



Produit du mois : baie de sansho



Un faux poivre au goût explosif de citron sur une finale poivrée incroyable !

Les baies de Sansho, aussi appelées "poivre citron" possèdent un goût unique de citronnelle et de menthe, avec des notes poivrées et épicées. Elles sont un incontournable de la gastronomie japonaise. Il s'agit d'un faux poivre.

Cette baie est en fait un agrume car elle appartient à la famille des rutacées. Consommée telle quelle, elle procure une légère sensation anesthésiante sur la langue avec un petit picotement rappelant le pèlèllement. Depuis l'antiquité, le sansho est utilisé comme conservateur naturel pour les viandes et poissons, évitant mauvaises odeurs et détérioration, puis comme stimulateur d'appétit.

Ces baies de sansho raisin en tsukudani, émincées finement, s'accommoderont parfaitement sur un tartare de viande ou de poisson, une mayonnaise, un poisson grillé ou en papillote, ou pourquoi pas un dessert chocolaté.

Elles accompagneront également parfaitement une sauce brune avec un canard au sang ou un magret grillé
Utilisation culinaire :
Elles peuvent s'utiliser comme un condiment, dans un tartare de poisson, des papillotes, grillades... et avec tous vos desserts chocolatés !

Produit du mois : Mulberrie



Les mûres blanches, ou mulberries, sont des "superfruits"

qui proviennent de mûriers blancs, Morus alba de son nom latin. Le fruit de cet arbre, la mûre blanche, est naturellement sucrée et légèrement vanillée, même séchée. Depuis plus de 5000 ans, le Morus alba est cultivé en Chine. Il s'est aujourd'hui répandu au Japon et dans le nord de l'Inde.

La consommation des mulberries est très populaire en Asie et au Moyen-Orient. Cette popularité n'est pas seulement due à son goût mais aussi à sa texture si particulière. Mais elle est traditionnellement conseillée pour ces qualités nutritives.

UTILISATION :
Elles se consomment à volonté, seules ou associées à d'autres fruits secs.
Il est aussi possible de les incorporer dans des préparations comme le muesli, ou à grignoter telles quelles. Je la préfère en infusion
En définitive, il suffit de se fier à ses goûts !

Produit du mois : pomme de terre Bleue d'Artois de la famille Sournac



UNE VRAIE POMME DE TERRE... de Schtroumpf

Nommé d'après l'Artois, province du royaume de France qui s'étale au nord du pays dans le Nord Pas de Calais, cette pomme de terre entièrement bleue est une véritable curiosité pour beaucoup, zoom sur une variété pas comme les autres.

Une chair schtroumpfement bonne
Il s'agit donc d'une variété de pomme de terre assez ancienne qui a toujours été appréciée pour sa couleur mais aussi sa résistance aux maladies et son importante production. Beaucoup la confondent avec la Violette, une variété bleue aussi mais qui est beaucoup plus farineuse contrairement à la Bleue d'Artois

Qui se schtroumpfe un peu comme un veuf
Sa chair est intermédiaire, en d'autres mots elle tient bien à la cuisson. Vous pouvez donc en faire un usage polyvalent : purée, vapeur, chips, et certains en font même des frites. Afin de conserver sa belle couleur bleue faites les cuire à l'eau avec quelques gouttes de vinaigre de cidre. L'acide a pour vertu de bloquer les colorants, ainsi votre repas sera délicieusement bleuté.

Sa couleur bleuâtre est due à une forte concentration d'anthocyanidants. En d'autres termes, plus la pomme de terre est colorée plus elle renferme d'antioxydants. Ces derniers sont des protecteurs majeurs pour notre santé ! En effet ils participent, entre autres, à abaisser le taux de cholestérol et donc aident à réduire le risque de maladies cardio-vasculaire.

Produit du mois : poivre de Cassis



Le Poivre de cassis ©,

une épice à découvrir, originale, puissante, gourmande, saine et déjà reconnue par des grands chefs.

Le cassis ne se résume pas aux petites baies noires qui entrent dans la préparation des confitures ou de la crème de cassis. C'est aussi les bourgeons, très aromatiques, depuis longtemps demandés par la parfumerie et désormais par la gastronomie.

Grâce aux producteurs de cassis ! Car ce sont eux qui ont découvert cette nouvelle épice en séchant les bourgeons avant de les réduire en poudre : ainsi est né le Poivre de cassis ©, issu du terroir bourguignon.

Son goût allie la puissance aromatique des feuilles et des bourgeons à la douceur acidulée du cassis. Ce bouquet inédit répond aux attentes des gastronomes à la recherche de saveurs nouvelles et à celle des grands chefs. Plusieurs l'ont déjà adoptée, pour sa belle acidité et son goût fruité de cassis, qui se marient aussi bien avec le sucré qu'avec le salé.

Produit du mois : shiso



Le shiso 紫蘇 est une plante aromatique de la famille des lamiacées qui est cultivée et utilisée en Asie depuis l'antiquité, en particulier au Japon. Le shiso fait donc partie de la même famille que la menthe, à laquelle ses feuilles ressemblent d'ailleurs d'où le surnom dont il est parfois affublé, menthe japonaise. Pourtant, bien que toutes deux soient des plantes très aromatiques, leurs goûts et usages sont complètement différents !

