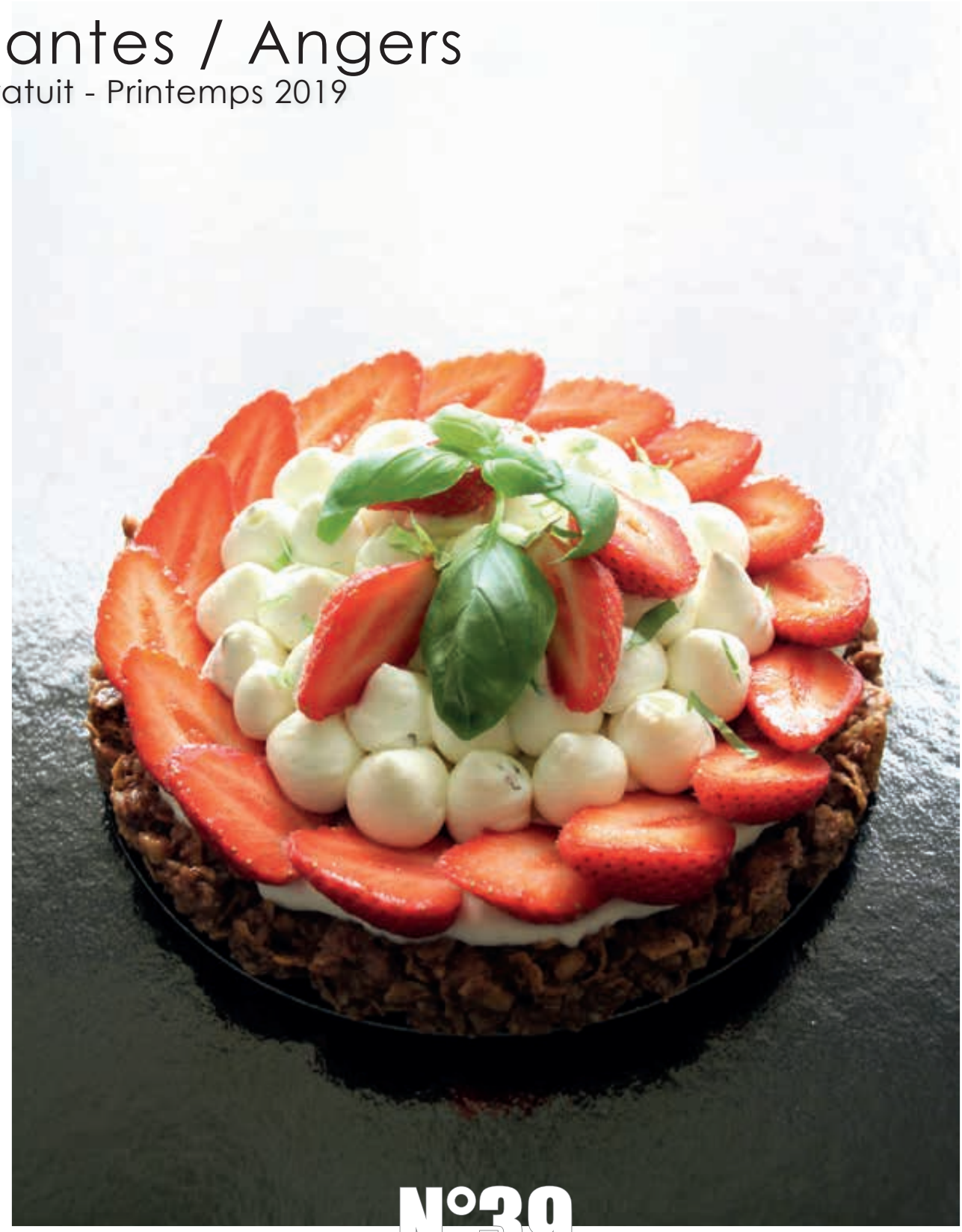
GASTRONOMICA

Nantes / Angers

Gratuit - Printemps 2019



N°39

L'ART DE PRENDRE SON TEMPS*

*Il faut patienter plusieurs semaines avant que la menthe récoltée fraîche puisse révéler sa puissance aromatique dans la Menthe-Pastille.

Giffard – RCS Angers 054200217 – LMWR 2019.

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

Au menu

4/6 En primeur
8/ Zoom...Bistrot de l'Avenue, Angers
10/ Portrait, Laura Guémas, caviste
12/ Zoom...Les Frères Piers, Nantes
14/ Zoom... Aux Fourneaux, Nantes
16/ Zoom...Bistro le 20, Chaudefonds-sur-Layon,49
18/ A la table de...Tapas et Vinos, Nantes
20/ A la table de...Le Prologue, Nantes
22/ A la table de...Osé, Angers
24/ A la table de...Imagine,Nantes
26/ A la table de...La Rue Sauvage, Angers
28/ Pleins feux...Le Manoir de la Régate, Nantes
32/ La vie parisienne...Le Lumen
34/ La vie parisienne...Helen
36/ Escapade...Thalassa Dinard, 35
42/ Escapade...en Italie
46/ Des mets et des mots

Edito

Des mets et des mots, des mets et des vins, des mets et des soins, l'acte de (bien) manger s'accorde avec l'esprit et le corps. Page 46, Thierry Caquais interviewe Antoine De Baecque, auteur du livre «La France Gastronome» ou l'histoire du restaurant, page 10, on brosse le portrait de Laura Guémas, caviste passionnée chez Wine Not, à Angers et Avrillé, page 36, coté bien-être, Mathieu Esnault, chef des cuisines à Thalassa Dinard, soigne ses convives par un mariage terre et mer avec un formidable râble de lapin fermier et anguille fumé. Et puis de Nantes à Angers, en passant par Paris, en mets et en photos, les chefs(fes) nous régalent encore et toujours.
Luc Sellier

Couverture / Photo Luc Sellier. Merci à Laurent Petit, pâtissier chocolatier, Angers.

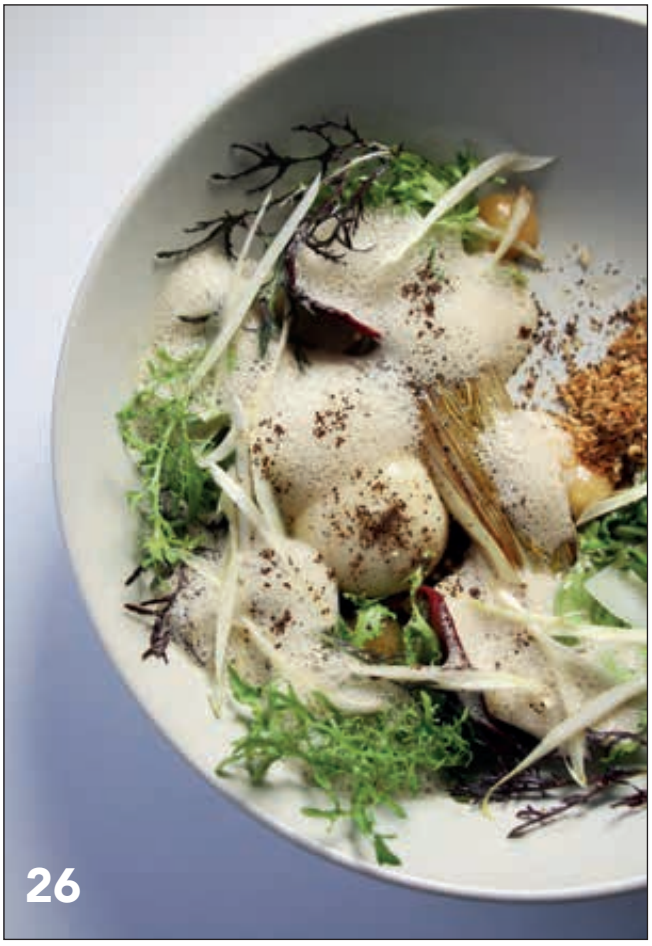
Gastronomica
n°39 Printemps 2019
Gastronomica - 15 rue des Mauges
49410 Le Mesnil en Vallée - 06 09 71 74 66
Gastronomica est une marque déposée

