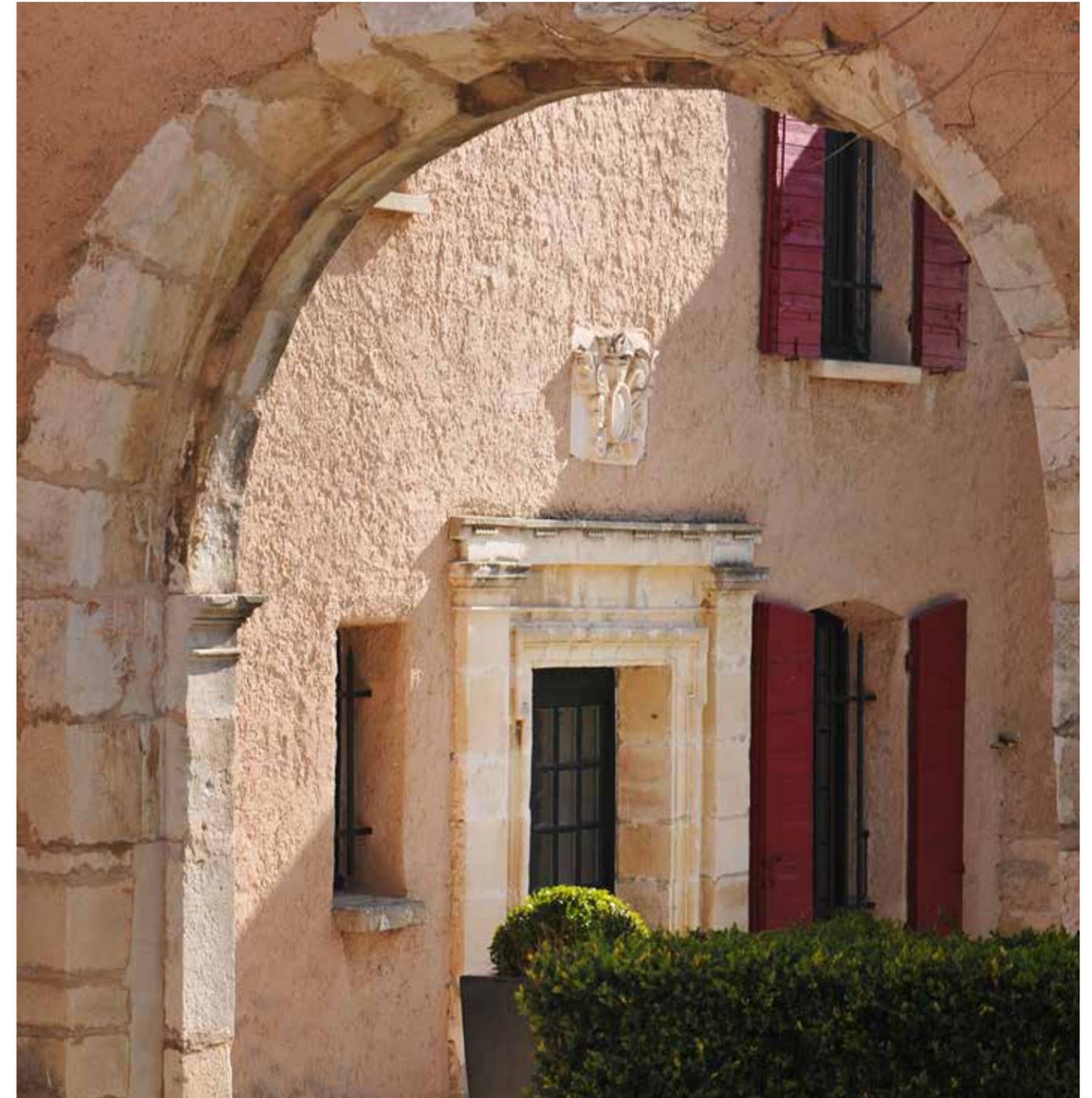
UN TERROIR BIO DEPUIS 1985, ÉLÉGANT DEPUIS TOUJOURS

La typicité

Grâce à un effort mené sur plus de 40 ans, le Domaine a su sélectionner 38 ha de parcelles entre falaises et garrigue. Aujourd'hui, cette approche parcellaire nous permet de faire ressortir chaque année la quintessence de terroirs d'exception.

Respect d'un environnement exceptionnel

Les conditions climatiques si particulières de la région d'Eygalières nous ont naturellement encouragé à produire des raisins BIO depuis 1985. Fertilisation purement naturelle, pas d'engrais ni d'insecticides ou pesticides de synthèse, un respect du cycle naturel avec la complicité du mistral... toutes les conditions pour une expression sans fard de la typicité des vins du Domaine.



LAOP BAUX DE PROVENCE - NOS RACINES

Au pied des Alpilles, massif au relief pittoresque taillé en biseau par l'érosion, les Baux de Provence sont le paradis de la vigne et de l'olivier.

Superficie de l'ensemble de l'appellation :

350 ha répartis sur 12 producteurs, dont 85% de raisins BIO.

Climat :

Naturellement protégé et séché par le mistral, été chaud, nuits fraîches.

Production totale de l'appellation :

Près de 9000 hl

Sol :

Caillouteux forçant la vigne à aller chercher profondément eau et minéraux.

Cépages dominants :

Grenache, Syrah, Cinsault, Grenache blanc, Rolle, Clairette.



NOS VINS INSPIRÉS

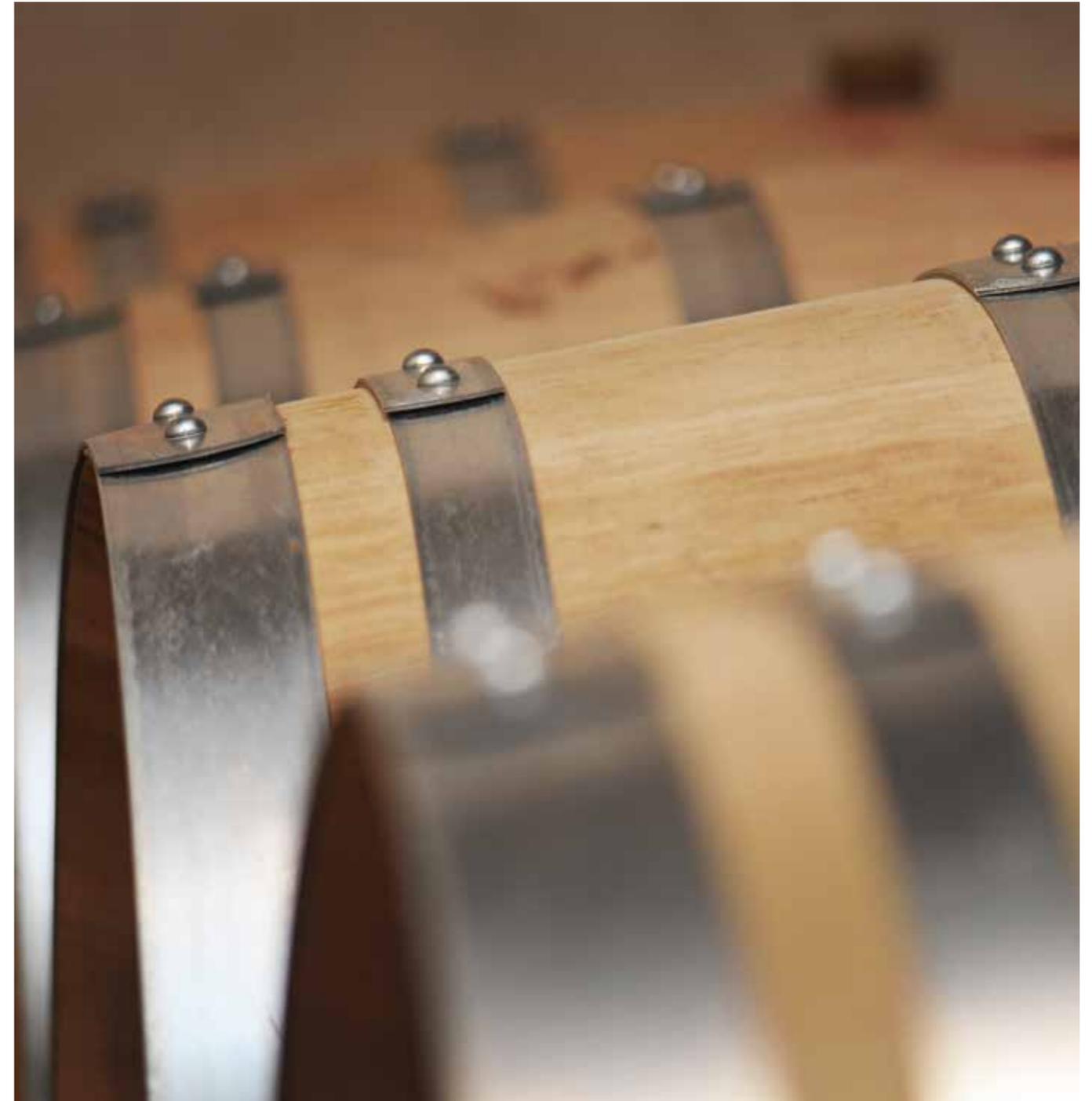
DES VINS INSPIRÉS

La Vallongue... le vin... la garrigue ...

