



Produits du mois : risotto



(qui veut dire «soupe sèches ou «créméuse»).
Les riz se divisent en deux grandes familles:

indica (à grains longs)

japonica (à grains courts)

Seules les souches de japonica sont cultivées en Europe.

Il existe quatre classifications du riz en Italie selon la taille et donc la capacité d'absorption d'un liquide et non la qualité (comme, semifino, fino et superfino) et trois variétés principales, toutes de la souche japonica.

La plupart des risotti sont faits de superfino de l'une ou l'autre de ces trois variétés, mais de nouveaux hybrides commencent à apparaître sur les étals des épiceries en Italie, dont arborio.

Arborio :

Ce riz est typique du risotto mais convient aussi à toutes les recettes de riz.

C'est le type de riz italien le plus exporté et le plus connu.

Il est cultivé dans la plaine du Pô, la région de production de riz la plus importante en Europe.

Par contre c'est celui qui absorbe le moins de liquide de tous.

Carnaroli :

C'est le plus cher des riz italiens et peut-être le riz le plus cher du monde.

Il est difficile à cultiver et de cuisson complexe à cause de son contenu plus élevé en amylose (l'une des deux sortes d'amidon que contient le riz, ce qui lui permet de résister à la chaleur).

Résultat: il garde sa forme plus longtemps et reste croquant.

C'est donc le riz de choix pour le risotto.

Le riz Carnaroli est vieilli de un à trois ans, ce qui lui permet de s'affiner, de concentrer ses vertus gustatives et biologique

Vialone Nano :

Le riz des Vénitiens, qui le préfèrent à tous les autres (et qui le font pousser chez eux), avec ses grains plus petits, courts et légèrement opalescents.

Il donne aussi un risotto qui se tient mais qui facilite l'effet all'onda

Vénééré :

Riz moyen à grains noirs, complet, énuvé.

Son nom est Venere (Vénère), originaire de la Chine, même si aujourd'hui il est cultivé dans certaines zones de la vallée de Pô.

C'est un riz agréablement parfumé, qui est prêt en 18 minutes et dégage un arôme particulier entre le bois de santal et le pain juste sorti du four. D'après ce que dit la légende, le Riz Vénééré était très apprécié à la cour des anciens empereurs chinois, grâce à ses propriétés nutritionnelles et aphrodisiaques (d'où, le nom Riz Interdit).

le risotto peut être plus ou moins crémeux ou liquide.

Parfait avec des truffes, du parmesan, des vitelles ou les crustacés.

On donnera alors toute l'attention au bouillon. Fumée de poisson, bouillon de volaille, de veau ou de légumes viennent «mouiller» un riz treuvé doucement dans un fond d'huile d'olive jusqu'à absorption.

Si la qualité du riz est au rendez-vous, celui-ci devient alors transparent.

Le bouillon se verse délicatement dans le poêlon jusqu'à son absorption complète.

C'est lors de cet épisode qu'entre en jeu toute la dextérité du cuisinier. Il lui faut le remuer énergiquement avec une cuillère.

Incorporez, selon l'humeur et le projet de repas, légumes verts pour le risotto primavera, fromage pour le parmigiana, safran pour celui alla milanese, la finition de ces plats se fait au beurre et confère toute l'onctuosité à la préparation.

Le risotto doit être exécuté dans l'instant, il ne peut en aucun cas être préparé au préalable puis réchauffé, sous peine de le voir se transformer en une infâme bouillie.

Epazote ou thé de mexique



Voici l'epazote, qu'on appelle en France "fausse ambroisie".

C'est une plante aromatique aux larges feuilles dentelées, à la saveur camphre et légèrement citronnée.

C'est l'une des herbes (avec la coriandre) que l'on trouve le plus fréquemment dans dans la cuisine mexicaine : elle sert notamment à aromatiser les haricots noirs ou les tamales.

En plus de ses qualités gustatives, l'epazote est également connue pour ses propriétés, eupéptiques et carminatives.