Rédaction :
15 rue des Mauges - 49410 Le Mesnil en Vallée
Fondateur et directeur de publication, textes et photos
Luc Sellier.
Création : Achromac El Kouri Jean-Pascal 06 75 20 66 91

Contributions :
Thierry Caquais pages 46/47

Publicité :
Luc Sellier - 06 09 71 74 66 - luc.sellier@gastronomica.fr
Laurent Joly - 06 65 24 23 84 - laurent.49@orange.fr

Impression :
Dépôt légal à parution.



En primeur...

Comtesse du Barry à Nantes

Ouvert depuis juin 2018 place du Pilori, Comtesse du Barry offre aux gourmets une large gamme de produits mettant les papilles en émoi. Dans les spécialités, les grands classiques de la marque occupent la scène: La truffe noire du Périgord, le foie gras de canard et d'oie, en bloc, en entier mi-cuit, la truite, le saumon, le caviar français d'Aquitaine et le caviar Béluga de Russie. Dans la famille repas, on n'a que l'embarras du choix, de l'apéritif au dessert. Entre les tapenades et pickles, les terrines (canard poivre vert, pintade...), la charcuterie en frais, basque et espagnole, le partage est de mise. De même avec le cassoulet Gimontois ou le parmentier de boudin noir. Coté sucré, les cannelés bordelais à l'Armagnac ou les pruneaux d'Agen fourrés et glacés sustenteront les amateurs. Cotés flacons, vins, crémants, champagnes, spiritueux délivre de réjouissants messages. Comtesse du Barry propose une large offre de coffrets cadeaux, personnalisables avec tous les produits de la boutique.

Comtesse du Barry.
11, place du Pilori. 44000 Nantes.
Tel. 02 51 82 81 35.

Le Petit Coiffard, la pâtisserie des 100 ans.

La librairie **Coiffard**, librairie emblématique de la ville de Nantes, fête ses 100 ans. mais sait-t-on qu'en 1919, un ouvrier pâtissier du nom d'Achille Coiffard ouvrait sa boutique de livres au 10 rue de la Fosse, en plein centre de la ville? C'est donc en hommage au fondateur que la librairie organise un concours de pâtisserie en partenariat avec les professionnels de la métropole nantaise: cuisiniers, boulangers, pâtissiers, chocolatiers. Il s'agit de créer une nouvelle pâtisserie autour du thème de la lecture, que l'on pourra déguster dans la rue, assis à une terrasse en lisant, bien sûr, un bon livre. Cette création sera baptisée le **Petit Coiffard**. Elle a vocation à devenir une spécialité 100% nantaise, et à être commercialisée.

Le fil d'or de ce concours c'est d'opérer un rapprochement entre la gastronomie et la littérature, créer une douceur en bouche qui évoque et rappelle le plaisir des mots. Les candidats pourront choisir comme source d'inspiration: le livre en tant qu'objet (une édition particulière, le format poche, le papier, la couverture), l'histoire de la librairie Coiffard et de son fondateur, l'évocation du voyage que procure la lecture, l'univers nantais autour de Jules Verne, etc...

Le Petit Coiffard sera dévoilé au public nantais pour la première fois lors du Nantes Food Forum. Le lauréat professionnel présentera à la vente le Petit Coiffard les 28 et 29 septembre 2019. Parmi les membres du jury, le président, Franck Dépériers, boulanger MOF (Meilleur Ouvrier de France), fondateur de la renommée Petite Boulangerie il y a 20 ans, précurseur des pains bio, Ludovic Pouzelgues, chef du restaurant Lulu Rouget, tout fraîchement étoilé, Claire Habchi, cheffe du Café du musée d'Arts, Martial Baudry, chef du restaurant Marcel, rue Bougainville à Nantes et Richard Baussay, le responsable de la promotion culinaire au Voyage à Nantes.

Le règlement et les modalités du concours sont consultables sur le site

lesiecledecoiffard.fr

Le Curé Nantais

FROMAGERIE ARTISANALE EN LOIRE ATLANTIQUE DEPUIS 1880

BOUTIQUE

Crèmerie • Produits régionaux • Caves à vins et alcools

Du mardi au samedi de 9h à 13h et de 14h30 à 19h

www.curenantais.com • boutique@curenantais.com

16, rue du Docteur Auguste Guilmin - 44210 Pornic

Pour votre santé, évitez de manger trop gras, trop sucré, trop salé. www.mangerbouger.fr