AOP Baux de Provence, IGP Alpilles, chacune de nos cuvées porte en elle l'héritage aromatique d'un terroir unique : minéral, épicé et parfumé de garrigue.

D'un côté, les AOP Baux de Provence : Sauvages autant que raffinés, les Baux de Provence signés par la Vallongue sont les ambassadeurs à la fois fidèles et originaux de l'appellation.

De l'autre, les IGP Alpilles de la Vallongue : Une déclinaison encore plus libre de la signature unique du terroir du domaine.



NOS VINS INSPIRÉS

LES ROUGES DE LA VALLONGUE

Millésime après millésime les touches “violette” de la syrah et “poivron” du cabernet sauvignon affirment une personnalité inoubliable.

> *Lovely Rouge*

Appellation ALPILLES (IGP) pour ce “vin plaisir”.

D'une belle robe rouge rubis brillante, ce vin propose un nez plein d'attrait sur les cerises et les notes de garrigue. La bouche ronde et pleine de fruits est gouleyante et d'une belle fraîcheur sur des tanins ronds.

Un rouge “lovely” pour grignoter avec gourmandise !

> *Garrigues Rouge*

L'appellation LES BAUX DE PROVENCE (AOP), dans sa plus belle expression.

Rouge rubis aux reflets translucides pour ce vin qui développe un joli bouquet aux notes de fruits mûrs, de réglisse, de tabac blond et quelques notes d'écorces... Après une attaque enrobée, les arômes de fruits et d'épices s'ouvrent en bouche et se prolongent sur des saveurs discrètement toastées.

L'élégance sauvage sur vos grillades et fromages...

> *Pierres Cassées*

L'appellation LES BAUX DE PROVENCE (AOP), dans la tradition “Vallongue”.

D'une belle robe rouge rubis aux reflets de maturité. Sans hésitation, ce vin livre au nez ses arômes de fruits compotés, d'épices et de réglisse et quelques notes empyreumatiques. Sa bouche ronde et généreuse joue les notes de poivre gris, de tabac blond et de fruits mûrs donnant un ensemble élégant aux tanins fondus sous couvert d'une agréable fraîcheur et d'un boisé finement vanillé.



NOS VINS INSPIRÉS

LES ROSÉS DE LA VALLONGUE

Frais, fruités et fleuris, une bouffée d'été à chaque dégustation...

> *Lovely Rosé*

Appellation ALPILLES (IGP) pour ce rosé limpide.

Une jolie robe rose orangé. Un premier nez de banane qui évolue vers des arômes de fleurs et fruits à chair blanche : pêches et poires...

Mis en bouche, une fraîcheur citronnée joliment équilibrée apporte un accent gourmand.

Un vin charmant pour vos apéritifs LOVELY médaillé d'Or 2016 au concours Agricole de Paris !

> *Garrigues Rosé*

Appellation LES BAUX DE PROVENCE (AOP) pour ce rosé de Prestige.

Sa robe rose pâle couleur chair brillante et lumineuse attire le regard du dégustateur.

Le nez intense et franc décline des notes de framboises, de pêches et de roses. Une bouche gourmande et rafraîchissante avec une sensation de volume aux accents de fruits rouges.

Un bouquet de "Garrigues" sur votre table...

> *Cuvée du propriétaire*

Le Baux de Provence Rosé, revisité par le maître des lieux : une jolie robe framboise éveille notre curiosité pour une découverte d'arômes expressifs mêlant la fraise, le cassis et les agrumes. En bouche, des senteurs florales se marient aux notes de fruits rouges sous couvert d'une fraîcheur et d'une rondeur remarquables qui persistent jusqu'à la finale gourmande.



NOS VINS INSPIRÉS

LES BLANCS DE LA VALLONGUE

Minéralité et pointe d'agrumes distinguent ces vins comparables aux grands blancs des vignobles septentrionaux.

> *Garrigues Blanc*

Appellation BAUX DE PROVENCE (AOP) pour ce blanc d'exception.

Une jolie robe jaune pâle et brillante avec des reflets verts. Belle intensité olfactive avec un premier nez très exotique : notes d'ananas et de fruits à chair blanche.

En bouche, une attaque franche avec une belle rondeur en milieu de bouche très aromatique et onctueuse.

Un rare moment de dégustation...



NOS HUILES RAFFINÉES

LA VALLONGUE... L'HUILE D'OLIVE... L'HERBE COUPÉE...

A quelques kilomètres du domaine, c'est une véritable mer d'oliviers qui offre chaque année, une huile sauvage et subtile.

" Une brassée d'herbe fraîchement coupée ", signée La Vallongue.

Aglандаu, Bouteillan, Grossanne, Salonenque et Verdale composent l'olivieraie de 40 ha.

L'extraction, obtenue directement des olives et uniquement par des procédés mécaniques, préserve la plus pure expression des variétés.

Assemblée ou monovariétale, chacune des huiles compose alors une personnalité aromatique portant fidèlement le terroir des Alpilles tout en laissant un souvenir de fraîcheur matinale unique...



NOS HUILES RAFFINÉES

LE MOULIN DE LA VALLONGUE

Après plus d'un an de travaux, La Vallongue a ouvert les portes de son moulin à huile en Décembre 2015.

Destiné à triturer notre célèbre huile, ce moulin de dernière génération sera en capacité d'accueillir également d'autres producteurs locaux dans le cadre de prestations de trituration.

L'infrastructure ultra moderne a été installée avec sobriété dans un ancien bâtiment agricole du Domaine entièrement réhabilité pour l'occasion avec un seul objectif : mettre la technologie au service de l'expression du terroir de nos Alpilles !

Détenteur de toutes les habilitations de triturations (AOP, Huile de France, Bio ...), notre Moulin a permis d'enrichir notre gamme d'AOP Bio ainsi que d'une exceptionnelle Fruitée Noire aux arômes de truffe...



Nous pouvons travailler nos produits avec sérieux et engagement, nos juges restent nos consommateurs guidés par les restaurateurs qui nous font l'honneur de nous retenir sur leur carte.

Nous sommes très heureux que ces chefs aient accepté de partager quelques-unes de leurs recettes comme un témoignage de leur passion pour le terroir des Alpilles.

LA VALLONGUE, AMBASSADEUR DES ALPILLES

∴ *La Vallongue sur les tables : recettes de nos chefs partenaires*





RECETTE
DU RESTAURANT
« L'OUSTALOUN »

CROUSTILLANTS AUX PETITS LÉGUMES

Ingrédients pour 4 pers

- > 8 feuilles de brick
- > 2 pots de ricotta ou brousse
- > 2 faisselles ou fromage blanc
- > légumes de saison
- > 3 jus de citron
- > ciboulette ciselée
- > basilic
- > huile d'olive de La Vallongue
- > sel
- > poivre

Prendre la feuille de brick, la plier en deux puis découper un cercle d'environ 10 cm de diamètre. Disposer deux feuilles dans un ramequin pour lui donner la forme d'une tulipe et mettre au four préchauffé à 180°C pendant 2 minutes.

Préparer votre appareil : Mélanger dans un récipient la ricotta, la faisselle, la ciboulette, le jus de citron, un peu d'huile d'olive et assaisonner sel poivre puis réserver votre préparation au frais.

