



évènements : porte ouverte au Jardin des Senteurs

du 13 au 15 mai 2011



Hugues Le Cleux nous ouvre les portes de son paradis parfumé. Venez découvrir ses plantes et fleurs parfumées, ses salades insolites et bien sur de la fameuse (HVBA pour les intimes) autrement dit l'huile végétale du Bessin d'Arcachon. Il vous conseillera pour vos plantations et donnera ses astuces.

et je serais le 15 mai au Jardin des Senteurs pour faire goûter mes dernières créations comme la mayonnaise d'huile végétale, une soupe froide d'huile végétale au yuzu, et plein d'autres surprises. de plus je vous donnerai conseils et astuces pour cuisiner les plantes d'Hugues. pour les plus gourmets un carnet de recettes sera téléchargeable sur le site du Jardin des Senteurs et du C'Yusha

renseignement au
Le Jardin des Senteurs
Chemin des Pardies 33380 biganos
06 86 61 01 81
05 56 26 73 37

<http://www.lejardindessenteurs.com>
www.cyusha.com rubrique actualité

Produits du mois : saumon sauvage de l'Adour



Autre appellation : saumon des gaves.

Poisson-roi pour ses nombreux amateurs, le saumon atlantique (un animal à la robe argentée avec des reflets sombres pouvant dépasser un mètre de long et peser plus de 25 kilos) ne se pêche plus guère en France, hormis sur le bassin de l'Adour. Sa chair grasse, de couleur rose orangée, contient peu d'arêtes.

A bord de petites embarcations, les pêcheurs le capturent à l'embouchure de l'Adour au filet dérivant. Le reste des prises est le fait de pêcheurs de loisirs qui l'attrapent à la ligne.

Un peu d'histoire

Autrefois abondantes, les populations de poissons migrateurs (alose, lamproie, truite de mer, esturgeon, saumon) ont spectaculairement régressé du fait de l'impact industriel et de la pratique de la pêche sur des stocks affaiblis par la pollution du milieu aquatique, la dégradation des habitats piscicoles, les barrages... Depuis le milieu du XIXe siècle, les pouvoirs publics tentent d'endiguer la disparition des poissons migrateurs, afin de garantir l'alimentation des populations rurales et une loi, de 1865, soumet certains cours d'eau à l'obligation d'aménagement d'échelles à poissons. Cependant, les programmes vraiment structurés de soutien à ces espèces ne datent que des années 1980, le développement technologique permettant de mettre en place des dispositifs de franchissement efficaces. De surcroît, des centaines de milliers de saumons juvéniles sont déversés chaque année dans les bassins de l'Adour, mais aussi de la Garonne et de la Dordogne, où, pour ces deux derniers, des mesures d'interdiction de la pêche protègent le saumon atlantique, la truite de mer et l'esturgeon.

L'association Saumon des gaves protège cette espèce dans les eaux régionales. De nos jours, le saumon est très modestement pêché. La cinquantaine de pêcheurs de l'Adour sont les derniers représentants d'une corporation qui comptait au début du XXe siècle des milliers de membres.

asperges des bois :



L'**ornithogale des Pyrénées** (*Ornithogalum pyrenaicum*) encore appelé **asperge des bois** est une plante herbacée vivace de la famille des Liliacées.

C'est une plante bulbeuse, aux feuilles linéaires qui disparaissent pratiquement à la floraison en laissant une hampe florale d'assez grande taille portant de nombreuses fleurs blanc-verdâtre en grappes grêles.

On la rencontre dans les prairies, les talus, et les bois clairs, jusqu'à 1200 m d'altitude.

Les jeunes pousses sont comestibles d'où les noms « asperge des bois » ou « aspergette » qui lui sont donnés dans certaines régions.

aster maritime :



Plante du littoral, l'Aster maritime se trouve sur toutes les côtes françaises, essentiellement dans les prés salés croquant et le goût salé de cette plante peut être servi soit cru ou cuit et accompagner aussi bien le poisson que les viandes. Ici c'est un pépinière avec Hugues Le Cleux et le conservateur du bassin d'Arcachon qui ont récupéré quelques pieds et après le travail d'Hugues à fait le reste

a développé des feuilles charnues recouvertes de cire, qui la protègent de l'agressivité du sel et d'une évaporation excessive. Fleurissant en été, elle donne au schorre une coloration jaune et violet pâle.

Il existe environ 200 espèces d'asters dans le monde dont une douzaine possèdent en France. Le terme originnaire du grec et du latin *Aster* signifie étoile.

Recette du mois : pannacotta d'asperge du Blayais et sa brouillade d'oeuf



Ingredients:

200 g de pulpe d'asperges, 100 g crème liquide, 2 g agar 8 oeufs 20 g beurre 50 g de crème sel poivre 8 copeaux d'asperges mariné à l'huile de noix et citron.

préparation : mettre à chauffer la pulpe d'asperge avec la crème rectifier l'assaisonnement puis ajouter l'agar à l'ébullition verser dans une verrine et laisser refroidir. dans une casserole mettre les oeufs cassés avec le beurre et le sel, prendre une spatule et remuer énergiquement jusqu'à ce que le mélange devienne crémeux. retirer du feu et ajouter la crème pour stopper la cuisson, verser dans la verrine ajouter les copeaux d'asperges et déguster.