Crédits photos Dominique Masson

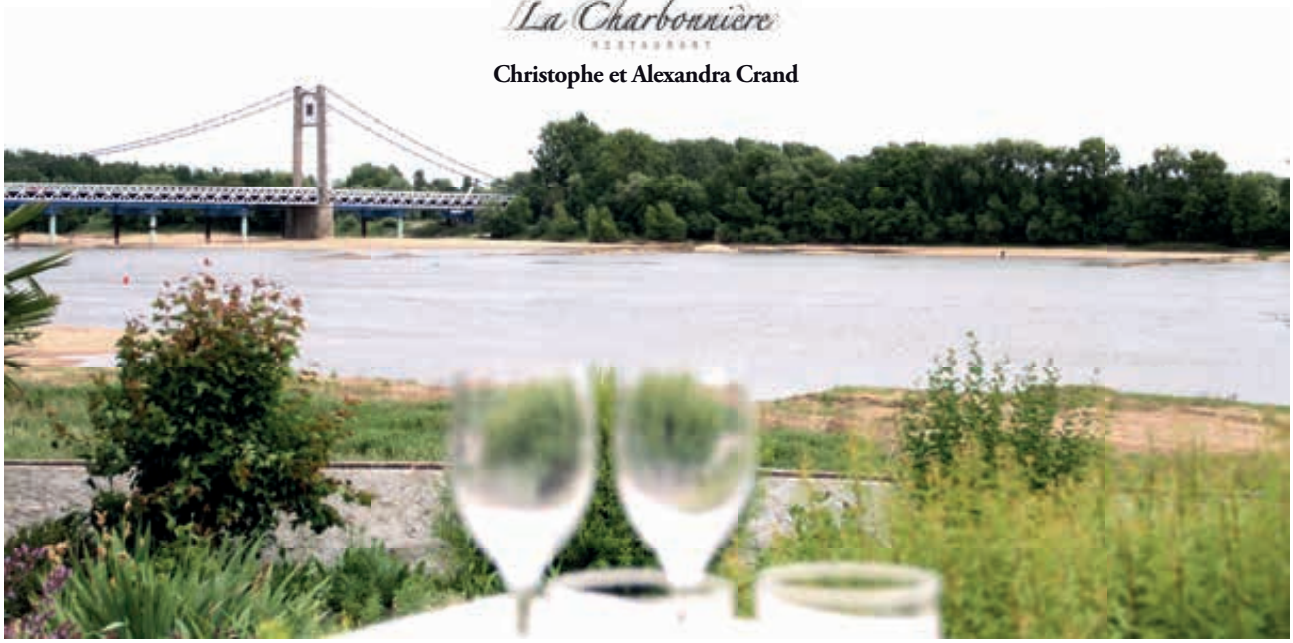
Zoom... Bistrot Chez Franklin, Nantes

C'est en remontant de la classieuse place Graslin par la rue Franklin que l'on tombe...Chez Franklin! C'est la bonne pioche. Dans un cadre joliment moderne mais sans effets de mode, confortablement assis, c'est une convaincante cuisine de bistrot, axé sur les produits du marché, le frais en poupe, qui attend le convive. David Blin, le débonnaire chef du lieu, sort une carte qui sait parler aux papilles. Entre un os à moelle gratiné à la fleur de sel ou une poêlée de couteaux à la plancha, les entrées ont du répondant. En plats, la côte de cochon fermier Ibaiama marinée de chez Ospital, aligot de l'Aubrac, ou la souris d'agneau confite au citron et gingembre, pommes de terre grenaille, font saliver et le pavé de merlu poêlé au jus épicé à la coriandre, julienne de légumes, fait honneur à l'océan. En touche finale, on craque pour le mi-cuit chocolat maison, crémeux chocolat blanc et glace au lait. Ajouter l'accueil non feint de Nouf, Sandrine et l'équipe et une terrasse bien mise, et voila une adresse des plus recommandables... Formule du midi, entrée/plat/dessert, 16,50 euros. Le soir, carte (entre 15 et 30 euros). Du mardi au samedi.

Bistrot Chez Franklin.
10, rue Franklin. 44000
Nantes. Tel. 02 51 82 35 20
www.chezfranklin.fr

La Charbonnière
RESTAURANT

Christophe et Alexandra Crand



Restaurant La charbonnière, Bords de Loire - 44150 Ancenis - 02 40 83 25 17

En primeur... Bistrot de l'Avenue, Angers

Le Bistrot de l'Avenue.

François de Ferran peut enfin souffler, l'Avenue Jeanne d'Arc, refaite à neuf, va retrouver ses lustres d'antan. Il ne reste qu'aux arbres à pousser. Fort heureusement, cela n'a pas influer sur la cuisine aux accents réjouissants de la maison. Pour preuve ces beaux couteaux à la plancha, charnus, préservés dans leur fraîcheur, avec une sauce vierge au yuzu en uppercuts toniques qui réveille les papilles. En escorte pleine d'allégresse, oignon rouge, piment d'Espelette, coriandre, poivron rouge, persil... se disputent les faveurs des couteaux. Voyage assuré avec un filet de cabillaud généreux, la chair parfaitement cuite, curry de Madras à la citronnelle et légumes (chou-fleur, fenouil...) et patates douces divinement rôtis au garam Masala. En attendant de partir vers d'autres contrées, on peut saucer sans fausse pudeur la diabolique sauce. La terrasse est aussi de retour, le Bistrot de l'Avenue reprend ses marques...

Ce que l'on déguste:
Oeufs mimosa au poisson.
Flan de champignons et parmesan.
Couteaux à la plancha,
sauce vierge/yuzu.
Boudin noir aux pommes, sauce calvados, purée maison.
Filet de cabillaud, crème de céleri.
Crème brûlée.
Crêmet d'Anjou.

Infos pratiques :
Menus.
Formules midi, de 11,50 euros à 19,50 euros.
Carte.

Le Bistrot de l'Avenue.
117, rue Franklin / Avenue Jeanne d'Arc.
49100 Angers.
Tel. 02 41 23 82 72.

COINTREAU

LE CARRÉ

170 ANS DE SAVOIR-FAIRE À PARTAGER

Visite ~ Boutique ~ Dégustation

Informations & réservations
au 02.41.31.50.50

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

En primeur...

Le sirop de rhubarbe.

Giffard ajoute une saveur printanière à sa large de gamme de sirops: la rhubarbe. Sucrée ou acidulée, la rhubarbe trouve sa place dans une grande variété de recettes: tartes, confitures, en passant par les crumbles et les limonades. Le sirop de rhubarbe Giffard est fabriqué sans conservateurs et avec des arômes naturels. Sa couleur rouge délicate capte le regard et, en bouche, l'équilibre harmonieux entre fraîcheur et douceur en fait l'ingrédient incontournable de toutes recettes et boissons. Ce sirop accompagnera parfaitement les saveurs acidulées. Faites l'expérience d'un rafraîchissant «Rhubarb Cooler» en mélangeant simplement le sirop à du jus de pamplemousse et de canneberge, ou réinterprétez le Moscow Mule en ajoutant un trait de sirop de rhubarbe. Giffard, entreprise indépendante et familiale depuis plus de 130 ans, produit des liqueurs, crèmes de fruits, Guignolets et sirops, en misant sur la tradition et l'authenticité pour préserver la qualité naturelle de ses produits, tout en encourageant l'innovation. Produit commercialisé en CHR, réseaux cavistes et jardineries. Contenance 1 litre. Prix de vente conseillé, entre 6 et 7 euros.

Giffard.
Chemin du Bocage. ZA la Violette.
49240 Avrillé (Angers)

www.giffard.com

Giffard West Cup 2019.

Chirine Cabaret a remporté la finale France de la Giffard West Cup 2019. Les dimanche 10 et lundi 11 mars se déroulait la sélection France de la Giffard West Cup à l'Herbarium, le bar de l'hôtel National des Arts et Métiers à Paris. 18 bartenders de toute la France se sont affrontés au cours de deux épreuves, avec passion et créativité. Lors du 1er round, les candidats devaient proposer une recette autour du thème «Less is more». Les recettes devaient comporter deux ingrédients principaux dont une liqueur Giffard. Le thème du 2e round était «Born to refresh» avec un cocktail à base de Menthe-Pastille, la célèbre liqueur de la maison Giffard. Chirine (Kouto, Paris) a remporté la compétition devant Michael Kernoa (La Mezcaleria, Paris) et Adam Rzeznik (The Hoxton, Paris). Chirine Cabaret représentera la France à la finale de la Giffard West Cup qui se déroulerau au château d'Angers le 28 mai prochain.

www.giffard.com

Huile d'olive extra vierge Quinta Do Pessegueiro.

