



produit du mois : ugly de la jamaïque



Découvert au début du 20ème siècle et originaire de la Jamaïque, l'ugli est un agrume de la famille des tangelos. De la grosseur d'un pomelo et d'aspect peu attractif, il tient son nom du mot anglais ugly qui signifie laid. Sa chair est tendre, juteuse et parfumée, sans amertume ; elle renferme quelques pépins. Exporté depuis 1930, il est cultivé en faible quantité et fait parti des agrumes les plus chers.

FAIRE LE BON CHOIX :
Choisir l'ugli ferme et lourd. La présence des tâches sur sa peau n'affecte pas sa saveur.

ATOUTS NUTRITIONNELS :
L'ugli est une excellente source de vitamine C.

CONSERVATION :
Il doit être conservé à température ambiante et se consomme le plus frais possible. Au réfrigérateur, il se conserve jusqu'à 2 semaines.

PRÉPARATION :
L'ugli a une peau épaisse qui se pèle très facilement. Il se coupe en quartiers comme la mandarine ou en 2 comme le pomelo.

UTILISATION :
C'est un fruit polyvalent qui se consomme nature ou dans les salades de fruits, de légumes ou de fruits de mer. Il est également utilisé dans diverses préparations à base d'agrumes.

produit du mois : coriandre mexicaine



Eryngium foetidum, couramment coriandre Mexicain, panicaut fétide ou coriandre de Chine, est une plante bisannuelle condimentaire pouvant atteindre 40 à 50 cm de hauteur. Elle est cultivée, commercialisée et utilisée dans la cuisine mexicaine et sud-est asiatique pour assaisonner potages, nouilles, currys, chutneys et nombreux autres plats. Toute la plante a une forte odeur de feuilles de coriandre. Cette plante culinaire est particulièrement intéressante en zone tropicale pour la cuisine Mexicaine et Asiatique, dans la mesure où, contrairement au vrai coriandre (*Coriandrum sativum*) *Eryngium foetidum* pousse très bien en zones chaudes. De plus, séchée, ses feuilles gardent très bien leur arôme et leur couleur.

produit du mois : langues de canard



un met très apprécié en Asie surtout pendant les fêtes, ici je les cuit dans un bouillon aromatique épicé, puis au moment je les laque avec une préparation de sauce soja et sucre demerara comme ceci elles sont croustillantes à l'extérieur et fondantes dedans

produit du mois : veau d'Axuria



La coopérative AXURIA à Mauléon ne se contente pas de vous proposer probablement la meilleure viande de vache Blonde d'Aquitaine, elle propose également le veau de race Blonde d'Aquitaine. La viande de veau AXURIA Blonde d'Aquitaine est une viande à la qualité rare, à la chair rosée, que savent apprécier les professionnels de la restauration et de la boucherie. Les carcasses ont un poids moyen de 150/160kg.

produit du mois : gianduja au sésame



Un gianduja maison, ça vous tente ? Gianduja, mais qu'est-ce qu'il raconte ? Le gianduja est un mot que vous devez entendre pas mal en ce moment car il est très tendance même si il existe depuis très longtemps. Il s'agit d'une pâte de noisettes broyées avec du sucre glace à laquelle on ajoute du chocolat. Et si la composition vous rappelle quelque chose, c'est sûrement le nutella, mais le goût est très différent puisqu'ici tout est naturel !). Si vous voulez, vous imaginer son goût, pensez à la ganache des chocolats de Noël, crémeuse et subtilement parfumée à la noisette, et bien vous y êtes, c'est exactement ce goût. Dans une tarte au chocolat, pour le fourrage de vos chocolats maison, pour parfumer vos crèmes, vous pourrez l'utiliser à volonté et je suis sûr que vous allez devenir totalement addict !).

astuce du mois : ail des ours



que faire avec de l'ail des ours et comment le conserver ? plusieurs possibilités :

- sécher pour en faire de la poudre
- faire du beurre
- faire un pesto
- faire de l'huile aromatisée
- pour les boutons de fleurs les mettre au vinaigre
- faire un coulis et mettre au congélateur
- et tout simplement le mettre entier bien disposer au congélateur

recette du mois : gianduja au sésame



Pour 450g de Gianduja
100g de sésame
50 gr poudre d'amande
150g de sucre glace
150g de chocolat au lait 40%
1 petite pincée de sel fin

préparation :
Faire préchauffer le four à 150°C.
Mettre le sésame et la poudre sur une plaque à pâtisserie, puis les faire torréfier environ 15 minutes (tout dépend de votre four, donc surveillez). Pendant la cuisson, remuer de temps en temps, cela doit être bien torréfiées (mais pas brûlées, on est d'accord !).
Sortir la plaque du four
Placer le tout dans le robot mixeur avec le sucre glace et la pincée de sel
Broyer jusqu'à l'obtention d'une texture crémeuse. Il faut être patient et attendre un bon quart d'heure environ (voir plus en fonction de votre robot). En étant broyé, le mélange va chauffer et permettre à l'huile de venir former une pâte.
Faire fondre le chocolat au lait au bain marie avec la pâte précédemment réalisée et bien mélanger.
Mettre le mélange dans une barquette en plastique ou bien placer du film alimentaire dans un récipient et verser le mélange.
Placer au réfrigérateur (une nuit idéalement) pour que le gianduja durcisse.
Et voilà, votre gianduja maison est prêt. Vous pouvez le découper en carrés, le placer dans une boîte hermétique et le conserver au frais.
Ah oui un petit détail qui aura toute son importance, ne pas laisser le gianduja à la vue des enfants ou du conjoint, sinon vous risqueriez d'avoir de belles surprises le jour où vous en aurez besoin !).

la carte sera disponible le 11 mars 2017



Le chef a cuisiné
Lisette de Bretagne en texture multiple, coriandre mexicaine, kimchi de daikon à la douce, gel d'ugly 19 €
Folle gras de la ferme d'Auros et pommes des côtes de Gascogne, tartine de langues de canard laquées au sucre demerara 19 €

□□□□□□□
Saint Jacques de port en Bessin, râpée de combawa de Mr Dufau raviole de lard colonnata au Kiwi de l'Adour et asperges vertes 29 €

Pigeonneau de Marie Leguen à l'ail de ours, pigeonneau de Marie Leguen à l'ail des ours (cueillette sauvage) Navet aux béatilles et légumes de la famille Sournac 30 €

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

Yuzu de Mr Dufau/ baie d'omija/ thé matcha/ sorbet Jivara/wasabi 11 €
Feuille de tabac du Périgord croustillantes au chocolat Nyangbo, poire passe crassane, sorbet à l'aspérule odorante 11 €

Menu C'Yusha à 34 €

Compression de tourteaux et choux fleur, gaufre sarrazin à la chantilly d'eau de mer, chutney granny smith au chouchen
□□□□□□
Cabillaud breton à l'ail des ours dans tous ses états
Ou
Quasi de veau d'Axuria, jus à la moutarde violette, asperges vertes et ail de patate douce mauve
□□□□□□□
Les fromages affinés
Ou
Crèmeux chocolat Otucan 69% du Venezuela/ gianduja au sésame/terre à la menthe / sorbet lait ribot mimosa

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

revue de presse : sélectionner sur le site de ACTA (agir contre la torture des animaux)



voici le lien avec les restaurants vegan végétalien sur Bordeaux.

<http://acta-giande.com/wp-content/uploads/2016/06/Menu-vege-Back.pdf>

Bien à vous,
Pierrick Célibert