Astuce du mois : comment réaliser une huile parfumée,



comme je le préciser lors de la cookletter d'avril, je répond maintenant à vos interrogations concernant quelques astuces.

en premier lieu il vous faut de l'huile de pépins de raisin qui est neutre et ne fige pas au froid donc très pratique. je prenais soit d'ail, des herbes aromatiques, épices, rhizomes, etc il fait tiédir l'huile à 45° ajouter l'ingrédients à infuser recouvrir d'un papier film et laisser reposer de 2 à 7 jours puis filtrer l'huile et la mettre au froid.

astuce du mois : comment bien cuire du quinoa



dans une casserole assez large faire revenir un oignon ciselé avec du beurre pendant 4 minutes et sans coloration, puis ajouter le quinoa et le faire napper enrobé de beurre pour qu'il soit translucide et qu'il ne collent pas).

mouiller à hauteur au bouillon de poule ou crustacé ou d'herbe selon votre convenance cuire jusqu'à évaporation complète. si toutefois il manque de cuisson remouiller un peu pour prolonger la cuisson, rectifier l'assaisonnement.

Nouvelle carte, disponible le 11 mai 2011

- Risotto Carnaroli aux morilles, émulsion d'asperge du blayais au Tio Pépé, truffe blanche de la Saint Jean - 17 €
- Foie gras de canard du Sud-ouest mi cuit à l'agastache, betterave Burpees golden en textures multiples - 19 €
- Une autre idée de L'Huître du Cap-Ferret, la crépinette et l'huître végétale du Bassin d'Arcachon - 18 €
- Saumon sauvage de l'Adour snacké à la main de Bouddha, aster maritime, cromequis printanier - 28 €
- Pluma de cochon Basque "Kintoa", trait de caillé de brebis, pomme de terre de Noirmoutier en croûte d'herbe à curry Pommade culinaire à l'ail des ours - 24 €
- L'assiette Fromages affinés - 9 €
- Tube craquant au fraise Gariguettes, espuma au coquelicot, spoom au champagne - 9 €
- L'aquitaine en dessert - 9 €
- (Tourtière à l'armagnac, macaron de Saint-Emilion, gâteau Basque, pastis Landais, Cocal du Périgord aux noix, sorbet Lillet) - 9 €

Le Menu C'Yusha à 33 €

- Escabeche de linette au yuzu, smoothie de petit pois à l'huile d'amendons de printemps.
- La moule demi-sel pochée à huile de galingale, risotto carnaroli au piquillo, émulsion de chorizo Ou Aiguillettes de canard du Sud-ouest à la taniassé, pomme de terre de Ile de Ré et asperges vertes
- Les fromages affinés Ou Clafouti aux cerises Burlat en cocotte, jus au Paterson, quince glacée aux noix

La pause déjeuner à 19 €
(entrée, plat et dessert du jour)

Menu servi uniquement du mardi au vendredi midi, sauf jours férié
Sélection du Sommelier : 1 verre de vin + 1 café classique.....6 €

exposition : Marie Le houerou



Après un parcours scolaire & professionnel un peu chaotiques, je commence aujourd'hui à me réaliser dans la peinture :

Mon envie pour la peinture s'est révélée au collège lorsque j'ai passé & réussi un concours de dessin pour une grande école parisienne . L'envie ne m'a jamais quittée, mais la scolarité classique a pris le dessus & finalement je suis devenue gestionnaire de clientèle dans le domaine bancaire ! J'ai fait quelques petits boulots alimentaires , puis repris mes études en conception dans l'habitat, ai travaillé en qualité de cuisiniste-bainiste et j'ai terminé ce parcours par le chômage! Bref à 30 ans, j'ai enfin repris mes pinceaux, qui étaient jusque là bien au chaud dans leurs boîtes, et je me suis lancée un peu au hasard. Après un déménagement de la région parisienne vers la région nantaise, me voilà aujourd'hui dans mon atelier à peindre ce que vous découvrez.

Je peins tous les jours, avec envie, difficulté parfois mais j'en ai vraiment besoin. Ce que je souhaite exprimer ? Certainement un peu de légèreté dans un monde qui me paraît parfois bien difficile. Mes peintures quant à elles, sont en général colorées, surchargées de motifs & il en dégage peut-être un peu de naïveté, de légèreté. En fait j'aime ça.

je ne prétends à aucun message, j'espère juste procurer un peu de plaisir à la personne qui passe devant la toile chaque jour.

Merci à vous tous qui me lisez maintenant & à ceux qui ont déjà eu l'occasion d'apprécier mon travail

<http://gepet.free.fr/gepet-free.fr/Bienvenue.html> site sur Marie Le Houerou

marie.lehouerou@laposte.net

revue de presse :



Nous avons eu le plaisir d'avoir la visite de Gilles pudowski au C'Yusha qui nous a fait un article bien sympathique.
<http://www.gillespudowski.com/23220/restaurants/bordeaux-la-table-de-cerise>

Bien à vous,
Pierrick Célibert