



produit du mois : quinoa noir



Sa particularité ? Le quinoa noir affiche une couleur de caviar qu'il garde à la cuisson, pour un parfum plus terreux. Et si ses propriétés nutritionnelles sont, à peu de choses près, les mêmes que celles de ses cousins, il est bien plus riche en lithium... un métal jouant le rôle de régulateur d'humeur et participant à la prévention de la dépression !

truite sauvage de l'adour :



Le saumon et truite de l'Adour , aussi appelé saumon et truite des gaves, est un poisson qui se pêche essentiellement vers l'embouchure de l'Adour, ainsi que dans les gaves de Pau et d'Oloron. Il a gardé la particularité de pouvoir toujours être commercialisé à travers une filière professionnelle très contrôlée composée d'une cinquantaine d'inscrits maritimes, seuls pêcheurs habilités à pouvoir vendre leurs saumons durant la période qui s'étend d'avril à juillet. Dans le cadre de cette filière, un seul conserveur, situé à Peyrehorade, met en marché ce saumon en tant que semi-conservé (saumon fumé).

produit du mois : citron de Menton



La Commission européenne a enregistré la dénomination « Citron de Menton » en Indication géographique protégée (IGP), par règlement paru au Journal Officiel de l'Union européenne le 2 octobre 2015.

Cette reconnaissance vient reconnaître la qualité du produit liée à son origine géographique et aux savoirs faire séculaires des agrumiculteurs mentonnais.

Le « Citron de Menton » est cultivé sur les communes de Castellar, Gorbio, Roquebrune-Cap-Martin, Saint-Agnès et Menton.

Depuis l'apparition du citron dans l'agrumiculture locale dès 1341, à son essor aux XVII^e et XVIII^e siècles grâce à l'apparition des premiers textes législatifs réglementant le commerce du citron, le lien entre cet agrume et Menton n'a pas faibli au fil des siècles. Le produit est cultivé sur des restanques situées entre mer et montagne, sur des sols caractéristiques appelés « grès de Menton ». La douceur du climat sous influence maritime et l'apparition de brumes lors de la saison chaude, limitent l'accumulation en sucres et favorisent le goût acide mais sans amertume du fruit.

Récolté à la main et en plusieurs passages, le « Citron de Menton » n'est pas ciré et ne subit aucun traitement chimique après la récolte.

voici un lien qui explique ses particularités <http://www.lescitronde Menton.org/Emails/communiqu%20de%20presse.pdf>

produit du mois : boeuf de Galice



La Blonde de Galice ou Rubia Gallega est une race à viande d'exception originaires de la région de Galice au Nord-Ouest de l'Espagne. Cousine de la blonde d'aquitaine, elle a été élue meilleure viande du monde par le magazine Beef® et le magnifique film Steak (R)évolution.

Les élevages de Rubia Gallega sont très extensifs, les fermiers élèvent chaque bête comme un animal de compagnie. Ces méthodes d'élevage sans stress garantissent une viande d'une extrême tendreté.

Les Blondes de Galice sont sélectionnées par des maquignons professionnels partenaires de notre site internet qui choisissent des bêtes d'exception pour la production de viande. L'âge avancé des bêtes offre un goût intense à la viande. Dans un premier temps vous apprécierez des senteurs de fruits secs, plus particulièrement de noisette et de noix de cajou. A la cuisson, la viande exprime ses arômes épicés et légèrement iodés, provenant sûrement de la proximité de l'océan. La dégustation d'une pièce de Blonde de Galice est un événement que vous n'oublierez pas !

Pour sublimer ce produit d'excellence nous pratiquons une maturation de 28 jours minimum. Pendant cette période les saveurs se concentrent et la viande s'attendrit. L'élevage extensif et la qualité gustative de la blonde de Galice en font une des races les plus adaptées à la production de viande tant au niveau écologique que gastronomique.

produit du mois : vinaigre Xeres Pedro Ximenez



Ce vinaigre est obtenu à partir du vin rouge de Xérès Oloroso, produit à partir des cépages Pedro Ximenez et Palomino (doux et riches en sucre) et fabriqué selon le procédé traditionnel Espagnol des « criaderas » (fûts dédiés aux vins jeunes) et « soleras » (fûts dédiés aux vins les plus vieux).

Le vin passe d'une rangée de « botas » (fûts) à l'autre ce qui lui confère un plus haut degré d'acidité, de concentration et de complexité.

Le vinaigre de Xérès Pedro Ximenez présente une robe acajou foncée, presque ébène. En bouche il développe des notes douces et fruitées de raisin mûr, d'abricot et de fruit rouge. On l'utilisera pour agrémenter salades et vinaigrettes, pour relever des viandes de veau et de canard ou pour accompagner certains desserts comme des pêches et glace vanille.