On dit aussi qu'elle calmerait l'asthme, les bronchites et autres affections respiratoires.

Très peu de chances que vous en trouviez près de chez vous : l'epazote, hors du Mexique et de quelques autres pays d'Amérique, est considérée comme une mauvaise herbe.

astuces du mois : comment bien réussir son risotto !

INGREDIENTS POUR 4 PERSONNES

240 g de riz rond (*carnaroli* ou autre)

600 g de bouillon de légumes, volaille ou poisson

30 g de beurre

2 cuillères à soupe d'huile d'olive extra vierge

40 g de parmesan râpé

70 g d'échalotes

Faites chauffer le bouillon de légumes dans une casserole , faites suer à l'huile (sans coloration) les échalotes hachées.

Ajoutez le riz et faites cuire quelques minutes jusqu'à ce que le tout soit translucide.

Versez progressivement le bouillon chaud sans cesser de mélanger avec une cuillère.

Salez après treize minutes de cuisson à feu doux

Retirez la casserole du feu. Incorporez d'abord le beurre puis le parmesan, mélangez encore une dernière fois.

Pour obtenir un risotto bien crémeux on peut ajouter soit de la crème liquide ou du mascarpone

la recette : beurre au huitre végétale du bassin



soit vous avez une baratte à beurre ou un thermomix et vous le réaliser vous ou alors vous prenez un beurre (125 gr) à température ambiante et vous y ajoutez 7 gr de feuilles d'huitres hachées et une pincée de fleur de sel vous mélangez bien puis réservez au froid et dégustez

la nouvelle carte disponible le 15 juin 2010

Le jambon "Cochon noir de Bigorre" affiné 24 mois.

Beurre au piment d'Espelette de Jean-Yves Bordier et la cueillette du jardin des senteurs – **15 €**

Compression de foie gras du Sud -ouest et truffe blanche d'été, ficoïde glaciale à l'huile d'argan – **18 €**

Gaspacho de tomate jaunchuïte d'olive du château Virant / fristo misto mozzarella di Buffalo/ tartine flanquée d'anchois mariné à l'épazote – **16 €**

Carré d'agneau "Grave Pauillacais" de la maison Campet, cuit à basse température à l'hysope.

Isagne craquante aux petits pois du père Alex et giroles – **22 €**

Rouget barbet juste saisi, jus perlé à la tagète mandarine, bonbon de la terre de Mios et asperges des bois – **21 €**

Fromages affinés servis avec du beurre de Jean-Yves Bordier – **8 €**

Voilà l'été, un putt de golf sur un green de menthe – **9 €**

(pour toutes techniques et explications, voyez avec notre prof de golf Elodie)

Palette de fraîcheur d'Hugues Le Cieux, madeleines thé Matcha'Yuzu – **8 €**

(mara des bois hibiscus, agastache, melon splanthés)

Pêche blanche confite à la verveine, crumble pétillant, sorbet Sauternes – **8 €**

Clafoutis tiède aux cerises Burlat, jus aux noyaux et sorbet patxarran – **8 €**

Au quotidien nous pétrissons, façonnons et cuissons notre pain

Avec des farines du Moulin du Dubern qui sont issues de blés récoltés en Lot et Garonne

Le Menu C'Yusha à 33 €

Mise en bouche

Smoothie de petit pois à la persicaire odorante, ricotta , bruschetta chorizo/coques

Maigre de nos côtes au Yuzu, cannelloni au vert, gratiné au Parmigiano Reggiano pulpe de tomate au muscovado

Ou

L'envie du jour

Douceur insolite

Les fromages affinés

Ou

Clafoutis tiède aux cerises Burlat, jus aux noyaux et sorbet patxarran

La pause déjeuner à 19 €

(Entrée, plat et dessert du jour)

Menu servi uniquement du mardi au vendredi le midi, sauf jours fériés

Sélection du Sommelier : 1 verre de vin + 1 café classique.....6 €

Bien à vous,

Pierrick Célibert