Cuire les différents légumes à l'anglaise ou à la vapeur et plonger en fin de cuisson dans de l'eau et des glaçons pour arrêter la cuisson et fixer la couleur. Possibilité de cuire séparément dans de l'huile d'olive (à feux doux pour confire) courgettes et aubergines puis égoutter et refroidir.

Mettre votre feuille de brick au centre de votre assiette, ajouter 2 à 3 cuillères de votre préparation et disposer dessus de façon harmonieuse vos différents légumes.

Finir avec un filet d'huile d'olive et basilic sur le dessus.

Hôtel Restaurant L'Oustaloun**



Bienvenue à l'Oustaloun, Marielle et Thierry propriétaires depuis 1990 de cet hôtel de charme situé en plein cœur du village de Maussane les Alpilles vous accueilleront pour un moment de convivialité et de détente et vous faire découvrir les charmes de la Provence.

Hôtel et restaurant climatisés



Restaurant à l'ambiance chaleureuse où le Chef Jérôme Sauton notre cuisinier depuis 18 ans vous fera savourer une cuisine authentique et contemporaine revisitée avec des produits frais du terroir (Maitre Restaurateur depuis 2010).

Hôtel Restaurant L'Oustaloun

4, Place Laugier de Monblan - 13 520 Maussane-les-Alpilles

Nous découvrir www.loustaloun.com où nous écrire info@loustaloun.com

Tél : 0033 (0) 490 543 219

Restaurant Les Arcades



RECETTE DU RESTAURANT « LES ARCADES »

PETITS FARÇIS PROVENÇAUX

Ingrédients pour 4 pers

- > 2 courgettes
- > 2 aubergines
- > 4 petites tomates

Couper de gros tronçons d'aubergines, inciser le dessus et mettre à cuire au four avec de l'huile d'olive environ 20 minutes. Couper les courgettes en tronçons et les plonger dans de l'eau bouillante 3 minutes et les refroidir dans de l'eau froide. Couper le chapeau des tomates et les vider de leur pulpe.

Ingrédients pour la farce

- > 2 courgettes
- > 2 aubergines
- > 1 poivron rouge
- > 1 oignon
- > 2 tomates
- > 100 grammes de chair à saucisse
- > 1 oeuf
- > une grosse cuillère de pistou
- > chapelure

Faire une ratatouille, puis la mixer avec la chair à saucisse, l'oeuf, le pistou, la chapelure, rajouter du parmesan, garnir les petits légumes et mettre à cuire au four avec un filet d'huile d'olive.

Le dressage

- > 50 grammes de pistou
- > 100 grammes de coulis de tomates

Mettre du coulis de tomate au fond de l'assiette, poser deux aubergines et deux courgettes et une tomate sur le coulis puis décorer avec le pistou.



Le restaurant les Arcades vous accueille midi et soir à l'intérieur où l'extérieur avec sa magnifique terrasse. Laurent Dodé, le chef vous fera déguster une cuisine provençale. Le restaurant accueille des groupes, séminaires, pour tous vos événements avec possibilité de privatiser le restaurant. Accès handicapé et parking privé devant le restaurant.

Chemin de Pied Gautier RN7 - 13 660 Orgon - T. 04 90 73 34 40

www.restaurant-arcades-orgon.com



RECETTE
DU RESTAURANT
« LE LÉZARD
GOURMAND »

SAUMON D'ÉCOSSE MI-CUIT SUR ASPERGES VERTES,
ÉMULSION CORSÉE AUX ÉPICES ET ARÔMATES

Ingrédients pour 4 pers

- > 12 belles asperges vertes bio
- > 800 grammes de saumon d'Ecosse
- > 1/2 litre de fumet de poisson
- > mesclun de salade
- > 1 bouquet de coriandre
- > persil
- > menthe
- > 1 morceau de gingembre ciselé
- > 10 grains de poivre du Népal et du Sichuan
- > le zeste d'une orange
- > quelques feuilles de verveine
- > vinaigre balsamique
- > huile d'olive bio

Ajoutez à 1/2 litre de fumet de poisson, un bouquet de coriandre, persil, menthe, un morceau de gingembre ciselé, 10 grains de poivre du Népal et du Sichuan, le zeste d'une orange, quelques feuilles de verveine. Amenez jusqu'à ébullition et arrêtez le feu. Laissez infuser 1 heure. Cuire les pointes de 12 belles asperges vertes bio à l'anglaise. Réservez.

Faire l'émulsion : cuire les tiges d'asperges dans le bouillon épicé 5 minutes. Mixez les queues des tiges d'asperges avec trois cuillères à soupe de bouillon. Réservez la moitié de cette émulsion. Mélangez l'autre moitié à une cuillère à soupe de vinaigre balsamique et deux cuillères d'huile d'olive bio. Cuire 200 grammes de saumon d'Ecosse à la vapeur du bouillon pendant 2 minutes afin qu'il soit encore rouge au milieu.

Dresser : Posez un mesclun de salade et l'assaisonnez avec la vinaigrette d'asperge tiède. Posez les tiges d'asperges côte à côte et déposez le saumon dessus. Déposez un trait d'émulsion d'asperge.

Bon appétit !

RESTAURANT
Le Lézard
Gourmand




CUISINE FRAÎCHEUR & BIOLOGIQUE



• Salades & formules
le midi (en semaine)

• Menu dégustation › 38,50€

• Menu carte › à partir de 28€

Pour goûter du fait maison,
du local et du bio!



Accueil, confort et beauté du lieu!

14 CHAMBRES - SALLE DE SÉMINAIRE

Chemin de Pestelade - 13810 Eygalières
Téléphone › 04 90 95 90 06
www.hotellabastide.com

Le caviste
Maussane les Alpilles



Plus de 210 références...
Produits régionaux, Bio, Tarifs domaines

Le caviste
Vins fins champagnes spiritueux ...




Livraison gratuite Alpilles



Au coeur du village...
62, Avenue de la vallée des Baux
13 520 Maussane-les-Alpilles
06.25.40.50.04



www.lecavistedemaussane.fr



RECETTE
DU BISTROT
« CHEZ JU »

AÏOLI

Ingrédients pour 4 pers

- > 4 carottes
- > 1 chou fleur
- > 4 pommes de terre
- > 1 kg de morue
- > 4 oeufs durs
- > 20 escargots

La veille, faire dessaler la morue si besoin, et faire cuire les escargots.

Le lendemain, préparer les légumes. Eplucher les pommes de terre et carottes, et défaire le chou fleur.

Faire cuire les légumes à la cocotte-minute le temps nécessaire, puis réserver dans un plat.

Ingrédients pour l'AÏOLI

- > 5 jaunes d'oeufs
- > 2 cuillères à soupe de moutarde
- > 6 gousses d'ail
- > huile d'olive
- > sel
- > poivre

Écraser les gousses d'ail dans un bol puis monter une mayonnaise : fouetter les jaunes d'oeufs avec l'huile jusqu'à ce que la sauce monte. Assaisonner et mettre au frais jusqu'au moment de servir.

Cuire la morue au court bouillon.

Présenter le poisson au milieu du plat entouré des légumes sans oublier les oeufs durs, les escargots, et l'aïoli...





RECETTE DU
 « PETIT LUCULLUS »
 la Table de la Bastide du Tinal

FILETS DE ROUGETS RÔTIS SUR CROUSTILLANTS DE
 TAPENADE NOIRE À LA TRUFFE, AÏOLI À LA TRUFFE,
 POLENTA AUX TOMATES SÉCHÉES ET AUX TRUFFES

Ingrédients pour 4 pers

- > 250 g de polenta moyenne (semoule de maïs)
- > 30 cl de lait demi-écrémé & 80 cl d'eau
- > 2 cuil à café d'émietté de truffes à l'huile d'olive
- > 100g de tomates séchées à l'huile, 2 échalotes & 1 gousse d'ail
- > 2 cuil. à soupe d'huile d'olive à la truffe & 1 cuil. à soupe d'huile d'olive
- > 12 filets de rougets
- > 12 croustillants
- > 1 petit pot de tapenade à la truffe noire
- > 1 truffe noire en lamelle
- > 4 gousses d'ail
- > Sel à la truffe et poivre

Émincer les échalotes l'ail. Dans une poêle, faire chauffer l'huile d'olive et y faire dorer les échalotes 2 minutes. Ajouter l'ail et les tomates séchées. Laisser cuire 5 à 10 minutes à feu moyen. Porter le lait à ébullition dans une grande casserole avec l'eau. Verser la polenta en pluie. Faire cuire 6 à 8 minutes en remuant sans cesse. Saler et poivrer et ajouter si besoin un peu d'eau si la polenta est trop compacte. Incorporer à la polenta, la préparation échalotes, tomates séchées et l'émietté de truffes à l'huile d'olive. Bien mélanger.

