



**produit du mois : miel de caféier**



Le miel de caféier est un miel dans lequel le fructose et le glucose s'équilibrent pour dériver une délicate texture onctueuse et très agréable en bouche. Ce miel est aussi réputé pour sa rareté. On le récolte en altitude, dans les montagnes préservées du Salvador, au cœur des plantations de caféier. Un véritable trésor de la nature et des abeilles !  
Le miel est légèrement odorant. On sent une odeur chaude et sucrée, très agréable. Elle me fait à celle d'un miel de montagne assez doux, On sent un peu de rudesse en note de fond mais l'ensemble est plutôt délicat.  
En bouche, ce miel est très onctueux, velouté. Il fond rapidement tout en ayant un peu de présence grâce à sa consistance crémeuse mais fluide. Il est homogène, on ne sent pas du tout de cristallisation. Son goût est assez léger, je m'attendais à une sensation plus forte. On ressent une saveur ressemblant à celle d'un miel de montagne mais en plus délicate. Il est peu sucré, on sent même un peu d'amertume. En fin de bouche on perçoit nettement un arôme qui me rappelle celui de la crème Moka. C'est doux et cet arôme se prolonge assez longtemps.  
Plutôt qu'un parfum de café intense auquel je m'attendais avant la dégustation on se retrouve donc avec un miel à la saveur délicate. L'arôme de moka, ainsi que la pointe d'amertume rappelleront bien l'origine de ce miel. Le fait que je trouve qu'il ressemble surtout à un miel de montagne n'est pas étonnant, car il est indiqué sur le pot qu'il est récolté dans les montagnes du Salvador. Tout s'explique ! J'ai bien aimé sa texture veloutée, crémeuse sans être épaisse.

**produit du mois : ail des ours**



au début du printemps, l'ail des bois fait surface et envire ses environs d'une odeur légère d'ail. Cette plante pousse, en masse, dans les endroits ombragés et humides et/ou près des petits cours d'eau. Les premières feuilles apparaissent entre les mois de février et mars; les boutons floraux vers le mois d'avril; les fleurs blanches entre les mois d'avril et juin

L'ail des ours se cuisine comme le chénopode blanc, les épinards, l'oignon vert, l'ail frais ou l'aillet.  
Toutes les parties de la plante se consomment : feuilles, boutons floraux et fleurs.

ATTENTION ! La plante se multiplie par ses bulbes. Pour une récolte raisonnable, il suffit de couper les feuilles et fleurs à la base en laissant les bulbes en place. Ne prélevez que ce dont vous avez besoin pour votre consommation personnelle.

Les bulbes, feuilles, tiges, boutons floraux et les fleurs se consomment crus (en salade, pesto, au vinaigre, en décoration...) ou cuits. Cuit, l'ail sauvage (feuilles, boutons et fleurs) perdra une partie de son fin goût en ail.  
De manière générale, ajoutez les feuilles, fleurs et boutons ciselés crus (ou congelés) à vos soupes, beurres, pommes de terre, gratins, omelettes, pizzas, polentas, risottos, pâtes, sels...

Boutons ail des ours au vinaigre  
Une fois séchés, vous pouvez réduire les feuilles en poudre.

**produit du mois : poudre de praliné de chez Weiss**



Chocolat Weiss a imaginé un praliné exceptionnel sous forme de poudre.  
Pour rappel, le praliné est un mélange d'amandes et de noisettes. Ces fruits secs sont torréfiés et sucrés pour obtenir le praliné !  
Le praliné est généralement trouvé sous forme de pâte. La poudre de praliné est donc un produit original et très novateur.  
Il est ainsi très simple d'utilisation, rapide à incorporer dans les préparations sucrées ou salées et parfaitement dosable.

un grand Merci à Frederic Coiffé et à Régis Boué pour la dégustation des Produits Weiss  
ici au Cyusha je vais l'utiliser avec des Saint Jacques et les premières asperges vertes après il faut que je fasse des essais a voir.

**produit du mois : tamarillo**



Le tamarillo ou tomate en arbre, ou "prune du Japon" est un fruit rouge ou rose-oranger de la forme et de la taille d'un œuf de poule. Il rappelle le goût de groseille à maquereau.  
C'est un fruit originaire d'Amérique du Sud, plus précisément de la région andine. Le tamarillo appartient à la grande famille des Solanacées. Il est donc apparenté à la tomate, au piment et à l'aubergine.  
Il pousse sur un arbre atteignant de 2 à 3 m de haut. Cette plante produit des fruits dès 18 mois d'existence, et sa production est maximale après 3 ou 4 ans.  
Ce fruit fut longtemps appelé «tomate arbuste», mais en 1967, des producteurs de Nouvelle-Zélande (plus important pays producteur) lui donnèrent le nom exotique de tamarillo. Il est aussi cultivé en Amérique du Sud, en Amérique centrale, dans le Sud-Est asiatique et au Kenya.

