

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2011)  
**Heft:** 27

**Rubrik:** Signé : Bernard Ravet

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 10.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



P.-M. Delessert

## Carpaccio de bolets

bolets étuvés, saveurs d'orange, jambon cru à l'oseille

### Ingrédients

#### Pour les bolets étuvés

- 4 bolets moyens
- 4 minibolets
- 20 cl huile d'olive
- 1 gousse d'ail
- 1 branche de romarin

#### Pour la sauce orange

- 3 oranges
- 1 cl jus de citron

#### Pour le carpaccio

- 4 bolets moyens
- 1 cl jus de citron

#### Divers

- 4 tranches fines de jambon cru roulées
- 4 feuilles d'oseille ciselées

### Préparation des bolets

Bien nettoyer au couteau et au torchon les bolets après avoir enlevé la base terreuse, éviter de les laver.

### Cuisson des bolets

Dans une petite casserole, tiédir l'huile d'olive, ajouter le romarin, la gousse d'ail écrasée, assaisonner. Mettre les 8 bolets entiers et laisser 15 minutes à 80 °C environ. Laisser reposer au frais 1 heure. Garder l'huile de cuisson pour la suite de la recette.

### Préparation de la sauce orange

Laver 1 orange, prélever les zestes en filaments sans toucher la partie blanche, hacher la moitié des zestes, mettre à sécher l'autre moitié. Extraire le jus des oranges, mettre à cuire avec les zestes hachés et le jus de citron, réduire jusqu'à consistance sirupeuse, ajouter 1 cl de l'huile d'olive de la cuisson des bolets, filtrer, réservrer dans une pipette.

### Préparation de la sauce pour le carpaccio

Mélanger 4 cl d'huile d'olive de la cuisson des bolets avec quelques gouttes de la sauce orange, 1 cl de jus de citron, assaisonner, réserver.

### Préparation du carpaccio

Couper 4 bolets en fines tranches, étaler sur un papier cuisson, assaisonner, bien badigeonner avec la sauce orange, répéter l'opération sauce 2 à 3 fois pour les imprégner. Filmer, garder au frais 30 minutes.

### Préparation de la poudre d'orange

Hacher finement les zestes séchés avec quelques grains de fleur de sel, réserver.

### Finition

Dresser d'un côté le carpaccio, au milieu le jambon cru roulé et l'oseille, 1 grand et 1 petit bolet, quelques gouttes de sauce orange et saupoudrer de poudre de zeste.