



#Citron @MENTON

3^{eme}
Edition



*“ Ce citron ne ressemble
à aucun autre ”*



// Luisa Delpiano Inversi //

UN LIVRE POUR UN

Nécénat



“ Remontons La Roya
et préservons le patrimoine de la vallée! ”

Depuis la tempête Alex de 2020, la vallée de la Roya renaît grâce à de nombreux projets porteurs d'espoir. **Le Conservatoire de la Châtaigne de la Roya** est une association engagée qui illustre cette résilience et qui a pour but de préserver cette ressource ancestrale.

Le projet inclut :

- Soutien aux producteurs et réhabilitation des châtaigneraies.
- Acquisition de matériel pour diversifier la production locale (farine, conserverie...).
- Sauvegarde des variétés locales.
- Visites et ateliers pour transmettre les savoir-faire traditionnels.

Pourquoi agir ?

Soutenir ce projet, c'est préserver un patrimoine unique et accompagner la vallée dans sa reconstruction. Chaque geste compte pour sauvegarder l'héritage et préparer un avenir durable.

Rejoignez le mouvement !

Avec vous, nous continuerons à cultiver l'espoir et à écrire l'histoire de la Roya. Ensemble, remontons la Roya ! Une partie des revenus de cet ouvrage sera reversé au Conservatoire.



Faites vous aussi un don pour soutenir leur projet.

Association conservatoire de la châtaigne de la Roya

<https://www.chataigne-roya.fr/>

IBAN: FR76 1910 6006 2644 6944 6937 6271 293





Le travail féminin dans l'agrumiculture mentonnaise.

De nombreuses familles mentonnaises assurent leur subsistance en travaillant à la récolte des fruits. La cueillette des citrons, le calibrage des fruits et la préparation des caisses offrent aux femmes un revenu complémentaire aux foyers.

Des femmes - les limoneuses - sont chargées de ce travail qui demande beaucoup de soin. Au fur et à mesure qu'ils sont cueillis, les fruits sont placés dans de grandes corbeilles, que les limoneuses transportent sur leur tête depuis les vergers, souvent fort éloignés dans les terres, jusqu'aux magasins spéciaux installés dans le voisinage du port. A voir leur démarche assurée, on ne se douterait pas de la lourde charge qu'elles transportent à travers les chemins pierreux et raboteux.



Dans les magasins, les citrons sont d'abord triés par d'autres limoneuses : seuls les fruits intacts et de grosseur suffisante mesurée avec le calibre passent au service de l'emballage en papier de soie. Là on les compte soigneusement et on les place en rangs serrés dans des caisses. Chaque caisse doit contenir

un nombre déterminé de citrons à deux ou trois unités près. Il y en a de trois sortes, suivant le pays auquel elles sont destinées : les caisses "lyonnaises", de 500 citrons, vont en France ; les "flandrines", de 400 citrons, sont expédiées dans le Nord de l'Europe, Angleterre, Allemagne, Russie ; enfin, les "messinoises", de 360 citrons, sont réservées à l'Amérique. Ce sont là de vieux usages assez curieux auxquels les producteurs restent fidèles.

L'exportation est à la hauteur de 35 millions de citrons par an, mais des entreprises de transformation viennent à se créer en Ville parfois à l'initiative d'entrepreneurs étrangers qui trouvent à Menton leur petit paradis.

“FILETS DE POULET AU CITRON DE MENTON”



Luisa Delpiano-Inversi
“Pasta Piemonte” // Menton

✂ 4 PERS. ⌚ PRÉPARATION : 20 MIN.

Filets de poulet 650g, zeste et jus d'un citron de Menton, 3c. à soupe d'huile d'olive extra vierge, 2 c. à soupe d'eau, 1 pincée de sel, 1 pincée de poivre

Prendre un citron, le jus, le zeste râpé et les laisser pour l'instant de côté. Dans une casserole, ajouter trois cuillères à soupe d'huile d'olive et laisser cuire les filets de poulet sur les deux côtés jusqu'à ce qu'ils soient dorés.

Puis ajouter le zeste de citron et baigner le tout avec le jus et deux cuillères à soupe d'eau.

Ajouter une pincée de sel et une pincée de poivre, couvrir et cuire à feu doux pendant environ 8 min.

Servir les filets généreusement arrosés de leur jus de cuisson.



“M” ACARONS AUX CITRONS DE MENTON”



Chef Bruno Laffargue
“Mic Mac Pâtisserie” // Carros

 60 PORT.  PRÉPARATION : 50 MIN.  CUISSON : 17 MIN.

Poudre d'amande 300g, sucre glace 300g, sucre 325g, 8 blancs d'œufs, eau 75g, colorant 1 à 5g, purée de citron de Menton 200g, zestes, Maïzena 20g, chocolat blanc 80g, beurre 100g

Les coques : Tamiser ou passer au robot la poudre d'amande et le sucre glace = Tant Pour Tant

Préparation de la meringue : dans une casserole, faire bouillir l'eau et 300g de sucre. Contrôler la température à l'aide d'un thermomètre. A 105°C, laisser sur le feu et monter 4 blancs en neige dans un saladier à côté. A 118°C, arrêter le feu.

Verser le sirop sur les blancs tout en continuant à fouetter les blancs en neige pour refroidir un peu.

Préparation des coques de macarons : dans le tant pour tant, verser votre meringue, le colorant et 4 blancs d'œufs et mélanger délicatement jusqu'à homogénéisation. Commencer à mélanger avec plus d'énergie pour faire retomber les blancs d'œufs jusqu'à obtention d'un “ruban” (= macaroner).

Mettre la pâte obtenue dans une poche à douille et faire de petites boules sur une plaque recouverte de papier sulfurisé.

Taper la plaque 10 fois pour aplatir les boules et faire de jolies coques bien rondes.

Laisser reposer au minimum 30 min.

Cuire à 145°C pendant 17 min.

La garniture : Mettre dans une casserole la purée de citron, les zestes, 25g de sucre et la Maïzena.

Faire chauffer tout en mélangeant jusqu'à ébullition. Hors du feu, ajouter le chocolat puis le beurre petit à petit. Fouetter énergiquement jusqu'à obtention d'une crème lisse et brillante.

Filmer au contact et mettre au frais.

Montage : Mettre la garniture dans une poche à douille (ou à la petite cuillère) et garnir un macaron. Recouvrir avec un 2^{ème} macaron de même taille. Conserver les macarons au frais. Ils seront encore meilleurs le lendemain !





“MACARONS AUX
CITRONS DE MENTON **”**