Graisser une plaque au pinceau avec l'huile d'arachide. Mettre la polenta dans des cercles, épaisseur d'environ 2cm. Laisser refroidir. Les placer sur une plaque huilée allant au four et faire griller les galettes 5 minutes sous le grill.

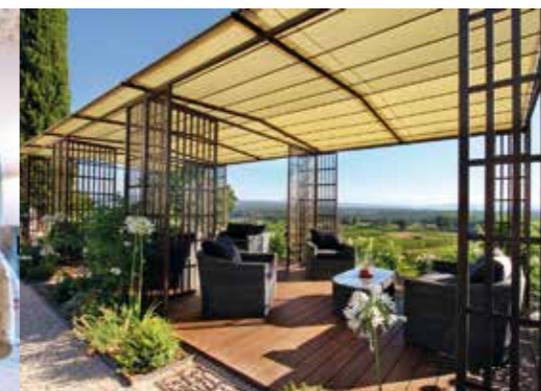
Couper des lamelles de pains et les dorer à la poêle avec une cuillère d'huiles d'olives & une cuillère d'huile d'olive aux truffes noires.

Ecraser 4 gousses d'ail et monter l'aïoli avec un jaune d'oeuf et l'huile d'olive rectifiée avec sel de truffe et du poivre et incorporez 2 cuil à café d'émietté de truffes à l'huile d'olive.

Dorer les Filets de Rougets coté peau dans un fond d'huile d'olive, jusqu'à cuisson complète soit 3 à 4 minutes.
 « Répartir de la tapenade à la truffe sur les croustillants et positionner sur chacun un filet de Rougets, positionnez vos galettes de Polenta et votre Aioli et dégustez ».



LA BASTIDE DU TINAL



Fièremment dressée sur les contre forts de Ménerbes, village classé parmi les plus beaux du Luberon, la Bastide du Tinal, ancienne magnanerie datant du 18ème siècles entièrement rénovée, après près de deux ans de travaux vous accueille et vous invite à la douceur de vivre en Provence. Entourée d'un parc d'un hectare, planté d'oliviers, de chênes truffiers, d'amandiers, de rosiers anciens, avec une vue à couper le souffle sur Gordes et le Mont Ventoux, la Bastide avec ses 5 chambres spacieuses décorées avec goût et raffinement, cultive l'art de recevoir et vous invite à vivre un moment inoubliable emprunt de calme et de sérénité.

This former 18th century magnanery, la Bastide, stands proudly aons the foothills of Menerbes. Having undergone two years of renovation, it now welcomes you to discover the sweet life in Provence. La Bastide is surrounded by a one-hectare park filled with olive trees, truffles, almond oaks, ancient roses and breath taking views of Mont-Ventoux and Gordes. Whichever of the five spacious and meticulously decorated rooms you choose, you will enjoy on unforgettable experience.

660, Chemin Neuf - 84 560 Ménerbes - Tél. 04 90 72 18 07 - P. 06 07 30 66 70 - labastidedutinal@gmail.com

www.bastide-du-tinal.com



RECETTE
DU RESTAURANT

« LE PETIT CAFÉ »

DOS DE CABILLAUD BARDÉ RÔTI, MIJOTAGE DE TRUFFES & D'ASPERGES VERTES, POMMES DE TERRE CUITES EN ROBE PUIS ÉCRASÉES À LA FOURCHETTE

Ingrédients pour 4 pers

- > 4 dos de filet de cabillaud (170gr pièce)
- > 30 cl de bouillon de poule
- > 20 gr de Tartufata (purée de champignons aux truffes)
- > 16 tranches de poitrine paysanne
- > 20 asperges vertes
- > 100 gr de truffes noires fraîches
- > 3 cébettes
- > 600 gr de pommes de terre
- > huile d'olive
- > fleur de sel

Éplucher les asperges, cuire les asperges à l'anglaise et les refroidir en eau glacée, puis les égoutter sur un linge. Barder les dos de cabillaud et tailler les cébettes en fin sifflets.

Laver et cuire les pommes de terre en robe des champs (eau salée), les égoutter, les éplucher et les mettre dans un récipient et les écraser grossièrement à l'aide d'une fourchette. Ajouter la fleur de sel, un tour du moulin et arroser d'un filet d'huile d'olive. Vérifier l'assaisonnement et conserver au chaud.

Dans une cocotte chaude, verser un filet d'huile d'olive et rôtir les dos de cabillaud, finir la cuisson au four chaud à 180°. Dans une autre cocotte chaude, verser un filet d'huile d'olive, rôtir les asperges, verser les cébettes, déglacer avec le bouillon. Laissez réduire, ajouter la Tartufata. Mettre les dos de cabillaud et laisser mijoter quelques minutes. Rectifier le goût et dresser sur l'assiette, le fond de pommes de terre, le cabillaud sur les pommes de terre, les asperges autour, verser le jus sur le cabillaud & râper de la truffe noire sur chaque assiette.

LE PETIT CAFE

« LE PETIT CAFE, une cuisine Méditerranéenne pleine de saveurs dans un décor de carte postale ! »



Au cœur du vieux village perché d'Oppède-le-Vieux, si authentique, le PETIT CAFE vous accueille au soleil de son exceptionnelle terrasse, pour partager un déjeuner ou un dîner & vous régaler d'une cuisine originale et passionnée, à base de produits frais, locaux et de saison, qui sent bon la Provence ! Une adresse incontournable dans un décor de carte postale, sur sa terrasse mais aussi à l'intérieur de ce joli bistrot avec sa salle à la déco vintage et son salon réchauffé par le feu de cheminée (à privatiser pour 6 à 10 personnes). Et une belle carte des vins pour déguster, à la bouteille ou au verre, les meilleurs crus et les coups de cœurs de la région ! Ouvert tous les jours de la Saint-Valentin à Noël. Restaurant fermé le Mardi soir et le Mercredi.

The petit café, a mediterranean cooking full flavoured in postcard land. In the heart of the village of Oppède le Vieux, so authentic, the PETIT CAFÉ welcomes you in its sunny terrace for tasting an original and passionate cooking, with fresh local products. An address to remember with a pleasant interior (vintage décor and fire road) and a well-stocked wine list (best vintages and local "coups de coeur"). Open every day from the Saint Valentin to Christmas. Restaurant closed on tuesdays evening and wednesdays.

12, Rue Sainte Cécile - 84 580 Oppède-le-Vieux - T. 04 90 76 74 01

www.lepetitcafe.fr



RECETTE
DU RESTAURANT

« LE 3B »

TARTARE DE LONGE DE THON "ALBACORE" À LA NOISETTE ET AUX AGRUMES

Ingrédients pour 4 pers

- > 400 gr de longe de thon fraîche
- > 20 gr de noisettes concassées
- > 40 gr de pulpe d'orange
- > 40 gr de pulpe de citron jaune ou vert
- > 3 cuillères d'huile de noisette
- > 1 petite cuillère de vinaigre balsamique
- > quelques feuilles de mesclun
- > sel
- > poivre

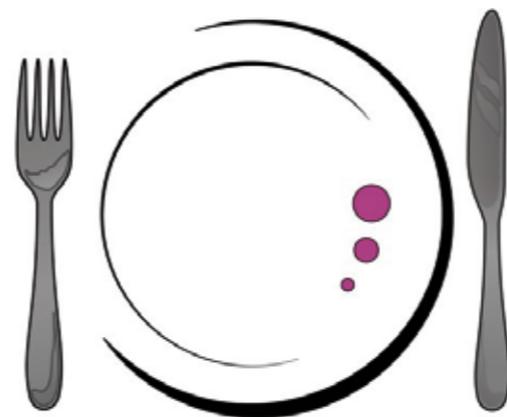
Tailler le thon en petits cubes.