La Quinta Do Pessegueiro, dans le Douro, au Portugal, est l'oeuvre de la famille Zannier qui l'a acquis en 1991 et totalement rénové en 2011. Le domaine donne naissance aux fameuses cuvées de Porto, à de grands vins rouges et blancs mais également à des huiles d'olive de belle facture. Avec ses oliviers âgés en moyenne de près d'un siècle, la Quinta Do Pessegueiro offre une huile florale et verte, toute en délicatesse et idéalement recommandée pour un usage à froid. Dès l'oeil, la jolie couleur verte, aux reflets jaunes, donne envie de la porter au nez, afin d'en découvrir toute la fraîcheur et les arômes floraux. La bouche, quant à elle, offre une belle rondeur généreuse, beaucoup de vivacité et une bonne attaque, avant de se développer sur une trame délicate, une faible acidité et une réelle suavité au palais. Cette huile d'olive de grande qualité sera parfaite à froid, notamment sur un carpaccio de bar, des rougets grillés ou encore pour napper une salade estivale de pâtes ou des crudités. A essayer également en touche délicate sur un mascarpone aux fraises.

www.domainesrogerzannier.comx

Portrait… Laura Guémas, caviste à Wine Not, Avrillé.

«J'aime beaucoup les blancs de Loire, avec une belle minéralité, et aussi les blancs de Bourgogne sur des beaux Chablis. J'ai aussi un faible pour les rouges frais, les beaujolais, les pinots noirs du Jura, des Chinons comme, par exemple, Baudry, et des Saumur Champigny», raconte Laura Guémas, caviste à Wine Not. Depuis deux ans chez Wine Not dont dix-huit mois à la cave avrillaise, Laura Guémas anime avec passion l'endroit. *«J'aime beaucoup le coté relationnel, comprendre ce que cherchent les gens, travailler sur les accords mets vins»*, déclare-t-elle. *«Je ne ne voulais pas vendre que du vin «classique» mais aussi du bio, du naturel. Et il y a moins de pression que dans un restaurant»*, ajoute la jeune caviste.

Laura Guémas passe d'abord un CAP et un BP cuisine puis fait une formation de caviste. Elle part vivre un an à Montréal, au Canada, travaillera dans un restaurant gastronomique, puis de retour dans l'hexagone, entreprendra une mention complémentaire sommellerie au restaurant étoilé Une Ile à Angers. *« En arrivant à Une Ile, Catherine Bossé m'a appris l'art d'accorder un bon repas avec un bon vin. Nous avons fait beaucoup de dégustations ensemble»*, se souvient-elle. Parallèlement, à la CCI d'Angers, elle sera formé par Patrick Rigourd (caviste des Halles et des Gourmets) et par l'œnologue Jean-Michel Monnier. Elle travaillera ensuite deux années au restaurant Une Ile.

Les coups de coeur.

Laura Guémas présente ses coups de coeurs. *«Un vin de Bourgogne, Macon Igé 2017 de Nicolas Maillet, bio. Une belle vivacité, un beau fruit au début, un joli côté gras. En l'aérant, la minéralité arrive et le vin évolue pendant le repas. Avec des asperges, un curry de poisson, des Saint-Jacques, des fruits de mer cuisinés…»*

«Un Saumur Champigny, Château Yvonne «la Folie» 2017, en bio, de Mathieu Vallée, un cabernet franc. On est sur le fruit rouge avec des tanins très souples, dans un très bel équilibre. Avec une volaille fermière, un rôti de veau…».

«On peut aussi parler du Chinon de Bernard Baudry, les Granges 2017, en bio. Très fruité, très frais en bouche, sur des plats épicés, de la petite cochonaille…»

La cave.

«A la cave, on a une clientèle qui vient pour les accords mets vins mais aussi une autre importante pour les spiritueux, whiskies, rhums, cognacs…» remarque-t-elle. En effet le rayon spiritueux est bien fourni, whiskies japonais comme Fujimi ou The Kurayoshi, et puis de l'autre coté de la Manche, Ledaig, Tobermory, Deanston, Glenfarclas... et un whisky de Lorraine, Rozelieures. Les rhums, comme la Compagnie des Indes, Fanny Fougerot (cognac d'auteur) ou Ferroni (de Marseille), font miroiter leurs robes ambrées. Avec la renaissance des brasseries artisanales de bière, la région n'est pas en reste. La Florencière de Saint Aubin de Luigné, Tina de Saumur ou la Petite Ramonière de Notre Dame des Monts en Vendée, font le bonheur des amateurs. *« La bière est devenue comme un vin, on la partage»*, constate Laura Guémas. Champagnes, bulles de Loire, un beau rayon de magnums, on ne peut évidemment tout nommer, mais chacun y trouvera son flacon…

Wine Not Avrillé. C.C. Carrefour Market
30 ter, avenue Pierre Mendès France. 02 41 37 90 60.
Wine Not Angers. 9-11 Avenue Patton. 02 41 48 15 09.
www.winenot.fr

On y mange... Les Frères Piers, Nantes

Christophe et Stéphane Piers, ex le Gressin, se sont fait une place dans le paysage gastronomique local. Loin des effets de mode, mais dans un nouveau décor plus clair et coloré accueillant la lumière, les frères Piers proposent une cuisine plus que réjouissante. Ce n'est pas cette tartine de maquereaux marinés aux petits légumes qui dira le contraire. Il y a comme un air de fête dans l'assiette. La tartine croustillante, les maquereaux en liberté, superbes, les petits légumes, poivrons en dés, courgettes, fenouil, et la salade mesclun avec persil, menthe, herbes fraîches, pousses asiatiques, le tout tonifié par le limequat, titillent joliment les papilles.

Chemins de traverse.

Christophe Piers nous prend par les sentiments avec de formidables Saint-Jacques marinées aux saveurs exotiques, charnues à souhait, frémissantes au contact de lamelles de parmesan, adoubées par une purée de betteraves jaunes, dans un subtil équilibre. On se laisse embarquer sans rechigner par cette assiette voyageuse. A suivre un dos de bar de ligne rôti sauce condiments et citron confit, soutenu par une fière escorte légumière, carottes, choux-
fleurs, navets, radis, épinards. La sauce, punchy, confit de citron avec poivron, échalotes, herbes, huile d'olive et pointe de vinaigre joue malicieusement avec le généreux bar pas barbare à la cuisson impeccable.Le sucré n'est pas oublié. Un dément soufflé au Grand Marnier, avec son petit verre et une salade pomme/banane/agrumes/kiwi/raisin, assure un final jubilatoire.

Dos de bar cuit en cassolette, condiments citron.
Pour 4 personnes.

La Recette

Ingrédients:
Bar de 1,2 kg, faire 4 portions (voir avec le poissonnier)

Condiment citron -100 gr de purée de citron (salée)
- brunoise de poivron, échalote, fenouil, herbes fraîches et huile d'olive.

