



www.bulgariatravel.org

# CUISINE TRADITIONNELLE BULGARE

*multimédia*



Programme opérationnel « Développement régional » 2007-2013  
[www.bgregio.eu](http://www.bgregio.eu)

Nous investissons dans votre avenir !

Le projet est financé par le Fonds européen de développement régional et le budget  
de la République de Bulgarie



Schéma d'aide financière désintéressée BG 161PO001/3.3-01/2008 « Soutien d'un marketing national efficace du produit touristique et amélioration des services d'information », contrat BG161PO001/3.3-01/2008/001-5 « Catalogue multimédia des sites touristiques et marketing électronique de la destination Bulgarie ».

Cette brochure multimédia est créée dans le cadre du projet « Catalogue multimédia des sites touristiques et marketing électronique de la destination Bulgarie », contrat n° BG161PO001/3.3-01/2008/001-5 réalisé avec le soutien financier du Programme opérationnel « Développement régional » 2007-2013, cofinancé par l'Union européenne à travers le Fonds Européen de Développement Régional. Toute responsabilité pour le contenu de cette brochure incombe au bénéficiaire - le Ministère de l'économie, de l'énergie et du tourisme, et il ne peut être considéré en aucun cas qu'elle reflète une position officielle de l'Union Européenne ou de l'Autorité de gestion.

## GYUVECH

« Gyuvech » est le nom de diverses marmites en terre cuite d'après lequel on appelle plusieurs plats bulgares préparés dans ce genre de récipients.

Il y a plusieurs recettes pour la préparation du gyuvech : certains avec de la viande, d'autres maigres. Ses principaux ingrédients sont les légumes : carottes, pommes de terre, oignons, haricots verts etc. Il peut être assaisonné de différentes herbes aromatiques et épices selon les régions. Le gyuvech est autant délicieux avec de la viande (de porc, de veau, de l'agneau ou de lapin).

Pour réussir votre gyuvech, il est très important d'enduire les bords de la marmite en terre avec de la pâte. La préparation de ce plat demande beaucoup de temps et de la patience, le temps de cuisson étant un peu long pour que la viande et les légumes prennent l'arôme des herbes fines et des épices, mais cela en vaut la peine.





# CUISINE TRADITIONNELLE BULGARE

## RECETTE GYUVECH



### INGRÉDIENTS

*La recette classique du gyuvech inclut: 700 g de viande de porc,  
800 g de pommes de terre, un oignon, une carotte,  
150 g de haricots vert, 3 poivrons rouges, une aubergine,  
100 g de gombos, 2 - 3 tomates, 100 ml d'huile, 1 cuillère à soupe  
de paprika, poivre, sel, et menthe crépue.*

## RECETTE



**1.**

*Coupez la viande en petits morceaux.*



**2.**

*Mettez de l'huile dans une casserole.*



**3.**

*Faites revenir la viande.*



# CUISINE TRADITIONNELLE BULGARE

## RECETTE GYUVECH

**4.**

*Ajoutez l'oignon finement  
haché et faites sauter.*



**5.**

*Mettez la viande et l'oignon  
dans un plat en terre.*



**6.**

*Ajoutez les pommes de terre  
coupées en cubes.*







**7.**

*Ajoutez l'aubergine, coupée en cubes.*



**8.**

*Ajoutez l'haricot vert.*



**9.**

*Ajoutez les poivrons coupés en lamelles.*



# CUISINE TRADITIONNELLE BULGARE

## RECETTE GYUVECH

**10.**

*Ajoutez les gombos.*



**11.**

*Coupez les carottes en  
rondelles et ajoutez-les.*



**12.**

*Ajoutez les tomates coupées  
en cubes.*





**13.**

*Parsemez de persil haché.*



**14.**

*Assaisonnez de sel de poivre  
et d'autres épices selon votre  
goût.*



**15.**

*Ajoutez un peu d'eau et d'huile  
et mettez au four pour 3-4  
heures.*





# CUISINE TRADITIONNELLE BULGARE

## RECETTE GYUVECH



*Servez chaud, accompagné de tarator (soupe froide à base de concombre et de yaourt) froid.*



[www.bulgariatravel.org](http://www.bulgariatravel.org)



RECETTE

# GYUVECH





# CUISINE TRADITIONNELLE BULGARE

## RECETTE GYUVECH



Nous vous souhaitons  
un bon appétit et  
de bons moments  
en compagnie de la  
cuisine traditionnelle  
bulgare !

[www.bulgariatravel.org](http://www.bulgariatravel.org)





Programme opérationnel « Développement régional » 2007-2013  
[www.bgregio.eu](http://www.bgregio.eu)

Nous investissons dans votre avenir !

Le projet est financé par le Fonds européen de développement régional et le budget  
de la République de Bulgarie



Schéma d'aide financière désintéressée BG 161PO001/3.3-01/2008 « Soutien d'un marketing national efficace du produit touristique et amélioration des services d'information », contrat BG161PO001/3.3-01/2008/001-5 « Catalogue multimédia des sites touristiques et marketing électronique de la destination Bulgarie ».

Cette brochure multimédia est créée dans le cadre du projet « Catalogue multimédia des sites touristiques et marketing électronique de la destination Bulgarie », contrat n° BG161PO001/3.3-01/2008/001-5 réalisé avec le soutien financier du Programme opérationnel « Développement régional » 2007-2013, cofinancé par l'Union européenne à travers le Fonds Européen de Développement Régional. Toute responsabilité pour le contenu de cette brochure incombe au bénéficiaire - le Ministère de l'économie, de l'énergie et du tourisme, et il ne peut être considéré en aucun cas qu'elle reflète une position officielle de l'Union Européenne ou de l'Autorité de gestion.