



produit du mois : Jaltomate



Nombreux petits fruits noirs, au goût acidulé. Cette baie est originaire de l'Amérique latine ; on s'en sert pour faire la sauce "salsa". Culture très facile, se resème tout seul. Plant pouvant mesurer de 1m à 1,50m, à tuteurer ou prévoir de l'espace plante rampante... Appartenant à la famille des Solanacées, croissance rapide. Ces baies ont un goût qui rappelle à la fois la tomate et le raisin. Elles peuvent se consommer crues, cuites ou séchées. Plante non rustique sous notre climat, elle se resème aisément chaque année.

produit du mois : Epine vinette



L'épine-vinette est un arbuste épineux qui donne de petits fruits rouges brillants. Pouvant atteindre 3 m de hauteur, il pousse sur des terrains ensoleillés, dans les haies ou les talus pierreux. En France et en Europe, vous pouvez le croiser lors de randonnées en montagne, et observer de mai à juillet ses fleurs jaunes en grappe. Attention, les baies qui apparaîtront à la fin de l'été, remplies de pépins, ne sont pas comestibles tout de suite ! Elles contiennent de la berbérine, qui les rend toxiques jusqu'à leur maturité...

Dans l'assiette...

L'Iran est le principal producteur et consommateur des baies d'épine-vinette. Tout comme en Afghanistan, ces baies séchées y sont utilisées comme condiment, notamment pour le riz traditionnel (riz aux « zerehsks », son nom persan). Elles égayent les plats de leur belle couleur rouge et leur donnent un goût acidulé ! Les fruits de l'épine-vinette se consomment séchés, mais peuvent également être réhydratés à la manière de raisins secs pour des sauces piquantes accompagnant des viandes rôties ou poisson fort par exemple.

Les baies d'épine-vinette se cuisinent également en confiture, et c'est une spécialité française des Alpes et du Vercors ! Quant à ses feuilles qui s'apparentent à l'osaille, elles peuvent être utilisées dans des salades. Fermentées dans une préparation d'eau miellée, les baies donnent du vin à saveur aigrelette... Enfin, vous pouvez mettre un soupçon d'exotisme dans vos infusions en ajoutant une pincée de baies d'épine-vinette dans vos préparations, anisées par exemple !

Aux origines...

Si l'épine-vinette est originaire d'Orient et particulièrement d'Iran et du Pakistan, l'arbuste était présent en Europe dès le XIXème siècle. Il s'est toutefois avéré qu'il participait à la propagation du champignon provoquant la Rouille noire du blé. Il a alors été quasiment éradiqué d'Europe occidentale, où il reste cependant présent dans les régions montagneuses où le blé n'est pas cultivé.

Ses vertus médicales

L'épine-vinette est réputée pour avoir des propriétés tonique, stomachique et diurétique. Elle est par exemple utilisée contre les dysfonctionnements rénaux. De plus, l'écorce des tiges et des racines possède des propriétés anti-inflammatoires et anti-microbiennes.

Recette du mois : tapenade de cèpes



Ingrédients:
20 g beurre
200 g cèpes en petit dés
2 échalotes ciselées
1 gousse d'ail hachée
1 cuillère de coriandre hachée
10 noisettes torréfiées et concassé
50 g huile de noisettes

20 g vinaigre de cidre

préparations:

faire fondre le beurre dans une poêle puis ajouter échalote cuire doucement 2 minutes puis adjoindre les cèpes, l'ail augmentez le feu pour avoir une légère coloration et ajoutez les noisettes arrêtez la cuisson lorsque le mélange est tiède ajoutez le vinaigre, l'huile de noisette, la coriandre et rectifiez l'assaisonnement.

astuce du mois : les macarons le tour de mains



Les tours de main
Il y a plusieurs choses importantes à surveiller lors de la réalisation des macarons :

- utiliser des blancs d'oeufs séparés des jaunes depuis au moins quelques heures et pas froids (tiédis éventuellement aux micro-ondes)

- mixer longuement et très finement les poudres (amandes + sucre glace + autre éventuellement)

- bien tamiser l'ensemble ensuite

- concernant le colorant, l'intégrer seulement à la fin de la montée des blancs en neige, qu'il soit liquide, en pâte ou en poudre (attention aux modèles en poudre dont le pouvoir colorant est très fort)

- au moment du "macaronnage" (mélange des poudres tamisées et des blancs montés en neige), procéder en gestes doux et larges, avec la maryse en silicone, des bords de la jatte au centre, sans y aller trop vigoureusement sous peine de "casser" les blancs d'oeufs et la neige constituée. Il faut que la préparation reste mousseuse et en fasse le bruit lors du macaronnage. Cela vous assurera des blancs gonflés à souhait après cuisson.

- pendant la cuisson au four, vous devez voir la collerette naître à la base des macarons, mais elle ne survient généralement qu'au bout d'environ 6 minutes de cuisson, et elle reste jusqu'à la fin.

- les macarons doivent se décoller sans difficulté : à leur sortie du four on attend environ 1 minute, puis on les décolle doucement, ils ne doivent laisser aucune trace sur le papier sulfurisé. S'ils ne sont pas assez cuits, vous allez retrouver un peu de la pâte sur le papier, dans ce cas il faudrait pouvoir poursuivre la cuisson de quelques minutes ou bien verser sous la feuille de papier sulfurisé un peu d'eau et attendre que le "charme agisse" (en fait, l'humidité va remonter et imbibber le papier, les coques se décolleront plus facilement) mais gare à ne pas laisser le papier s'imbibber trop longuement ou vos coques vont subir quelques dommages...

Nouvelle carte, disponible le 11 septembre 2012

La carte

Transparence de tourteaux au yuzu, condiment mangue/galanga et Salsola soda, kouign aman à la dulse - 18 €

Foie gras de canard du Sud ouest et cèpes en gelée de verjus, pommade culinaire noisette/tanaisie, feuille de vigne farcie - 19 €

Lotte bretonne et cocos de Paimpol poêlées à la tagète mandarine, betterave golden burpee's et tomatillo pourpre du jardins des senteurs - 24 €

Carré d'agneau de Mr Campet cuit à basse température, Jaltomate et girolles, aioli de patate douce mauve pastilla kumquat/fressure - 25 €

L'assiette Fromages affinés, chutney de figues au miel de Mr Sulpice et pain à la châtaigne - 9 €

Mures sur un sablé Breton au beurre salé, pulpe de Morelle de Balbis, sorbet au lait ribot/miel de citronnier - 9 €

Les mascarrés Bordelais et son spoom au Thé de Bordeaux - 9 €

Le Menu C'Yusha à 33 €

Mousseux d'artichaut et coques marinées au combawa, royale de foie gras
Tartine aux noix flanquée d'une tapenade de cèpes

canard du sud-ouest crousti-fondant , cœur snacké au piment Espelette, pomme vitelotte moelleuse à l'ail rose de Lautrec

Ou

L'esturgeon du Teich mi- fumé, snacké, vinaigrette tiède aux épines de vinette
Carotte pourpre et girolles

Les fromages affinés

Ou

Fraicheur de mirabelles, crémeux de chocolat ivoire, crème glacée au spéculos

revue de presse : interview de "AUNTIE JO" avec en bonnes adresses le C'YUSHA sur Cuisine +



retrouvez sur le Blog de Joelle toutes ses astuces, recettes et reportages;

<http://www.cuisine-plus.tv/cid57745/coup-de-coeur-du-mois-le-blog-auntie-jo.html>

Bien à vous,

Pierrick Célibert