Récupérer la pulpe d'orange et de citron et tailler en petits cubes.

Dans un saladier, incorporer tous les ingrédients, remuer le tout et rectifier l'assaisonnement.

A l'aide d'un cercle dresser le tartare et finir par quelques feuilles de Mesclun sur le dessus.

Servir bien froid.



LE 3B

RESTAURANT



Depuis le 5 juillet 2012, le 3B vous invite à découvrir une cuisine authentique et gourmande, travaillée avec des produits frais et de qualité par le chef Cyril BERGER et sa brigade. Le service se veut chaleureux et accueillant afin de vous permettre de passer un agréable moment en notre compagnie.

Le restaurant est ouvert du mardi au vendredi midi, vendredi et samedi soir ainsi que le dimanche midi. Ouverture exceptionnelle possible sur demande, n'hésitez pas à vous renseigner. En fonction des saisons, nous servons dans notre salle de restaurant, dans la terrasse couverte que nous ouvrons aux beaux jours pour vous être agréable ou sur notre vaste terrasse ombragée par des platanes centenaires.

Possibilités de repas de groupes, séminaire, service traiteur et plateaux repas à emporter ou livrés. Pour tout renseignement veuillez contacter Mr Cyril BERGER au 04.90.94.82.21 ou au 06.48.30.98.84.

4, Avenue Maréchal de Lattre de Tassigny - 13 870 Rognonas
04.90.94.82.21 / 06.48.30.98.84 - le3b.resto@orange.fr
www.le3b-resto.com



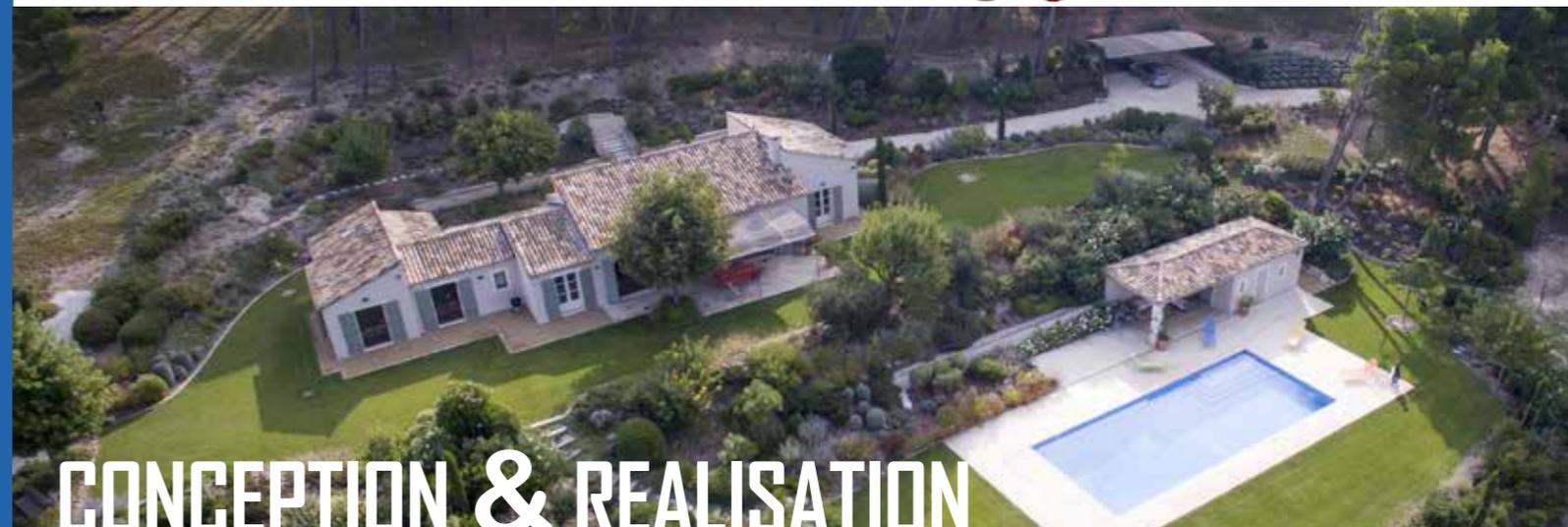
Les Jardins de Glanum
Créateurs de Paysages
et d'Émotions



Au service des jardins
depuis 1967

Un service de A à Z

Un réseau de
partenaires
fidèles et compétents



CONCEPTION & REALISATION

Dans la dernière partie de notre guide, nous vous accompagnerons en vous informant sur nos événements et sur des adresses utiles pour parcourir notre si belle région des Alpilles.

NOTRE, SI BELLE RÉGION

☿ Culture et événements à la Vallongue

Nos architectes
paysagistes imaginent
et dessinent
votre jardin.

N'hésitez pas à les
contacter !

AGENCE PROVENCE

2 av. Jean de Servières - BP 53
13 532 SAINT-REMY-DE-PROVENCE

04 90 92 37 58

etudes@jardin-glanum.com

AGENCE ALPES

Micropolis - Ferme de Belle Aureille
05 000 GAP

04 92 43 86 89 - 06 79 68 53 32

clementine@jardin-glanum.com

Plus d'infos sur : www.jardinsdeglanum.com

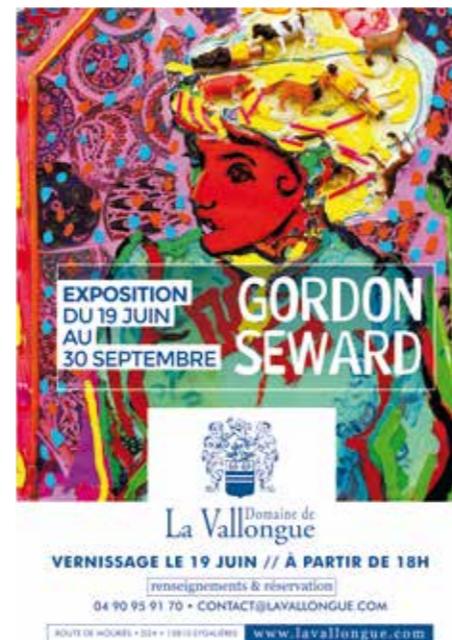
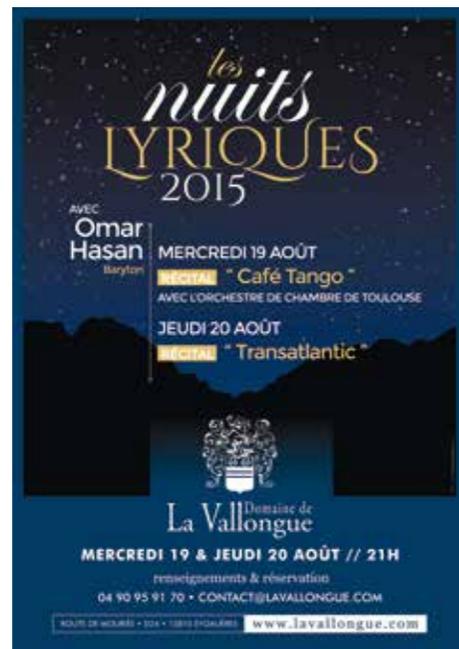
QUELQUES UNES DE NOS DOUCES FOLIES

Nous avons envie de partager la majesté sauvage et élégante que nous renouvelles chaque jour le Domaine de la Vallongue.

