



produit du mois : basilic "Magic Mountain"



Le basilic "Magic Mountain" est un basilic arbustif vivace d'une hauteur de 1 m. Les feuilles sont grandes, vertes aux nervures pourpres et dégagent un parfum poivré et camphré. En été de longs épis de petites fleurs rose violet s'épanouissent.

Le basilic perpétuel Magic Mountain (Ocimum kilimandscharicum ou basilic du Kenya) a été importé en Europe à partir du XVIII^e siècle. Il est surtout cultivé en Inde et en Afrique pour ses vertus médicinales et thérapeutiques (qualités antispasmodiques du système digestif, contre la toux et sédatif efficace) et pour la production d'huile essentielle de camphre notamment. Le basilic perpétuel est une vivace reconnue pour ses qualités gustatives mais également ornementales, en effet, il forme un très beau buisson en été, ses feuilles sont vertes foncées aux stries de couleur violette, sa très belle floraison pourpre et mellifère apparaît en juillet.

ette fameuse plante aromatique possède une saveur poivrée, légèrement mentholée qui parfumerasoupes, salades, pâtes, pestos et accompagnera remarquablement votre gratin de poissons. En saison, on pensera aussi au basilic pour élaborer des sorbets originaux comme le sorbet fraise-basilic !

*Astuce : pour congeler vos feuilles de basilic, nettoyez-les bien à l'eau claire avant de les ciseler puis placez-les dans un bac à glaçons avec de l'eau glacée. Placez-les ensuite au congélateur. Vous pourrez ainsi les ressortir au fur et à mesure de la confection de vos plats !

produit du mois : galinsoga



Le nom de cette plante vient du botaniste espagnol Mariano Martinez Galinsoga, directeur du jardin botanique de Madrid au XVIII^e siècle, et du latin «quadriradiata» qui signifie 4 rayons, sans doute en raison de la forme de ses graines, allongées à section quadrangulaire. C'est une plante herbacée de la famille des asteracées, cosmopolite, introduite d'Amérique du Sud et vue la première fois à Hambourg en 1982. Elle fut introduite aux fameux jardins botaniques royaux de Kew en 1796 mais d'autres affirment qu'elle est arrivée en Europa aux herbiers de Paris et Madrid en 1794 sous forme de graines envoyées par les botanistes Ruiz et Pavon.

C'est une plante comestible au goût musqué dont la saveur rappelle celle des topinambours ou de l'artichaut. Toutes les parties tendres, y compris les fleurs, se cuisinent crues ou cuites. Elles parfument agréablement les salades. Elle est très intéressante pour sa richesse en fer. Elle peut également être utilisée sèche en condiment.

produit du mois : aster maritime



Cette petite feuille épaisse et plate, c'est l'aster maritime également appelé « oreille-de-cochon : une plante halophile de 20 à 60 cm de hauteur qui est régulièrement immergée par la marée.

Les feuilles de l'aster maritime sont craquantes, acidulées, et iodées. Proche de l'épinard, la saveur de l'aster maritime est plus douce que celui-ci et tire vers des nuances d'artichaut. Ses notes à la fois iodée et acidulée apportent un twist marin original à votre cuisine.

Les feuilles d'Aster se préparent crue ou cuite (Attention, il ne faut pas la cuire : juste la blanchir). Servez-la en salade, avec des pommes de terre et des filets de maquereau. Préparez-la en accompagnement avec de l'ailet et un peu de crème. Cuite et mixée, elle fait une excellente soupe.

Ce qui ne gâche rien, cette plante est intéressante au niveau nutritionnel puisqu'elle est riche en oméga3, en fer, en iode, potassium et fibres, mais aussi vitamines A, C et D.

