

# Provence Magazine

*La provence pour ceux qui y vivent !*



*La Positive attitude*



Bienvenue dans la **tradition provençale culinaire** voici les vraies recettes de  
**Provence**  
recettes personnelles de **Michel Hugues**, cuisinier par passion

## AÏGO BOULIDO

**Ingrédients** : ail : 1 tête entière d'ail rose - huile d'olive : 6 c. à soupe - 1 bouquet garni (persil, thym, laurier) - 2 clous de girofle - eau : 1,5 l - 3 jaunes d'œufs - pain grillé en grosses tranches épaisses - fromage râpé sel, poivre

Epluchez les gousses d'ail. Ecrasez-les avec le plat d'un couteau. Dans une cocotte faites chauffer l'huile d'olive faites-y revenir les gousses d'ail 1 ou 2 min sans qu'elles brunissent. Ajoutez le bouquet garni, les clous de girofle, l'eau, le sel et le poivre. Portez à ébullition puis baissez le feu et laissez mijoter 30 min.

Otez le bouquet garni et les clous de girofle et mixez la soupe. Battez les jaunes d'œufs au fond d'une soupière chaude. Réchauffez la soupe et incorporez-la par petites quantités tout en battant au fouet. Rectifiez l'assaisonnement puis servez la soupe sur les tranches de pain grillé saupoudrées de fromage.

©michel hugues 2003

Votre avis nous intéresse : [redaction@pacainfoeco.com](mailto:redaction@pacainfoeco.com)

Provence Magazine

PACA INFORMATIONS ECONOMIQUES

[www.pacainfoeco.com](http://www.pacainfoeco.com)