

## Le pique-nique du chef Arnaud Faye : la trouchia aux feuilles de blettes

Le Parisien – Week End- Rémi Dechambre | 22 juillet 2018



Cette recette et cette photo ont été réalisées par nos soins, dans notre cuisine.  
Photo Guillaume Czerw/Agent Mel, Styliste Julie Soucail

**LE PARISIEN WEEK-END. Cet été, des cuisiniers de renom nous emmènent en balade. Arnaud Faye ne se lasse pas des charmes du pays niçois, où il est installé depuis 2016. Pendant ses excursions, il aime préparer une trouchia, spécialité du cru.**

Depuis 2016, Arnaud Faye, 39 ans, est le chef doublement étoilé de [La Chèvre d'or](#), un superbe Relais & Châteaux avec vue sur la Méditerranée, situé à Eze, entre Nice et Monaco.

Outre le restaurant gastronomique doublement étoilé, où il propose une cuisine inspirée des produits de la mer et de ceux de l'arrière-pays, il vient d'y ouvrir, avec la chef Cecilia Moro, Le Stagioni, une table dédiée à la gastronomie italienne (98 euros le menu du soir).

## **Voici sa recette de trouchia aux feuilles de blettes :**

**Difficulté :** 1/5

**Prix :** 1/5

**Temps de préparation :** 40 minutes

**Temps de cuisson :** 15 minutes

### Pour 4 personnes :

- 8 oeufs
- 100 g de parmesan râpé
- 1 pot de sauce tomate bio
- 1 petite botte de feuilles de blettes
- 1/2 botte de cerfeuil
- 1/2 botte de persil plat
- 1/2 botte de cébettes (petits oignons blancs)
- de l'huile d'olive
- du sel et du poivre du moulin

Ciselez les feuilles de blettes. Hachez le persil plat et le cerfeuil. Emincez les bulbes des cébettes. Faites revenir rapidement les blettes ciselées et les cébettes émincées à la poêle. Battez les oeufs avec le parmesan, ajoutez les blettes, les cébettes, le persil et le cerfeuil. Assaisonnez.

Dans une poêle chaude, versez un filet d'huile d'olive puis ajoutez la garniture. Laissez sur le feu moyen pendant 30 secondes, puis transvasez l'omelette dans un plat à four.

Faites cuire de 15 à 20 minutes à 110 °C (th. 3). Démoulez et laissez refroidir. Servez accompagné de la sauce tomate bio.

**Arnaud Faye : « Une omelette typique de la tradition paysanne »**



« Dans ma carrière, j'ai exploré de nombreuses régions. D'abord mon Auvergne natale (Arnaud Faye est originaire de Cournon, dans le Puy-de-Dôme, NDLR). C'est là-bas que ma vocation est née. Le goût des légumes du jardin de mon grand-père est resté à jamais gravé dans ma mémoire.

Plus tard, j'ai aussi été marqué par la découverte de la cuisine alsacienne en travaillant auprès du chef [Antoine Westermann](#), dont le restaurant strasbourgeois était à l'époque triplement étoilé. Puis il y a eu la Bourgogne, aux côtés de Patrick Bertron, dans l'établissement créé par Bernard Loiseau, à Saulieu. Ou le Ritz, à Paris, avec Michel Roth, où l'on concoctait une vraie cuisine de palace.

Dans ce métier, on a cette chance inouïe de découvrir, à chaque nouvelle expérience, des terroirs et des traditions différentes.

Je dois reconnaître que, pour moi qui suis toujours resté amateur de produits du jardin, le Sud est un véritable paradis. On y trouve cette incroyable huile d'olive et ces superbes légumes que j'achète notamment à Nice, au marché de la Libération.

De surcroît, j'adore les spécialités locales, que ce soit la pissaladière (une tarte garnie d'oignons, d'anchois et d'olives), l'estocafic (une sorte de ragoût à la morue séchée), la soupe au pistou ou encore la socca (une fine galette de farine de pois chiches).

En été, dès que j'ai un moment de libre, je me balade à pied dans la magnifique vallée de la Vésubie ou sur le chemin des Douaniers, le long de la presqu'île de Saint-Jean-Cap-Ferrat. Dans mon sac, comme les paysans ou les pêcheurs du coin d'autrefois, j'emporte une trouchia.

C'est une sorte d'omelette faite avec les feuilles des blettes, un légume très prisé ici. On peut garder les côtes (la partie blanche) pour préparer, plus tard, un gratin. Ma touche personnelle consiste à cuire cette trouchia tout doucement, au four. Cela lui donne un moelleux incomparable. Elle se mange froide, trempée dans une sauce tomate au basilic. C'est un délice emblématique de la Provence, dont je suis tombé amoureux ! »

Trois spécialités à glisser dans son sac :



**Un rosé Bellet** : cette appellation a la particularité de se composer de vignobles situés à Nice même !

Le Clos rosé, Clos Saint-Vincent, à partir de 19 €.

**Une pissaladière** : rien de plus typique que cette tarte aux oignons et aux anchois, réalisée avec une pâte à pain.

1,90 € la part chez Tintin, place de la Libération, à Nice.

**Un banon fermier** : un fromage de chèvre au lait cru, emballé dans des feuilles de châtaignier.

5,95 € à la fromagerie Métin, 18, rue du Marché, à Vence.