Il est possible de conserver cette plante au vinaigre comme la salicorne

produit du mois : vinaigre Granhota



La création Granhota est apparue en 2013 pour rendre ses lettres de noblesse au vinaigre français, un condiment de tradition gastronomique. Avec des vins du Languedoc sélectionnés pour leur structure aromatique et organoleptique, Laurent Faure créer des vinaigres balsamiques qui suivent la recette traditionnelle de Modène, et des vinaigres de vin aromatisés aux fruits ou aux épices.

produit du mois : immortelle de Corse



Il s'agit de la plante "helichrysum italicum". Eh oui, le nom latin de l'immortelle évoque l'Italie, mais c'est en Corse qu'on trouve une des plus emblématiques immortelles, celle qui permet de fabriquer l'huile essentielle d'immortelle aux vertus anti-âge, anti-rides et anti-hématomes. Pourquoi ? Parce que le biotope local (le maquis notamment) donne à l'huile essentielle d'immortelle Corse une teneur plus élevée en italdione, une molécule aromatique documentée pour sa capacité à augmenter le renouvellement cellulaire de la peau.

Voilà donc pourquoi une peau en contact avec un produit à l'immortelle cicatrise mieux, se répare mieux

et est mieux protégée contre les effets du temps. Plus concrètement, l'immortelle de Corse est donc l'hélichryse dite italienne, de la famille des astéracées. C'est une plante qui se rencontre aussi ailleurs dans le bassin méditerranéen, sur les sols bien drainés et sous le soleil. On dit que sa fleur "ne fâche jamais", même après avoir été coupée. Il s'agit en réalité de plusieurs petites fleurs jaunes, aromatiques tout comme les stigés, dont la fragrance évoque un peu le curry, le maquis Corse, les épices... Il existe des dizaines d'hélichryses, à ne pas confondre avec l'immortelle cependant car seule elle est utilisée en aromathérapie.

Astuce du mois : eau de concombre avec les peaux de concombres



Peau de Concombre : 2 reste de deux concombres épluchés
Citrons : 2
Quelques feuilles de menthe facultatif
Déroulé de la recette

Après avoir coupé des rondelles de citron, je les dispose dans un pot à eau puis j'ajoute les peaux. J'ajoute ma menthe et réserve au frigo pendant 6 heures afin que le mélange infuse. Je sers très frais !

recette : tsukemono daikon



15 à 20 cm de radis daikon
1 c à café un peu bombée de sel
1/2 c à café de sucre
Le zeste d'1/2 de citron vert (ou d'un autre agrume de votre choix)

Red meat :
1 radis red meat
1/2 c à café de sel
Quelques gouttes de bonne huile d'olive
Préparation

Pelez le morceau de daikon et coupez-le en deux dans le sens de la longueur, puis recoupez chaque morceau en tranches régulières de 2mm environ. Vous pouvez le faire au couteau ou avec une mandoline.
Prélevez le zeste d'1/2 citron vert, grattez la partie blanche et coupez le zeste en fines bandelettes. Ajoutez-les au citron vert dans un saladier.
Ajoutez également le sel et le sucre puis remuez bien pour les répartir.
Placez les tranches de daikon dans un bocal (ou un saladier) bien tassées à plat, pour ne pas les casser, avec le citron vert.
Placez un poids par-dessus, et fermez le couvercle en tassant un peu.
Laissez reposer au frais une nuit minimum ou 2 jours maximum. Au moment de servir, sortez les tranches en petites quantités à la fois et pressez-les fermement dans vos mains pour extraire un maximum d'eau et leur donner du croquant. Disposez joliment les tranches et dégustez !
Bon appétit !

Le chef à cuisiné pour vous !!!



Menu C'YUSHA 38 €

Dégustation de tomates bio d'Aurore Sournac à la tagète Passion, eau de tomate à l'ail noir "maison", scamorza et pousses insolites du jardin au vinaigre Granhota

Poisson de la criée à l'immortelle de Corse
Aubergine du jardin de Quentin confite à la tulbaghia puis fumée

Ou

Quasi de veau, jus parfumé aux baies de Bataks, bonbon de la terre d'Eysines et légumes d'été

Les fromages affinés

Ou

Tiramisu à l'aspérule odorante "récolte maison", pêche au sucre muscovado
Terre de fèves de cacao, sorbet à la verveine du jardin

La surprise ! 48 €

Pour l'ensemble des convives
Partez à la découverte de 6 services issus de mon inspiration du moment

Le Confiance ! 68 €

Pour l'ensemble des convives
Le menu Surprise accompagné d'une coupe de champagne et de deux verres de vin

Prix nets en euros. TVA et service inclus
Nous restons à votre écoute en cas d'intolérance et d'allergies

Bien à vous,

Pierrick Célibert