La Cour du Domaine et sa pièce d'eau se prêtent alors au jeu en accueillant depuis 5 ans désormais le programme événementiel de la Vallongue :

- Soirées, Journées et Semaines thématiques
- Défilés de mode
- Expositions
- Diners Lyriques

...les Alpilles font leur festival des sens à la Vallongue.



l'amour du naturel



espace bio'aromatic !

espace eco bio
un concept nelly grosjean

visitez le musée des arômes et du parfum *dégustation de boissons bio'aromatic*

découvrez la boutique des arômes *toutes les huiles essentielles bio*

participez à nos séminaires et formations
aromathérapie, massage, cupping... pour particuliers et professionnels

assistez aux distillations de plantes
les lundi et vendredi à 16 heures en juillet-août

espace *aromacocoon* massages zen aux huiles essentielles

happy hours
*les mardis de 14 heures à 16 heures en juillet-août
visite guidée offerte, entrée gratuite*

louez votre habitation atypique
www.provencezenlocations.com



OUVERT 365 JOURS/AN 10h-12h/14h-18h juillet et août : 10h-19h
TEL 04 90 95 81 72 ancien chemin d'Arles 13690 GRAVESON-EN-PROVENCE
GPS : 4.74°E/43.82°N www.museedesaromes.com



QUELQUES UNES DE NOS DOUCES FOLIES

17 MAI 2015

3ème défilé de Mode à la Vallongue et présentation des rosés de l'année



CLAVERIN
joaillier



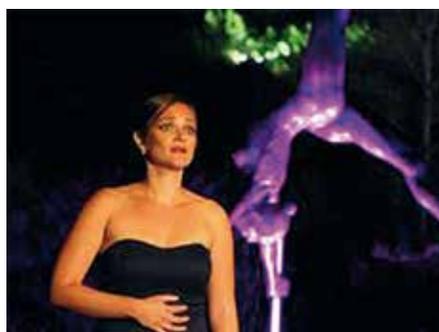
WWW.CLAVERIN.FR

MARSEILLE

QUELQUES UNES DE NOS DOUCES FOLIES

19 & 20 AOÛT 2015

4èmes Nuits Lyriques à la Vallongue



AB2 EVENTS



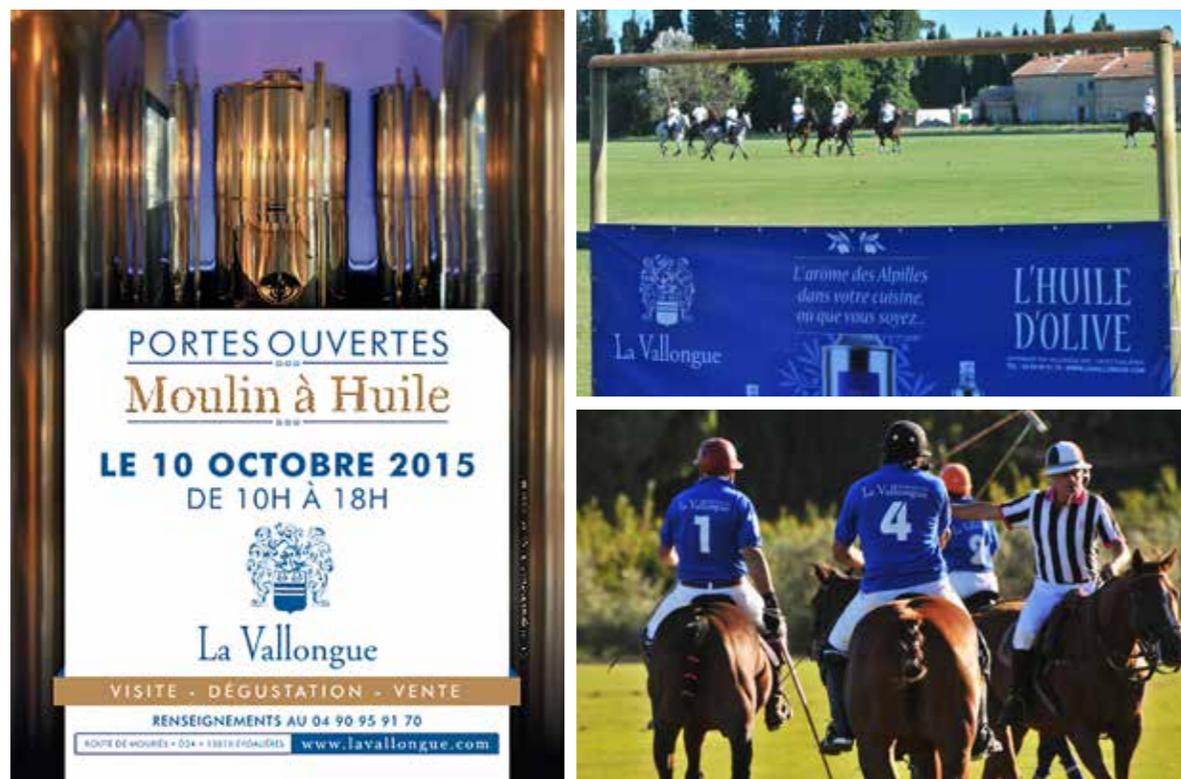
EVENEMENTIEL - SONORISATION - ECLAIRAGE - VIDEO

04 42 75 58 97

www.ab2events.com

QUELQUES UNES DE NOS DOUCES FOLIES

AUTOMNE 2015



PORTES OUVERTES
Moulin à Huile
LE 10 OCTOBRE 2015
DE 10H À 18H
La Vallongue
VISITE - DÉGUSTATION - VENTE
RENSEIGNEMENTS AU 04 90 95 91 70
ROUTE DE MOURES • 034 • 13187 EYVALIÈRES www.lavallongue.com



La Vallongue
L'HUILE D'OLIVE
DISTRIBUÉE PAR VALLONGUE SAS - 13110 EYVALIÈRES
TEL : 04 90 95 91 70 - WWW.LAVALLONGUE.COM
L'arôme des Alpilles dans votre cuisine, où que vous soyez...



LATY
MATERIEL AGRICOLE
R.N.7 - 13750 PLAN D'ORGON
04 90 73 16 45



ALPILLES
TERRASSEMENTS
Route Nationale 571
13210
Saint-Rémy-de-Provence
Tél : 04 90 92 33 61



KP2
maçonnerie générale



Construction neuve - Rénovation
SARL KP2 - PELLEGRIN David
T. 04 90 90 62 93 - contact@kp2.fr
ZA Les Grandes Terres - 13 810 EYVALIÈRES
www.kp2.fr



QUELQUES UNES DE NOS DOUCES FOLIES

15 MAI 2016

4ème défilé de Mode à la Vallongue et présentation des rosés de l'année

DÉFILÉS //
DÉGUSTATION
DES VINS
& DES HUILES
DU DOMAINE

**DÉFILÉ DE
mode
à la Vallongue**



Domaine de
La Vallongue

DIMANCHE 15 MAI // DE 11H30 À 18H00

renseignements & réservation

04 90 95 91 70 • CONTACT@LAVALLONGUE.COM

ROUTE DE MOURIÉS • D24 • 13810 EYGALIÈRES www.lavallongue.com

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION



TAVEL - LIRAC - CÔTES DU RHÔNE



Chemin de Cravilleux - 30 126 Tavel - T. 04 66 50 07 03

www.domaine-genestiere.com

QUELQUES UNES DE NOS DOUCES FOLIES

30 JUIN - 30 SEPTEMBRE 2016

2ème exposition GORDON SEWARD



VERNISSAGE LE 1^{ER} JUILLET // À PARTIR DE 18H

renseignements

04 90 95 91 70 • CONTACT@LAVALLONGUE.COM

ROUTE DE MOURIÈS • D24 • 13810 EYGALIÈRES www.lavallongue.com



Importateur de produits artisanaux italiens de la provincia de Salerne dans le Sud de l'Italie. Toute la gamme, élaborée en famille, est constituée de spécialités naturelles et sans conservateurs, à base de truffes fraîches blanche et noire, de charcuterie, de fromages, de pâtes artisanales et de chocolats. * Aujourd'hui, grâce à Pascal Cuozzo, fils d'immigré et membre de cette famille qui propose dans vos assiettes l'excellence italienne, notre savoir-faire est connu dans toute la France. La Société Pasqualino Tartufo devient désormais notre ambassadrice ! Vous pouvez nous retrouver à notre dépôt de St Génès de Comolas ou bien sur notre site de vente en ligne : www.pasqualino.fr Et pourquoi ne pas organiser chez vous des apéritifs dégustation Pasqualino ? (Assiettes à partir de 10 euros).