Légumes de saison:
8 carottes, 100 gr de blettes de couleurs, 8 navets, 150 gr de panais, 150 gr d'épinards, 100 gr de chou-fleur.
Finition: herbes fraîches et huile d'olive.

Déroulement:
Condiment: tailler les légumes en brunoise et faire le mélange, vérifier l'assaisonnement et réserver au frais.
Légumes: cuire les légumes séparément à l'étuvé. Poêler les épinards très rapidement.
Cuisson en cassolette: disposer les légumes dans chaque cassolette, mettre le bar assaisonné coté chair et arroser d'huile d'olive.
Cuire le tout au four à 200° environ 10 minutes.
Servir aussitôt avec le condiment citron à part.

Infos pratiques :

Menus.
Formule du midi, de 17 euros à 20 euros.
Carte.

Les Frères Piers.
40 bis, rue Fouré. 44000 Nantes.
Tel. 02 40 48 26 24.
www.lesfrerespiers.com

Zoom... Aux Fourneaux, Nantes.

Aux Fourneaux, Nantes

David Lucas, le patron, et Gabin Monate, le chef, accueillent, au centre ville de Nantes, les amateurs d'une cuisine plaisir jouant le jeu de la convivialité. En lever de rideau, la panna cotta au citron, brocolis croquants, crackers au sésame et pavot, purée de brocolis, entre fraîcheur et acidulé, dans une association bien pensée, se laisse déguster sans peine. Place à des médaillons de porc «Duroc» label rouge, escortés en tout bien tout honneur par une onctueuse et réussie purée de pommes de terre et betterave et du fenouil glacé. Le porc, la chair goûteuse et tendre, met dans le mille, couteau et fourchette s'activent avec bonheur. En dessert, un croquant financier amandes et cacahuètes, cajoleuse mousse à l'angostura, tuile chocolat blanc et pavot, met un final heureux au repas. On reviendra pour le mini rôti de veau de lait au jus de noix, croûte de noix et grué au cacao, poireaux entiers rôtis et graines torréfiées et pour le cheesecake caramel-orange et biscuit spéculoos. Aux fourneaux, au nom évocateur, ne semble pas près de quitter la scène...

Ce que l'on déguste:
Panna cotta au citron, brocolis croquants, crackers au sésame et pavot, purée de brocolis. Oeufs à la coque et mouillettes au sarrasin, bouillon de poireaux, cives et oignons frais. Risotto aux légumes et parmesan, curry Madras et lait de coco. Mini rôti de veau au lait au jus de noix, en croûte de noix et grué au cacao, poireaux entiers rôtis et graines torréfiées. Brioche perdue en croûte d'amandes, caramel au beurre salé, glace vanille/macadamia. Crémeux au praliné, biscuit croquant à la noisette, mousse à la poire.

Infos pratiques :

Menus.
Formules midi, de 12,50 euros à 18,50 euros.
Menus gourmandise, entrée/plat ou plat/dessert, 25 euros. entrée/plat/dessert, 30 euros.

Aux Fourneaux.
4, rue Santeuil. 44000 Nantes.
Tel. 02 51 82 59 46.

AVEC METRO,
VOTRE RESTAURANT
PASSE AU DURABLE.
METRO défend la vision d'un restaurant différent :
celui de demain, plus responsable, plus engagé, plus durable.
Pour mettre ses valeurs au service de ses clients, l'enseigne agit concrètement. Cela passe par une large sélection de produits locaux, de saison ainsi qu'une grande variété de poissons issus de la pêche responsable.
METRO propose également des solutions afin de réduire les déchets, agir sur les consommations d'énergie ou encore par la création d'un bureau d'études option green qui accompagne les restaurateurs dans l'aménagement de leur cuisine durable.
MON RESTAURANT
PASSE AU DURABLE
METRO, AU SERVICE DES GRANDS CHEFS.
Retrouvez-nous sur :
METRO.FR
METRO
VOTRE SUCCÈS EST NOTRE MÉTIER

Zoom... Bistro le 20, Chaudefonds-sur-Layon, 49

Crédits photos Sébastien Aubinaud

Bistro le 20.
Le restaurant Bistro le 20 (ex Table du Square) c'est d'abord un lieu qui renvoie l'horizon à grande distance, un décor nature qui offre à la vue de superbes vignes en amphithéâtre, incitant à la sérénité. Imaginez-vous dans votre voiture, grimpant la colline et arrivant au Bistro par une majestueuse allée de cyprès. La Toscane? Non, le Domaine Saint-Pierre, à Chaudefonds-sur-Layon, à 25 kilomètres d'Angers. Surplombant les cuves du domaine, le Bistro le 20, ses grandes baies vitrées et sa terrasse, appellent au partage et à la convivialité.

Assiettes avec vue.
A la barre du Bistro le 20 et aux fourneaux, Gabriela Lemos, argentine depuis dix ans en France dont sept années en restauration, arrivée au domaine il y a quatre ans, propose de persuasives assiettes axées sur d'irréprochables produits de saison. Une salade tiède d'asperges met le légume en vedette, en vinaigrette et aussi gratinées au parmesan, escortées de pousses de roquette et grains de petit épeautre. L'asperge occupe le devant de la scène, ouvrant la saison, idéale de cuisson, parfaite ambassadrice d'un printemps renaissant.

Vibrant maquereau.
En assiette vivante et pleine de relief, on annonce un maquereau grillé, parfaitement cuit, avec compotée de carottes, carottes grillées, beurre aux herbes, coriandre. Le beurre déglacé au citron envoie ses accents acidulés, les carottes cuites deux heures et trente minutes à basse température libèrent leurs saveurs terriennes, fondantes à souhait, le poisson, sans artifices, totalement respecté dans sa chair, vibrant de fraîcheur, répand ses sucs iodés et caresse les papilles. Gabriela Lemos fait une cuisine intuitive, aux accords justes. On attend donc la suite avec impatience.

Le Bistro le 20, comme son nom l'indique fait également office de bar à vins. Des planchas à partager et les excellents vins du domaine Saint-Pierre à l'honneur promettent des moments chaleureux et gourmands. **Le Restaurant Bistro le 20 ouvre à la fin du mois de mai.**

Infos pratiques :

Ouvert du lundi au samedi midi, le vendredi soir et le samedi soir.

Restaurant Bistro le 20.
Bas Pré.
Chaudefonds-sur-Layon. 49290.
Tel. 06 22 97 69 31.

A la table de... Tapas et Vinos, Nantes

Ca swingue toujours autant à la table de Pamela Solar Livacic et Sébastien Mallet. A Nantes, les pintxos de la maison trustent les les meilleures places du podium. Betterave / poulet / moutarde, céleri / pomme / saumon / fumé / avocat, Idiazabal (fromage basque), sobrasada, merlu pebre (accompagnement chilien), dégainent en rafales des maxi- saveurs dans la bouche, dans une valse parfaitement maîtrisée, en salutaires salves. On s'attaque aux remarquables et revigorants piquillos farçis fondo de olla (farce de viande, aromates et légumes). Pamela Solar Livacic construit ses plats au quotidien, en cuisine fougueuse et bien balancée. La cheffe ne déroge pas avec le lomito italiano et rappelle ses racines avec ce classique chilien. Sous forme de petit burger avec viande de porc,tomate, avocat, mayonnaise, le lomito italiano se fait cajoleur, prenant le mangeur par les sentiments, avocat et tomate insufflant leur fraîcheur.