La meilleure variété est de couleur variant du bordeaux au violet avec une chair orangée. Le tamarillo mesure de 5 à 10 cm de long, il a la taille et la forme d'un œuf. Sa peau lisse et satinée n'est pas comestible. Sa chair est ferme et acidulée et rappelle le goût des groseilles à maquereau. La variété dite dorée possède une chair plus douce et plus sucrée. La chair renferme de nombreux petits pépins comestibles noirâtres.

Il se cuisine comme les tomates. Son jus laisse des traces indélébiles.

**produit du mois : lard de colonat**



Le Lard de Colonnata est un produit traditionnel de Colonnata, petite ville toscane nichée au milieu des gisements de marbre autour de Carrara. Son affinage dure entre 6 et 10 mois dans des caves de marbres spéciales qui se trouvent dans les caves ou les grottes creusées dans la roche. L'humidité naturelle des grottes et la porosité du marbre établissent les conditions idéales pour son affinage.

Il est parfumé et riche en arômes alors que son goût est délicat, presque sucré. Finement savoureux, s'il provient de la partie supérieure de la cuisse, il est enrichi d'herbes aromatiques et d'épices qui ont servi pendant sa préparation.

**produit du mois : fleur de cactus**



la pulpe blanche est douce (14% de glucose) et plus gélatineuse que celle du fruit du dragon.  
Comme les autres fruits de la famille cactacée (pitayas et figues de barbarie) il contient des graines.  
L'intérêt de ce fruit étant davantage sa texture gélatino-croquante que son goût (il devrait plaire au Japon, car en plus il est beau), les recettes type croquant-moelleux

lui conviennent bien, sans trop ajouter de sucre car on le tue.  
- Panier des grosses rondelles de pomme du Rio Grande avec un mélange chapelure, amandes pilées, poudre bissap ou de grenade rouge (juste pour la couleur),  
- donner un croquant à la poêle chaude avec un rien d'huile d'olive.  
- Servir croquant chaud - pulpe fondante tiède avec quelques gouttes de jus de lime, ou mieux de jus de grenade blanche douce-acide (ta tunisienne Venezia, parfaite pour cet emploi)

**astuce du mois: préparation asperge verte**

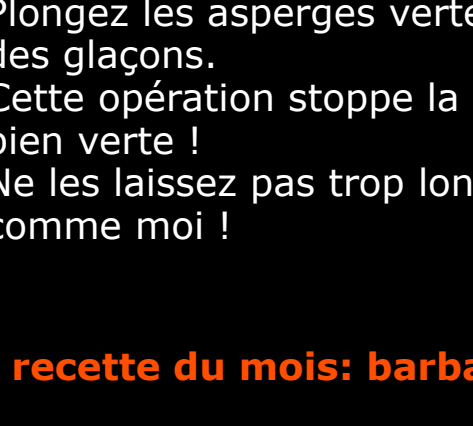


Épluchez les asperges en laissant le maximum de vert sur le haut de l'asperge.  
Si vous voulez présenter vos asperges dans une assiette de manière très sophistiquée, enlevez les petits picots verts, juste sous la tête. Pour ma part, j'aime garder un peu de rusticité sur les asperges vertes.

SECRET : pour les présenter le plus simplement possible, et pour que ce soit joli, coupez-les toutes de la même longueur, réglez-vous sur celle qui est la plus courte ! C'est un petit détail qui ne change rien au goût, mais c'est un bonheur pour les yeux.  
Cuisson asperges vertes : plongez les asperges dans une casserole d'eau à ébullition et très salée.  
Pourquoi l'eau doit-elle être très salée ? Parce que les asperges vertes cuisent en très peu de temps ! Il faut donc qu'elles aient le temps de se saler!!!  
Comptez 6 min environ de cuisson  
Ce qu'il faut savoir : contrairement à l'asperge blanche l'asperge verte se mange un peu craquante ! La cuisson est donc un peu plus délicate, car elle est plus précise.

Assaisonnez-les simplement : de l'huile d'olive pure et une micro goutte de jus de citron. Sel poivre du moulin !  
ASTUCES & SECRETS DE CHEF  
Plongez les asperges vertes cuites tout de suite dans un récipient d'eau froide avec des glaçons.  
Cette opération stoppe la cuisson, et permet aux asperges de garder leur couleur bien verte.  
Ne les laissez pas trop longtemps dans l'eau, si vous aimez les manger tièdes comme moi !