En savoir plus : Le vinaigre de Xérès s'accorde particulièrement bien avec une huile de sésame toasté ou Noisette ou une huile d'olive vierge extra en fruité vert ou mûr intense.

produit du mois : granola



Le granola est un mélange d'avoine, d'amandes et de miel apparenté au muesli. Le tout peut être utilisé comme accompagnement de yogourt ou comme céréale matinale. Il peut aussi être cuit et présenté sous forme de tablettes

astuce du mois : quinoa



Il existe trois variétés de quinoa, blanc, rouge et noir. Le blanc, qui ressemble le plus au couscous (j'ai déjà utilisé ce subterfuge avec succès pour mes enfants!) est également le plus courant. Le goût est sensiblement le même pour les trois, mais le rouge est celui qui conserve le mieux sa forme après la cuisson. On le cuit comme le riz, c'est-à-dire qu'on a besoin de 2 tasses d'eau pour 1 tasse de quinoa. On fait bouillir doucement, pendant 15 à 20 minutes. C'est prêt lorsque le grain devient translucide, et que la petite membrane qui l'entoure se détache.

La manière la plus simple de commencer à intégrer le quinoa dans votre alimentation, c'est de l'utiliser pour remplacer une autre céréale que vous serviriez habituellement. Au lieu du riz ou du couscous par exemple, pour accompagner une viande ou un poisson des légumes. On peut l'assaisonner simplement, comme on le ferait pour ces deux autres grains : un peu de bouillon de poulet, une noix de beurre ou de l'huile d'olive, du sel et du poivre, quelques fines herbes ou épices, selon votre goût.

recette du mois : granola maison



- ingrédients
- 300 g de flocons d'avoine
 - 150 g d'un mélange amande et noisettes rapidement mixé
 - 2 CS d'huile de noisette
 - 4 CS de sirop d'agave
 - 1 CC de mélange d'épices à Spéculoos (vous pouvez par exemple utiliser de la cannelle, ou un mélange d'épices à pain d'épices)

- Quelques noisettes et amandes entières
- Un petite poignée de fruits secs(ici raisins et dattes coupées en morceaux

préparaton :

- Préchauffez votre four à 150°C.
- Versez les flocons d'avoine dans un cul de poule (ou un saladier).
- Ajoutez le sirop d'agave et l'huile de noisettes. Mélangez.
- Ajoutez les amandes et noisettes grossièrement mixées. Mélangez de nouveau.
- Ajoutez des épices, mélangez encore une fois.
- Versez le mélange sur une plaque de cuisson.
- Parsemez les noisettes et amandes entières sur les flocons d'avoine, et enfournez pour 10 minutes.
- Sortez la plaque du four, mélangez et ré-enfournez pour de nouveau 10 minutes.
- Normalement vos flocons d'avoines doivent être joliment dorés. Si ce n'est pas le cas, ré-enfournez de nouveau pour quelques minutes.
- Enfin, à la sortie du four, laissez complètement refroidir, le mélange va peu à peu devenir croustillant.
- Une fois froid, ajoutez des fruits secs, puis conservez dans un bocal fermé hermétiquement.

la carte sera disponible le 26 avril 2017



Le chef a cuisiné

Lanquostine de Loctudy et huile végétale de mon potager, pulpe glacée d'ugly, quinoa noir au Ngo Gai

- 19 € Truite sauvage de l'Adour mariné à l'agastache, asperge du blayais à l'ail des ours et vinaigrette jaune d'œuf au vinaigre de Laurent Agnès
- 19 € Lamproie cuisinée au Sauternes, Aster maritime et légumes de la famille Sournac, râpée de citron de Menton
- 30 € Boeuf de Galice maturé 40 jours fumé minute au sarment, jus à l'ail des ours, baragane, asperges vertes et pomme de terre de l'île de Noirmoutier
- 31 € L'assiette de Fromages affinés de Jean-François à Cocumont, Pain de campagne au cidre, Huiles, poivres et confitures particulières
- 10 € Voilà la printemps : une balle golf sur un grain de mélisse de mon jardin, crémeux chocolat biskella 34%, sorbet citronnade à la bergamote
- 11 € Fraise gariguette marinée au poivre de chiloé, pulpe de rhubarbe, traou mad et sorbet fraise des bois
- 11 € Au quotidien nous pétrissons, façonnons et cuisons notre pain Avec des farines du Moulin de Dubern qui sont issues de blés récoltés en Lot et Garonne

Menu C'Yusha à 34 €

- Asperge du blayais, pesto d'ail des ours, hollandaise au yuzu escabèche de coques au curcuma
- Axox d'agneau de la maison Campet au piment d'Espelette, pomme de terre de l'île de Noirmoutier confite à la livèche
- Ou Maigre de nos côtes, beurre battu au saté, cannelloni au basilic thai et houmous de carotte au citron de Menton
- Les fromages affinés
- Ou Fraise Gariguette marinée au vinaigre Xeres Pedro Ximenez, granola, sorbet hibiscus et madeleine chocolat/avocat

Menu gourmet à 45 €

En six services pour l'ensemble des convives

La pause déjeuner à 19 €

(Entrée, plat et dessert du jour)
Menu servi uniquement du mardi au jeudi midi, sauf jours férié
Sélection du Sommelier : 1 verre de vin + 1 café classique...6 €

Bien à vous,
Pierrick Célibert