Trio gagnant.

La cheffe sort le grand jeu avec un trio percutant en mini-portions. Ris de veau / artichaut fumé, le ris génialement cuit, en tendre petite merveille, l'artichaut, cuisson au top, le goût totalement présent; cabillaud sauce romesco, couenne de porc soufflée comme des grains de pop corn, poisson impeccablement cuit, sauce tonique et joyeuse, couenne crunchy; poulpe / espuma de pommes de terre / pimenton de la Vera, la bonne idée, poulpe saisi dans sa tendreté, espuma en notes addictives, pimenton de la Vera pêchu et fumé à la fois. En sucré, le talent ne faiblit pas: éponge de framboise / croquant de pistache, en aérienne gourmandise, ananas au rhum / neige de coco réveille nos instincts corsaires, crème catalane aux fèves de tonka, éclaboussante de saveur(s), première de la classe. Allez, la messe est dite...

Infos pratiques :

Menus.
Formules du midi, de 11,90 euros à 16,90 euros.
Carte. Pintxos, tapas, planchas, desserts...

Tapas et Vinos.
15, rue Kervégan. 44000 Nantes.
Tel. 02 40 20 86 91.
www.tapasetvinos.fr

A la table de... Le Prologue, Nantes.

Le Prologue, Nantes.

Blotti dans la courte rue du Capitaine Corhumel, le Prologue de Nicolas Bellanger, sans tambours ni trompettes, la façade modeste, attire les amateurs d'une cuisine qui ne fait pas de la figuration, goûteuse et décomplexée, dans la certitude de ne pas manger atone. On prend son ticket pour un oeuf fermier basse température, topinambours, jambon Mangalica et espuma ibérique. L'oeuf, onctueux, nous fait rouler dans la paille, le jambon, dantesque ode à la péninsule ibérique et l'espuma en régalant complice font caracoler allègrement l'assiette, donnant juste l'envie de faire l'école buissonnière.

L'affaire est dans l'iode.
pour démarrer façon iodée au soleil du printemps, pas de vagues mais gros plan sur le trio gagnant «dos de bar sauvage snacké, homard rôti de nos côtes et tartare de gambas». Ajouter un addictif écrasé de pommes de terre et l'affaire est faite. Poisson élégant, parfait de cuisson, saisi à l'instant, peau limite croustillante, aristocratique homard prenant des airs marins, irréprochable dans sa texture, les gambas en mode tartare vivifiant, c'est l'océan à domicile.

La tentation de la chair.
On ne s'arrête pas en si bon chemin. La tentation de la chair est grande avec le boeuf Black Angus, formidable d'intensité viandarde, tendreté affirmée, avec sa cour de petits légumes, carottes, brocolis, rutabagas, pommes de terre, courtisans empressés, un jus corsé à la truffe fermant le ban. On passe au sucré avec un émoustillant et cajoleur «choco café façon opéra», et, on connait l'abnégation et le dévouement de Gastronomica, un délicieux et acidulé ananas riz au lait, espuma rhum yuzu, dernière cartouche du chef. Nicolas Bellanger vise juste, envoyant du plaisir à chaque assiette, sensations en première ligne, la technique mise au service du (bon) produit.

La Recette

Dos de bar sauvage snacké, tartare de homard de nos côtes.

Pour 4 personnes.

Ingrédients:
1 bar de 1 kg mis en filets
1 homard breton de 400 à 500 g
2 grosses pommes de terre variété bintje
50 g d'échalotes hachées
1/4 de gousse d'ail hachée
1/4 de botte de coriandre concassée
25 g de beurre
Huile d'olive (pm)
Sel et poivre (pm)

Réalisation:
Cuire les pommes de terre en purée. Décortiquer le homard entièrement. Incorporer à la purée de pommes de terre l'ail, l'échalote, la coriandre, et une partie du homard haché.
Réaliser un bouillon avec la carcasse de homard et l'arête de bar. Passer et réduire le bouillon.
Monter au beurre et assaisonner.
Portionner, saisir le bar, le cuire 2 minutes au four à 212°C.
Saisir le reste du homard.
Dressage à votre convenance.

Le prologue.
14, rue Capitaine Corhumel.
44000 Nantes.
Tel. 02 40 48 08 08.

A la table de... Osé, Angers

Osé, Angers.

Osé, sans changer de rue, est passé à la vitesse supérieure, prenant dorénavant ses aises dans ce qui fut la Villa Toussaint. Les trois associés Catherine Pasquet, Thomas Lorieux, le chef, et Bernard Joly ont fait le pari d'un lieu plus grand, avec belle terrasse à l'avenant. Osé porte bien son nom. La cuisine, portée par Thomas Lorieux (jeune talent Gault & Millau 2017), envoie des assiettes pas chiches au plaisir immédiat. Le bel exemple avec un ceviche de daurade au citron cumbawa et lait de coco, algues wakamé, sésame noir et sorbet huître/citron (sorbet Les Sublîmes),jouant avec les textures, dans une énergie bienfaisante. Le ceviche dans la splendeur de sa fraîcheur, le lait de coco en douceur acidulée, le citron en complice tonique et l'huître, en amie iodée, donnent une entrée pleine d'allant.

Exemplaire.
On enchaîne, sans viande ni poisson mais avec un génial et exemplaire quinoa d'Anjou façon risotto au paprika fumé, shiitakés et légumes de saison, jeunes pousses, copeaux de parmesan et tuiles au fromage. On ne boude pas son plaisir devant un quinoa immédiatement persuasif, tout en rondeur, le grain délié, trouvant ici ses lettres de noblesse. Le paprika fumé délivre ses effluves envoûtantes, les shiitakés s'abandonnent tendrement, les tuiles au fromage ne laisseront aucune miette.

Promesses ensoleillées.
Variation autour des agrumes, petit moelleux à l'orange comme un baba, marmelade d'agrumes, glace aux agrumes et tuile à l'orange, le dessert tient ses promesses ensoleillées. Le moelleux à l'orange enveloppant et régressif à souhait, la marmelade d'agrumes follement addictive, les agrumes en joyeuse farandole, nous rendent... baba de contentement. La redoutable glace aux agrumes est signée par les Garçons Glaciers à Angers. Osé trouve ici un lieu à sa mesure, la cuisine s'épanouissant sans écueil, la salle, sous la houlette de Catherine Pasquet, en tonalités chaleureuses. Déménagement réussi...

La Recette

Ceviche de daurade au combawa et lait coco
Pour 16 personnes.