**Claude Lambert, Maître cuisinier de France, disciple d'Escoffier, vous recommande les produits Pasqualino (Restaurant la Tonelle, 30133 Les Angles).*

BP 20 - 30150 Saint Génès de Comolas - T. 06 32 41 63 19 - pascal@pasqualino.fr - Facebook : Pasqualinotartufo

www.pasqualino.fr

LES MARCHÉS

:: LUNDI

Cadenet, Cavaillon, Goult, Lauris, Sénas

:: MARDI

Avignon, Apt, Gordes, Lacoste, Aix-en-Provence, Vaison-la-Romaine, Tarascon, La Tour d'Aigues, Cucuron, Fontaine de Vaucluse, Châteauneuf-de-Gadagne

:: MERCREDI

Arles, Avignon, Cheval Blanc, Salon de Provence, Mérindol, Sault, Saint-Rémy-de-Provence, Bonnieux, Le Thor

:: JEUDI

Roussillon, Isle-sur-la-Sorgue, Ménerbes, Avignon, Aix-en-Provence, Maussane les Alpilles

:: VENDREDI

Bonnieux, Carpentras, Lagnes, Lourmarin, Mallemort, Pertuis, Sénas, La Tour d'Aigues

:: SAMEDI

Apt, Oppède, Aix-en-Provence, Arles, Pernes les Fontaines, Cadenet, Pertuis, Lauris, Petit-Palais

:: DIMANCHE

Avignon, Beaucaire, Ansois, Villars, Isle-sur-la-Sorgue, Coustellet

EXPERTS EN TRANSACTIONS

FRANCE
& VIGNOBLES
& PROPRIETES

☎ +33(0)4 90 54 37 24

info@vignobles.fr

www.vignobles.fr

Développement Commercial et Recrutements
Accompagnement des Repreneurs et Exploitants

CONTACTS OFFICES DU TOURISME

EYGUIÈRES

Office de tourisme
Place de l'ancien Hôtel de Ville
13430 EYGUIÈRES
Tél. 04 90 59 82 44 / Fax : 04 90 59 89 07
E-mail : ot.eyguieres@visitprovence.com
Site internet : <http://www.tourisme-eyguieres.com>

FONTVIEILLE

Office municipal de Tourisme
Avenue Des Moulins
13990 FONTVIEILLE
Tél. 04 90 54 67 49 / Fax : 04 90 54 69 82
E-mail : contact@fontvieille-provence.com

LES BAUX DE PROVENCE

Office de tourisme -Maison du Roy
Rue Porte Mage
13520 LES BAUX DE PROVENCE
Tél. 04 90 54 34 39 / Fax : 04 90 54 51 15
E-mail : tourisme@lesbauxdeprovence.com
Site internet : <http://www.lesbauxdeprovence.com>

MAUSSANE LES ALPILLES

Maison du tourisme
Avenue des Alpilles
13520 MAUSSANE LES ALPILLES
Tél. 04 90 54 52 04 / Fax : 04 90 54 39 44
E-mail : contact@maussane.com
Site internet : <http://www.maussane.com>

MOURIÈS

Office municipal de Tourisme
2, Rue Du Temple
BP 3713890 MOURIÈS
Tél. 04 90 47 56 58 / Fax : 04 90 47 67 33
E-mail : office@mouries.com
Site internet : <http://www.mouries.com>

ORGON

Office municipal de tourisme
Place De la Mairie
13660 ORGON
Tél. 04 90 73 09 54 / Fax : 04 90 73 06 29
E-mail : office-tourisme@orgon.fr
Site internet : <http://office-tourisme.orgon.fr>

SAINT-MARTIN-DE-CRAU

Maison du tourisme
Avenue de la République
13310 SAINT-MARTIN-DE-CRAU
Tél. 04.90.47.98.40 / Fax : 04.90.47.98.44
E-mail : tourisme-smc@ville-saint-martin-de-crau.fr
Site internet : <http://www.ville-saint-martin-de-crau.fr>

SAINT-RÉMY DE PROVENCE

Office de tourisme Place Jean Jaurès
13210 SAINT RÉMY DE PROVENCE
Tél. 04 90 92 05 22 / Fax : 04 90 92 38 52
E-mail : info@saintremydeprovence.com
Site internet : <http://www.saintremy-de-provence.com>

www.agence-anonymes.com

AGENCE DE COMMUNICATION, ÉDITION, WEBDESIGN, CONSEIL

anonymes
VOTRE IDENTITÉ
PASSE AVANT LA NÔTRE

4 BIS MONTÉE DU FORT - VILLENEUVE-LES-AVIGNON / TÉL. 04 32 74 16 58

DÉCOUVERTE DES ALPILLES

Les Alpilles, petit massif rocheux s'étendant sur 40 km entre Durance et Rhône, au cœur d'une région dont la diversité des paysages est unique: La Crau, La Camargue et le Comtat.

Les Alpilles sont entourées par des paysages d'une très grande diversité, façonnés par l'homme depuis l'Antiquité. C'est environ 600 ans avant notre ère que les premières tribus se sont installées au fond d'un vallon de la face nord des Alpilles.

Ce sont les grecs qui ont implanté la culture de l'olivier et de la vigne, en Provence.

Dès l'Antiquité, des carrières de pierres commencèrent à être exploitées au pied des Alpilles. Les romains créèrent autour de Glanum, l'actuelle St Rémy de Provence, un réseau d'irrigation qui est encore, en partie, utilisé.

Au Moyen Âge, l'assèchement des marais situés au nord de la ville et la construction du canal du Réal ont permis d'augmenter considérablement les surfaces cultivables.

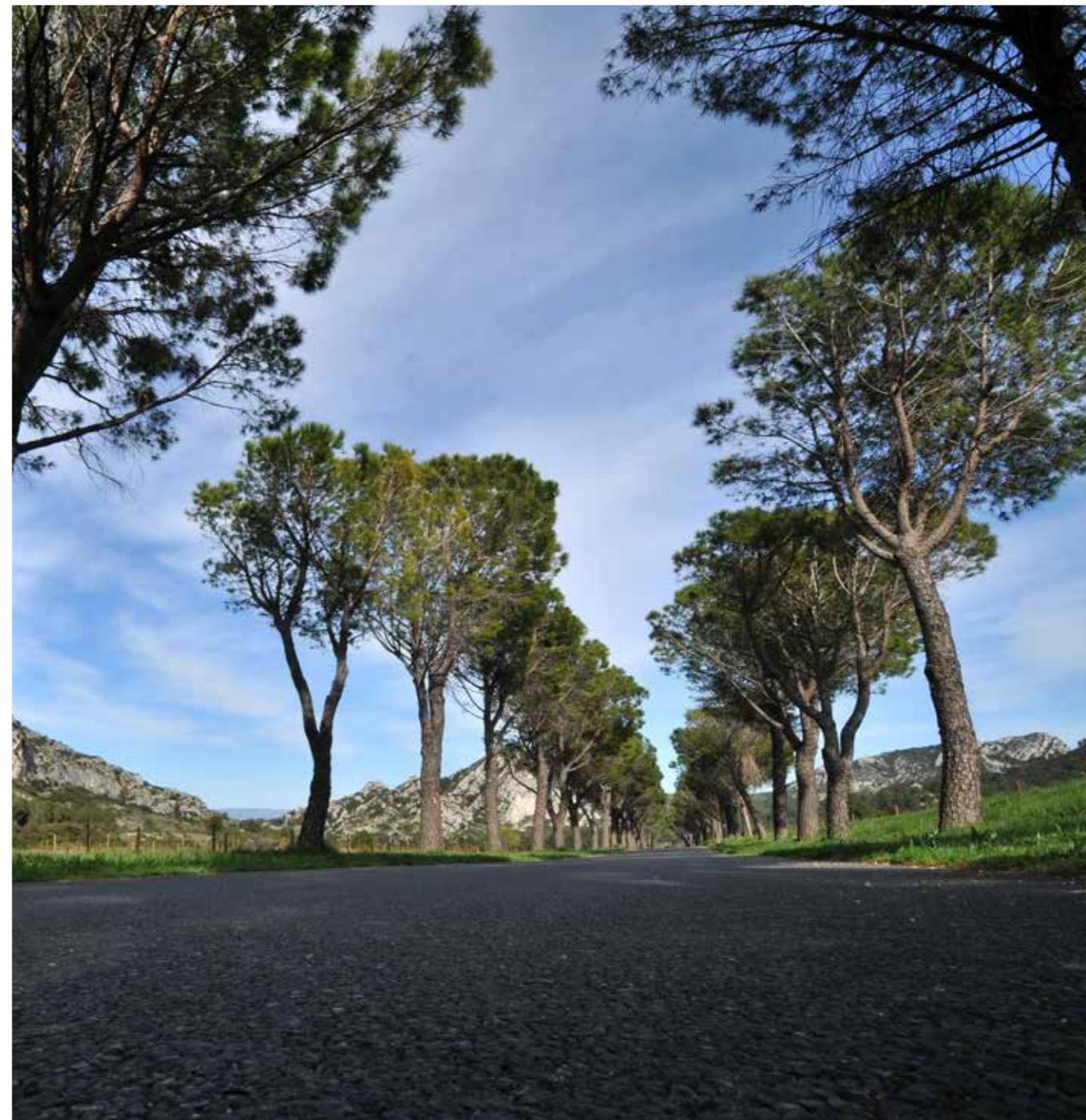
La ville de Saint-Rémy s'est alors développée au cours des siècles avec comme principale activité, une agriculture vivrière et l'exploitation des carrières. À partir du 19^e siècle le salut économique des Saint-Rémois viendra du commerce de produits agricoles industriels.