**recette du mois: barbajuan asperge et ricotta**



**Ingrédients :**  
Pâte : 400 g de farine de blé , 10 cl d'huile d'olive, 1 œuf, 15 cl d'eau  
Farce : 100 g d'oignons blancs pelés, 150 g de poireaux, 250 g de copeaux d'asperges vertes 250 g de ricotta, 50 g de parmesan râpé, 4 cuillères à soupe d'huile d'olive, 2 œufs  
**préparation :**  
Pâte :  
mélangez tous les ingrédients dans une calotte puis mixez jusqu'à ce que la pâte forme une boule (laissez-la reposer une heure au réfrigérateur).  
Farce :  
émincez les oignons et les poireaux. Faites-les cuire sans les dorer avec les copeaux d'asperges.  
Mettez les légumes dans une terrine puis ajoutez la ricotta, les œufs, l'huile d'olive, le parmesan râpé, ainsi que du sel et du poivre. Mélangez vivement.  
Confection et cuisson : lorsque la pâte a reposé, abaissez-la, soit au rouleau, soit au taminoir. Déposez de petits tas de farce dessus. Mouillez la pâte tout autour de la farce puis repliez la pâte pour former de petits raviolis. Plongez les barbajuan dans une huile à 180 degrés. Égouttez-les. Dégustez.

**la nouvelle carte sera disponible le 9 mars 2016**



**Le chef a cuisiné**  
Langoustines de Saint Guénolé et oignons de Roscoff, laquées au miel de caféier, feuilles de sarrasin au tofu de Kasha, huitre végétale de mon jardin 20 €  
Foie gras de canard des Landes et lamproie de Mr Vidafumé, parfumé au Sauternes, Pickles de betterave golden burpees, caloux d'aillet grillé. 20 €

□□□□ □□□□  
Noix de Saint-Jacques de port en Bessin grillées au sarment, poudrée de praliné, asperges vertes, raviole foie gras 29 €

Pigeon de Marie Leguen cuit à l'ail des ours, barbajuan aux cuisses confites, callette de blette au bétaïles, carottes d'Aurore au lard de Colonnata 30 €  
□□□□□□□□

L'assiette de Fromages affinés de Jean-François à Cocumont, beurre "Jean-Yves-Bordier", Pain de campagne au cidre, Huiles, poivres et confitures particulières 10 €

Mojito/Tacos/fleur de cactus/tamarillo au poivre de Chilod/sorbet cacao aux feuilles Bolfo 11 €  
Le lait et le miel en textures multiples 10 €

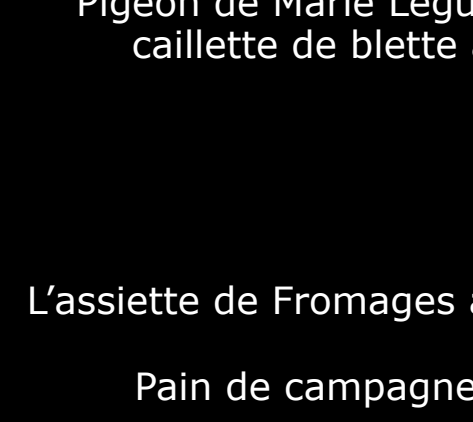
**Menu C'Yusha à 34 €**

Raviole de foie gras de canard et yuzu, tourin à l'ail des ours, crôte d'olives noires et parmesan, oignon doux des Cévennes  
□□□□□□□□  
Merlu du golfe de Gascogne/condiment piquillos passion/ compression de boudin et pomme/ panisse  
Ou  
Quasi de veau de lait, jus au bois de réglisse, asperges vertes et carottes d'Eysines à la verveine  
□□□□□□□□  
Les fromages affinés  
Ou  
Crèmeux chocolat Okucan 69%, de Venezuela/ gianduja au sésame/ terre à la menthe / sorbet lait ribot mimosa

**Menu gourmet à 45 €**

En six services pour l'ensemble des convives

**revue de presse: le Mag Sud-Ouest**



voici le lien de l'article  
[http://www.cyusha.com/IMG/pdf/article\\_mag\\_sud\\_ouest\\_fevrier\\_2016.pdf](http://www.cyusha.com/IMG/pdf/article_mag_sud_ouest_fevrier_2016.pdf)

Bien à vous,  
Pierrick CÉlibert