Ingrédients:
2,2 kg de filets de daurade royale
100 ml d'huile d'olive vierge
150 ml d'huile végétale (colza, tournesol...) 180 g de jus de citron vert. Zeste et jus de 3 citron combawa. 250 ml de lait de coco
fleur de sel . poivre noir de Kampot. 3/4 d'un petit piment vert long. 20 g de gingembre frais
1 oignon rouge émincé
4 radis roses
1/2 botte de coriandre
Oignons cebettes

Déroulement:
1/ Préparer le jus acidulé: Réaliser une vinaigrette avec les huiles, jus et zeste des citrons et le lait de coco, ajouter le gingembre haché. Epépiner le piment et le trancher très fin. **2/** Peler et couper les oignons en très fines lamelles. Emincer les radis en fines lamelles. Laver et effeuiller la coriandre. **3/** Emincer le poisson à l'horizontale, en fines lamelles et le disposer sur les assiettes. Filmer et réserver au frais. **4/** Au moment de servir, égoutter les oignons. Sortir les assiettes, ôter le film et verser le jus pimenté de manière à ce qu'il assaisonne la chair du poisson. Saler et poivrer généreusement. Verser un peu d'huile pour assaisonner. **5/** Répartir les oignons sur le poisson, recouvrir de feuilles de coriandre et de lamelles de radis. Déguster très frais.

Menu du midi, formule de 20 à 24 euros.
Menu du soir, de 28 à 32 euros.

Osé.
43, rue Toussaint. 49100 Angers.
Tel. 02 41 31 45 63.

A la table de... Imagine, Nantes.

Imagine, Nantes.

Imagine...La référence à John Lennon, grand compositeur et ex-beatle, disparu tragiquement en 1980 mais incontournable bande-son du vingtième siècle, inspire sans nul doute le lieu . A commencer par les assiettes mises en musique gourmande par la cheffe Anne-Lise Genouel jouant une partition qui fait mouche. Pour exemple le maquereau mi-cuit au chalumeau, furieusement bon, avec des langoustines poêlées bien iodées et une accorte et vibrante émulsion têtes de langoustines et curry vert se mêlant au végétal, purée de chou-fleur et sommités de chou romanesco, escorté d'un superbe chenin d'Afrique du Sud, fait un sans faute. Samy, le sommelier, disert et affable, conseille, fait goûter le vin avant de le servir, raconte chaque bouteille, connaissant ses vignerons, aux petits oignons pour les convives.

Comme un nuage de bienfaisance.

Le tempo ne faiblit pas. Un foie gras poêlé, anguille fumée, Lapsang Souchong et betterave, nous prennent par les sentiments, le foie gras ultra-tendre, l'anguille envoûtante, le thé fumé Lapsang Souchong cajoleur, la betterave, crue et en achards, revigorante. A suivre un filet de lieu jaune, cannelloni de blettes et menthe, fenouil émulsion kumquat et menthe. Le poisson est admirablement cuit, peau juste grillée, à la chair généreuse, le cannelloni, la bonne idée le duo blettes et menthe, comme un nuage de bienfaisance, le fenouil en douce amertume, mini carottes en terriennes copines. Samy choisit d'escorter l'assiette avec un vin de Bourgogne, rouge, domaine du Vieux Collège 2014, en parfait complice.

Coup de grâce.

Le dessert montre et démontre toute l'étendue du talent d'Anne-Lise Genouel qui a une formation de pâtissière. Intitulé pistache et pamplemousse, hibiscus, poivre de Timut, l'assiette fricote avec le meilleur. Dément sorbet pamplemousse/hibiscus, topissimes tuiles de meringue infusées au poivre de Timut, addictive crème de pistache montée, redoutable biscuit sponge cake pistache, les papilles disent merci. Formée au Jardin Gourmand de Nathalie Beauvais à Lorient, passée au Relais du Parc à Paris, Apicius à Paris avec Jean-Pierre Vigato, les frères Ibarboure à Bidart puis l'Uni à Nantes, voici Anne-Lise Genouel dans ses murs, se ralliant sans esbroufe aux nouvelles tables créatives nantaises.

Pistache et pamplemousse confit à l'hibiscus
Pour 4 personnes.

1. Sorbet hibiscus pamplemousse. 140 g de jus de pamplemousse, 130 gr de sucre, 20 g d'hibiscus séché, 200 g d'eau. Porter à ébullition l'eau et le sucre. Hors du feu faire infuser l'hibiscus 15 minutes. Filtrer puis mixer avec le jus de pamplemousse.

2. Pamplemousse confit. 2 pamplemousses, 200 g d'eau, 200 g d'hibiscus. Tailler les segments de pamplemousse. Porter à ébullition l'eau. Hors du feu faire infuser avec l'hibiscus 15 minutes, puis verser sur les suprêmes de pamplemousse.

3. Meringue. 20 g de blanc, 50 g de sucre glace, 50 g de sucre semoule, poivre de Timut. Monter les blancs, serrer avec le sucre semoule puis plus délicatement avec le sucre glace. Etaler finement sur une plaque, parsemer de poivre de Timut. Cuire 2 heures à 90°C.

4. Crémeux pamplemousse. 50 g de jus de pamplemousse, 50 g de beurre, 1 oeuf, 60 g de sucre. Blanchir le sucre et l'oeuf. Mixer avec le jus de pamplemousse puis cuire à feu doux tout en mélangeant continuellement jusqu'à ce que le mélange épaississe. Au fouet, hors du feu ajouter le beurre. Puis conserver au frais.

5. Sponge cake. 75 g de blanc, 10 g de sucre, 15 g de sucre glace, 25 g de poudre d'amande, 5 g de lait, 5 g de farine, 5 g de levure, 20 g de pâte de pistache. Monter les blancs, serrer avec le sucre. Mélanger le reste des ingrédients puis ajouter délicatement les blancs montés. Etaler sur une plaque. Cuire 8mn à 180°C.

6. Mousse pistache. 115 g de sucre, 20 g d'eau, 70 g de jaunes d'oeuf, 70 g de mascarpone, 4,5 g de gélatine, 50 g de pâte de pistache, 250 g de crème liquide. Cuire le sucre et l'eau. Lorsque le sucre est à 110°C commencer à blanchir les jaunes d'oeuf, puis une fois à 121°C verser sur les jaunes (petit à petit en «filet») puis continuer de battre jusqu'à ce que le mélange refroidisse. Monter la crème. Mélanger la mascarpone et la pâte de pistache puis coller à la gélatine. Mélanger ensemble les jaunes cuits (pâte à bombe), la crème montée et la mascarpone pistache.

Dressage. A la cuillère faire un trait de crémeux pamplemousse. Avec une poche à pâtisserie faire des points de mousse pistache de taille différentes. Disposer des petits cubes de Sponge cake et les segments de pamplemousse. Au centre de l'assiette faire une quenelle de sorbet pamplemousse, et la recouvrir d'éclats de meringue croustillante. Pas une présentation millimétrée mais plutôt un «chaos organisé», à chacun d'imaginer son assiette.

Imagine.
12, rue Gresset. 44000 Nantes.
Tel. 02 40 34 06 11.