Il existe plusieurs variétés de Shiso avec chacune leurs utilisations spécifiques dans la cuisine nipponne. La plus répandue est le shiso vert ou Ajiso 青紫蘇, principalement consommé cru et que l'on retrouve sans faute dans les plats de poissons crus, dans des salades, et d'autres préparations (onigiri, rouleaux de printemps, miso etc...). Il arrive toutefois que le shiso vert soit cuit, comme par exemple avec les brochettes "poulet-prune salée-shiso" (perso J'dore !), ou en friture tempura.

Le shiso vert est aussi conservateur alimentaire attesté, qui est parfois utilisé pour conserver la viande, ainsi qu'un antiseptique puissant. C'est pourquoi on le retrouve souvent consommé avec les poissons crus, éventuels porteurs de germes car non-cuits. Il est aussi un antiallergique connu de façon empirique en Asie où on l'associait souvent à la consommation de crabes et de coquillages, qui sont des allergènes notoire.

le shiso rouge Akajiso 赤紫蘇, qui est la forme plus "mère" du shiso vert. Les feuilles sont d'un pourpre plus ou moins foncé, et servent surtout à colorer certains tsukemono (pickles japonais) et aussi à fabriquer en saison du "jus de shiso", boisson rafraîchissante de la couleur de jus de betterave, coupée avec du vinaigre de riz et édulcoré de sucre ou de miel. Super rafraîchissant !

Une autre variété moins répandue est l'égoma, surtout cultivée pour ses graines qui donnent une huile très onéreuse aux propriétés médicinales et pour ses feuilles couramment utilisées dans la cuisine coréenne. Les amateurs de "samgyeopsal" s'en délectent : on pose la viande grillée et les légumes sur une feuille de egoma et de salade, on roule le tout et hop, direction l'estomac !

La feuille d'égoma, indispensable pour un bon Samgyeopsal !
Le shiso fait tellement partie de la culture culinaire japonaise qu'on le retrouve même dans des versions bien plus modernes et originales : bonbois, liqueur et même... sous

recette du mois : confiture de fenouil à la mélisse



Ingrédients :
1 épinon ciselé, 2 bulbes fenouil en dés 1 pommes granny en dés 2 cuillères à soupe d'huiles d'olive, 6 c à soupe sucre 8 feuilles de mélisse ciselées

Préparation :
dans une casserole mettre l'huile d'olive, ajouter l'épinon et faire revenir doucement durant 3 minutes puis ajouter le fenouil et cuire à couvert pendant 10 minutes retirer le couvercle et adjoindre le sucre continuer à cuire 10 minutes et réduire à sec. a la fin ajouter la mélisse.

astuce du mois : aioli de patate douce



200 g patate douce, 5 gousses d'ails hachées, 2 feuilles de kaffir, 30 g huile d'olive, un jus de citron

Eplucher et laver les patates douces; et les couper en tranche Les faire suer dans un peu d'huile d'olive à feu doux pour éviter toute coloration. Ajouter l'ail émincé, les feuilles de kaffir coupée et un peu de gingembre râpé. Assaisonner, couvrir et laisser cuire une vingtaine de minutes Lorsque les patates douces sont cuites , retirer le kaffir et mixer en purée très fine en versant progressivement l'huile d'olive et le jus de yuzu ou citron.

revue de presse : gastronomica, le parisien, presse



article horizon 21 : http://www.cvysha.com/IMG/pdf/article_horizon_21_ete_2014.pdf

article presse bretonne : <http://www.cvysha.com/IMG/pdf/Bordier-3.pdf>

article le Parisien : http://www.cvysha.com/IMG/pdf/article_parisien_mai_2014.jpg

article gastronomica : http://www.cvysha.com/IMG/pdf/article_gastronomica_.pdf

la nouvelle carte disponible le 22 septembre 2014



LA CARTE

- Le foie gras de canard et la pomme du Sud ouest, Komastuna - 19 €
- Tarte fine aux gambas du Médoc et cèpes, butternut, cromesquis d'ail des ours, jus de homard au piment sishito - 19 €
- Rouget barbet d'Arcachon au citron caviar "récolte maison", coco de Paimpol au poivre sansho Betterave de la famille Sournac - 28 €
- Pigeonneau de Marie Leguen au verjus, cèpes et gnocchi à la châtaigne, Bleue d'Artois farcie de béatilles - 28 €
- L'assiette de Fromages affinés de Jean-François à Cocumont, beurre "Jean-Yves-Bordier", Pain de campagne au cidre, Huiles, poivres et confitures particulières - 9 €
- Mures sur un sablé Breton, jus au bois de réglisse, sorbet mulberrie/miel de myrtille - 10 €
- kouign aman au yuzu de Mr Dufau, pomme compressée au chouchen, sorbet au lait ribot, fève de tonka - 10 €

Le Menu C'Yusha à 34 €

- Risotto Carnaroli aux cèpes, émulsion d'ail rose de Lautrec à huile d'amendons de pruneau de Mr Perey
- Maquereau de Bretagne fumé au bois de pommier , jus kasha/sisho, aioli de patate douce pourpre, Pak chôi de Sébastien et semoule choux fleur au yuzu
- Ou
- Volaille du Périgord truffée aux tourteaux de noisette, suc d'estragon, crémeux de panais au géranium calvados et giroles
- Les fromages affinés
- Ou
- Fraîcheur de raisin Muscat, mousseux Saint-Domingue 70 %, gel de vigne rouge et sorbet raisiné au poivre de Java

Bien à vous,
Pierrick Célibert