Aujourd'hui, au Sud, au pied des falaises rocheuses, de la forêt et de la garrigue des Alpilles, on cultive la vigne et l'olivier.

Dans les 3 autres directions s'étend une riche plaine agricole entrecoupée de haies de cyprès et couverte principalement d'arbres fruitiers, de cultures maraîchères, de champs de céréales et de tournesols. On y pratique aussi l'élevage de brebis et de chevaux.

Le pied des Alpilles ne bénéficie pas de l'eau des canaux, là se trouve la plupart des domaines viticoles et des champs d'oliviers. Les vignobles sont bio et de nombreuses cuvées sont classées en A.O.C. "Les Baux de Provence".

La beauté de ces paysages, la richesse de la faune et de la flore ont justifié des mesures de protection (zone rouge, arrêtés de protection du biotope).



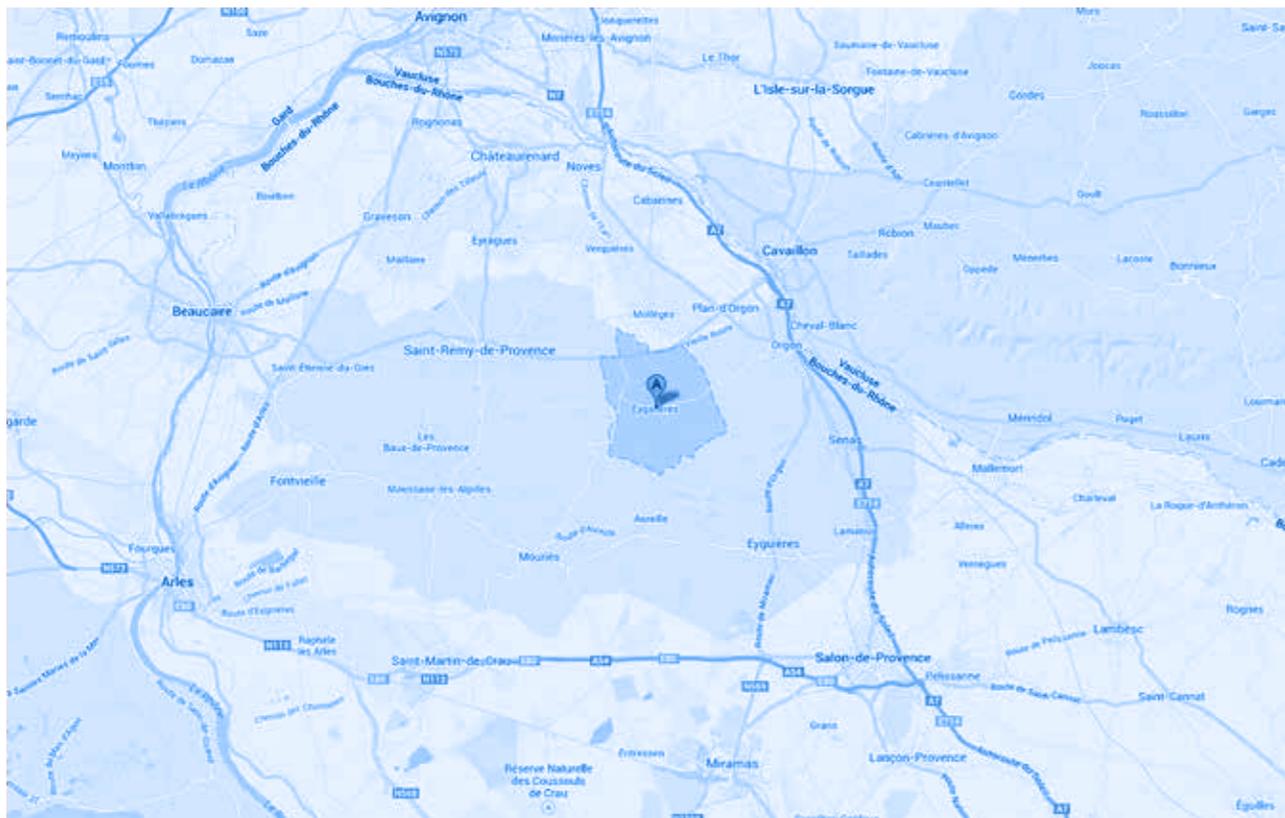


*Depuis New York, Paris, Londres, Lyon,
Si la Vallongue vous manque...*

*...Replongez au coeur des Alpilles, entre garrigue
et herbe coupée... www.lavallongue.com*

La Vallongue, où que vous soyez...

PLAN DES ALPILLES



Régie publicitaire :
WAY Magazine - www.way-magazine.fr
Directrice de la publication :
Aurélie Miguel - Tél. 06 63 56 64 23
Editeur :
Domaine de la Vallongue
Conception graphique :
Aurélie Miguel
Imprimeur :
Sepec

Domaine de la VALLONGUE :
Domaine de la Vallongue
RD 24 - 13810 EYGALIÈRES
Tél. 04 90 95 91 70
Site internet : www.vallongue.com
E-mail : contact@vallongue.com

Notre boutique est ouverte toute l'année de :
9 h 30 à 12 h et de 14 h 30 à 18 h.
Le domaine est fermé le dimanche et jours
fériés.

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ



HAPPY
IMMOBILIER
real estate

HAPPY IMMOBILIER

2 AGENCES À VOTRE SERVICE

9 boulevard Victor-Hugo
13210 SAINT-RÉMY-DE-PROVENCE
Tél./Fax 04.90.92.03.93
E-mail : happy.saintremy@wanadoo.fr



HAPPY
IMMOBILIER
real estate

« Vendeurs, Acheteurs, Happy Immobilier St Rémy de Provence et Maussane les Alpilles,
le choix de Votre Réussite ! »



HAPPY
IMMOBILIER
real estate

5 route de Saint-Rémy-de-Provence
13520 MAUSSANE-LES-ALPILLES
Tél. 04.90.54.24.24 - Fax. 04.90.54.24.23
E-mail : happy.immobilier@wanadoo.fr



HAPPY
IMMOBILIER
real estate



FIDUCIAL

L'offre globale de services aux entreprises

Partenaire de ses **273 000 clients**, artisans, commerçants, professions libérales, chefs d'entreprise et agriculteurs, **FIDUCIAL** leur permet de se consacrer pleinement à leur métier.

DROIT
CHIFFRE
BANQUE & CONSEIL FINANCIER
INFORMATIQUE
TECHNOLOGIES
SÉCURITÉ
IMMOBILIER
MONDE DU BUREAU



Un réseau de proximité en Europe

635 agences
11 000 collaborateurs
940 M€ de CA



En France, une agence tous les 30 kilomètres

Une présence dans le monde

1 145 bureaux
78 pays
17 500 personnes
1.600 M\$ de CA



FIDUCIAL est présent sur les 5 continents à travers ses filiales européennes, américaines, et par l'intermédiaire de **FIDUCIAL International**, réseau de membres et de correspondants.



Retrouvez tous **nos métiers** sur

www.fiducial.fr