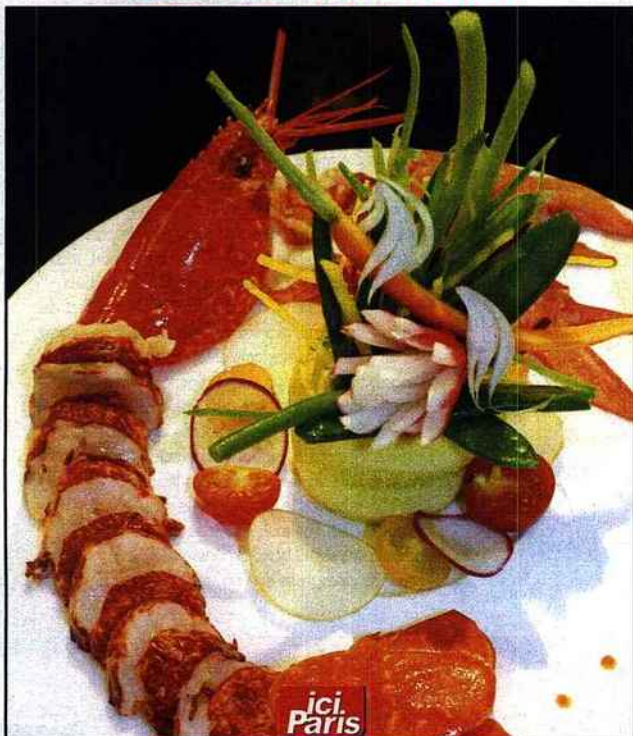


## ENTREE

### Salade de homard bleu



ici Paris

## PLAT

### Tatakis de saumon de Norvège



ici Paris

## PLAT

### Tartare de pagre et salicorne



ici Paris

## PLAT

### Filet de saint-pierre de Quiberon



ici Paris



## Tatakis de saumon de Norvège, déclinaison de petits pois

### POUR 4 PERSONNES

- 800 g de filets de saumon sans peau ni arêtes pour les tatakis
- huile d'olive vierge extra
- 600 g de petits pois frais
- pousses de petits pois
- gros sel
- fleur de sel
- fleur de bourrache
- 4 minipâtissons jaunes
- 4 carottes fanes
- 4 petits oignons

- 1 Faites tailler par votre poissonnier 3 bandes de saumon d'environ 16 cm de long et 3 cm de large.
- 2 Dans une poêle avec un filet d'huile d'olive, saisissez les bandes sur chaque face. Stoppez la cuisson 1 min dans de l'eau glacée. Séchez. Roulez dans un film alimentaire. Placez 2 h au frais.
- 3 Plongez les petits pois dans de l'eau bouillante salée. Cuire 3 min. Egouttez-les et plongez-les dans de l'eau glacée pour conserver la couleur. Gardez l'eau de cuisson et l'équivalent de 4 cuil. à s. de petits pois, ôtez leur la peau et placez au frais. Mixez le reste en ajoutant l'eau de cuisson froide peu à peu. Réservez en 5 cuil. à s., puis continuez à verser l'eau de cuisson dans le reste de purée pour obtenir une crème onctueuse. Placez au frais.
- 4 Faites cuire les légumes bien croquants.
- 5 Taillez au couteau les tatakis. Retirez le film.
- 6 Dans une assiette, versez la crème, la purée et disposez les petits pois frais, les légumes et les tatakis. Ajoutez une pincée de fleur de sel. Terminez en décorant avec les pousses de petits pois, la fleur de bourrache.



### ET ON BOIT QUOI ?

Un champagne Moutard rosé Cuvée Prestige. Nez délicat aux notes florales, bouche légèrement acidulée avec des notes épicées et une belle rondeur. 22,50 €. 03 25 38 50 76

*L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. Consommez avec modération*

## Salade de homard bleu, vinaigrette de corail

### POUR 4 PERSONNES

- 4 homards femelles
- 1 courgette jaune
- 50 g de haricots verts
- 50 g de pois gourmands
- 1 botte de radis
- 1 botte d'oignons
- 1 betterave rouge
- 1 betterave jaune
- 50 g de tomates cerises rouges et jaunes
- 1 botte de minicarottes fanes
- huile d'olive
- vinaigre de xérès
- le jus d'1 citron
- cognac
- fleur de sel

- 1 Détachez les queues et pinces, réservez le corail. Attachez les queues sur des fourchettes pour les conserver droites après cuisson. Faites cuire à l'eau bouillante les pinces pendant 5 min et les queues pendant 2 min 30. Décortiquez l'ensemble en réservant queues et têtes pour le dressage.
- 2 Pour la vinaigrette : faites un jus en faisant colorer l'intérieur des têtes dans de l'huile d'olive puis flambez au cognac. Mouillez à hauteur avec de l'eau, laissez cuire à feu doux. Passez le jus ainsi obtenu, puis liez-le au corail de homard. Ajoutez à froid 5 cl de vinaigre de xérès, montez à l'huile d'olive. Réservez.
- 3 Faites cuire les haricots et les pois gourmands. Plongez-les 3 min dans l'eau glacée. Taillez les betteraves en lamelles puis une moitié en julienne. Coupez en deux tomates et carottes. Emincez courgette, oignons nouveaux et radis.
- 4 Dans un saladier, dressez les légumes, assaisonnez avec le citron, l'huile d'olive, la fleur de sel. Taillez les queues de homard, disposez-les sur le bord de l'assiette. Servez la vinaigrette en verrine.



### ET ON BOIT QUOI ?

Un montlouis-sur-loire 2008 sec Les Pierres écrites, Domaine Flamand Deletang. Nez de citron confit et d'eau-de-vie de prune, bouche ample, fraîche et fruitée. 13,50 €. 02 47 35 67 64

*L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. Consommez avec modération*

## Filet de saint-pierre de Quiberon, compressé de celtuce

### POUR 4 PERSONNES

- 4 filets de saint-pierre
- 8 pièces de celtuce (salade)
- 3 carottes jaunes
- 3 carottes
- 1 botte de radis roses ronds
- pousses de fleurs de fenouil
- 20 g de parmesan râpé
- coulis de persil
- coulis de poivron rouge
- sel
- poivre du moulin
- huile d'olive

- 1 Réservez les filets de saint-pierre au frais.
- 2 Retirez les feuilles de celtuce en conservant la base des petites feuilles, que vous ferez blanchir 4 min dans l'eau frémissante et débarrassez dans de l'eau glacée.
- 3 Epluchez les tiges de celtuce, rincez. Epluchez les carottes, lavez et taillez-les en petits dés.
- 4 Faites suer à l'huile d'olive la brunoise de carottes, ajoutez le parmesan, assaisonnez et réservez.
- 5 Détailliez les tiges de celtuce à l'aide d'un emporte-pièce rectangulaire. Faites la base avec la tige détaillée en longueur de 0,5 cm de hauteur.
- 6 Ajoutez la brunoise de carottes liée au parmesan, puis les feuilles de celtuce bien pressées à la main. Remettez une couche de carottes et finissez par une couche de tiges de celtuce émincées (façon écaille).
- 7 Dressage : poêlez les filets de saint-pierre, puis finissez-les au four à 180 °C (th. 6) pendant 3 min. Réchauffez le compressé de celtuce dans un couscoussier pendant environ 5 à 6 min. Décorez avec les fleurs de fenouil, les radis taillés en longueur et des points de coulis de persil et de poivrons rouges.



### ET ON BOIT QUOI ?

Un limoux blanc 2008 Château de Gaure. Attaque en bouche fraîche. Belles rondeur et persistance. Acidité bien présente qui renforce l'équilibre. 12,50 €. [www.chateau degaure.com](http://www.chateau degaure.com)

*L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. Consommez avec modération*

## Tartare de pagre, salicorne et ses légumes croquants

### POUR 4 PERSONNES

- 4 filets de pagre (soit 1 kg)
- 1 carotte
- 1 carotte blanche
- 1 courgette jaune
- 1 courgette violon
- 4 poivrons rouges
- 1 oignon
- 1 échalote
- 30 g de salicorne
- pousses de blettes
- petits pois, shiso vert et rouge, salsola (soudé)
- 1 fleur de pensée
- sel
- poivre du moulin
- fleur de sel
- jus d'1 citron jaune
- huile d'olive

- 1 Coupez les extrémités et épépinez les poivrons. Réservez-en un pour les légumes croquants. Taillez les autres en lanières plus ou moins fines.
- 2 Faites suer oignon et échalote à l'huile d'olive (pour les confire légèrement). Ajoutez les lanières de poivrons et faites-les compoter tout doucement. Vérifiez la cuisson (ils doivent s'écraser sous vos doigts). Passez la préparation au blinder afin d'obtenir une purée pour le coulis. Assaisonnez, montez à l'huile d'olive et réservez au frais.
- 3 Pour les légumes croquants. Taillez carottes et autres légumes en petits dés. Réservez au frais.
- 4 Préparation du tartare : prenez les filets levés et désarêtez. Détailliez-les en petits dés. Assaisonnez à la dernière minute avec de l'huile d'olive et du sel.
- 5 Dressez le tartare à l'aide d'un emporte-pièce rond au centre de votre assiette. Disposez autour les légumes assaisonnés d'huile d'olive, fleur de sel et jus de citron. Décorez avec la salicorne. Sur le contour de votre assiette, disposez des points de coulis de poivron rouge avec la pointe d'un couteau. Terminez avec le mélange des diverses pousses.



### ET ON BOIT QUOI ?

Un châteauneuf du pape blanc 2008 Les Saintes Vierges Château Husson. Nez complexe et délicat de fruits blancs. En bouche, bel équilibre entre acidité, salinité et boisé subtil. 18,50 €. Cavistes

*L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. Consommez avec modération*