A la table de... La Rue Sauvage, Angers.

La Rue Sauvage, Angers.

Le talent est injuste. On en a ou pas. Nicolas Lapoële en a. Cuisine aboutie et maîtrisée, teintée d'une forme de poésie, le chef emmène le convive dans un voyage immobile et superbement sensoriel. Ca commence illico avec les amuse-bouches, l'émulsion d'hibiscus cajoleuse, le sorbet au romarin qui flirte avec le sublime, la betterave en purée et en morceaux confits au four, se faisant l'avocat(e) du diable, en parfum entêtant et fragrance terrienne, presque un dessert. Créativité en avant avec les salades d'hiver (c'est la fin de l'hiver), en nuances herbacées. L'endive est tout simplement démente, braisée avec du sirop d'érable puis snackée et aussi crue finement ciselée. C'est un maelstrom de saveurs en bouche, entre les trois salades, trévise, chicorée et pain de sucre, les moutardes noire et verte, le gel d'agrumes, le parmesan en copeaux et en crème (une tuerie), le café en émulsion et en poudre, la chapelure lard/gingembre. Mais on ne s'y perd pas, chaque saveur est proprement identifiable.

Frissons de plaisir.
Nicolas Lapoële enchaîne avec un filet de lieu jaune nappé d'une sauce à la sobrasada, un peu de paprika sur le dessus, de la roquette travaillée dans une huile de roquette et crème de raifort frais, rutabagas en purée et rôti, chou grillé, pickles, ajoutez une petite réduction de vin rouge et la sauce du poisson en jus de volaille infusée aux arêtes grillées du lieu, et voilà une assiette pourtant toute en harmonie, dans un jeu de textures amplifié. Le mariage inédit mais heureux du poisson et du raifort convainc sans peine, le côté fumé dû à la sauce à la sobrasada fait frissonner de plaisir les papilles. Sans hésitation, on sauce avec conviction et jubilation.

Furieusement bonne.
Pas question que le voyage s'arrête ici. Le chef chante les louanges du divin volatile qu'est le canard. En deux cuissons, le filet laqué avec réduction de bière ambrée, la cuisse en filiation directe, exquise tendreté à tous les étages, un jus

concocté avec la carcasse du volatile et ailerons et cou, le convive est en état de grâce. Oignon pris dans une étonnante cuisson de curcuma frais, topinambour en purée, braisée et en chips, génial dans sa gourmande amertume, gel de pomelos, capucine piquante et poivrée, l'assiette fait mouche, ivre de saveurs persuasives et exploratrices. En dessert, c'est pomme/cidre/citron. La pomme pochée au caramel, posée sur un petit fond de tarte sucrée garni d'une compote vanille, un gel de cidre, un sorbet de lait citron, une pâte de citron confite au four, mixée avec jus de citron et huile d'olive, poudre de crumble, un capuchon sur la pomme avec fenouil confit, produit un beau dessert d'équilibriste et imprime le mot fin. Avec Lucie Geoffray en cuisine et Nicolas Lapoële, le frère du chef, en salle, la Rue Sauvage, ouvert il y un an, sonne le rappel d'une cuisine furieusement bonne.

Infos pratiques :

Menus.
Menus midi, entrée/plat ou plat/dessert, 18,50 euros entrée/plat/dessert, 22 euros.
Menu soir, 35 euros (jeudi, vendredi et 1 samedi par mois)

La Rue Sauvage.
14 boulevard Robert
(bas de la place Mitterrand).
49100 Angers.
Tel. 09 72 65 32 43.
www.laruesauvage.fr

Pleins feux sur... Le Manoir de la Régate, Nantes.

Le Manoir de la Régate, Nantes

Aux portes de Nantes, à quelques pas de l'Erdre, le Manoir de la Régate, dans un décor champêtre, en belle demeure bourgeoise, pousserait facilement le convive à dénouer la cravate. Depuis plus de 24 ans Loïc Pérou tient ferme les rênes de la maison. Aujourd'hui c'est Mathieu, le fils, 26 printemps au compteur, qui est aux fourneaux. Après des années passées à apprendre et à travailler dans de belles tables, les frères Ibarboure (2**) au Pays Basque, Thierry Drapeau (2**) en Vendée, deux ans en Australie chez des chefs stars dans leur pays, Tetsuya Wakuda puis Peter Gilmore, c'est le retour au bercail, l'esprit et les sens stimulés. Cela ne l'empêche pas d'aller en stage il y a quelques mois chez Benu, un chef coréen à San Francisco, auréolé de trois macarons.

Avis de grand large.

Avis de grand large en sensations marines avec des mises en bouche autour de l'iode, dans un inventaire gourmand, crème de la ferme de la Pannetière, coquillages (coques, moules), cotriade,algue Nori, algue Kombu confite, chips d'algues, rillettes de maquereau aux algues, sashimi de maquereau, fleurs de bourrache du jardin, feuilles d'huître, le tout iodé / fumé / limpide, le maquereau, formidable d'intensité, donne fissa le ton pour la suite. On avertira néanmoins le convive du danger du beurre truffe / ricotta / parmesan, hautement addictif.

Une forme de sérénité.

Les influences asiatiques sont sur la table avec un thon mariné fondant, limite voluptueux, avec un mélange furikaki (épices, sésame blanc, algue kombu). Lovés dans l'assiette, confiture d'algue kombu, gel de gingembre sur des petits rouleaux de pomme Granny et radis daïkon, caillé de fromage de chèvre coloré au poivre de Tasmanie, vinaigrette au miso, s'associent d'évidence au poisson, produisant une assiette d'une grande fraîcheur et d'une grande douceur, dans une certaine forme de sérénité.

Le bonheur est dans le canard.

Mathieu Pérou sait s'y prendre avec la volaille. C'est de la maison Burgaud, la maison des volatiles bien élevés, que vient le canard. Pure merveille de tendreté rosée, le divin volatile se pare de saveurs avec une caressante compotée de betterave et vinaigre d'hibiscus, la betterave aussi en mode craquant bien terrien. Un crumble concocté avec la peau du canard, du jus de betterave, des pétales d'hibiscus juste enrobées dans le sucre et fleur de sel, croustille en toute liberté. En dément dessert, cacahuète et lait ribot de la ferme de la Pannetière, une coque à base de chocolat blanc, mousse au cacahuète, celui-ci traité façon chouchou(s), gel et sorbet lait ribot, éclats de meringue et craquants au lait. Le parfait dessert pour les adeptes du cacahuète (et les autres), régressif, aux odeurs de fête foraine, jubilatoire, le lait ribot envoyant en contrepoint ses notes acidulées teintées d'acidité. A son rythme et à l'instinct, Mathieu Pérou continue d'écrire l'histoire du Manoir de la Régate, en classieux repaire d'une cuisine ouverte au dialogue et à la liberté d'action.

Ce que l'on déguste:

Thon mariné, chèvre / radis daikon / pomme verte. Escargots de la Maison Royer, foie gras / potagère de légumes / bouillon de queue de boeuf. Ravioles pinces de homard bleu, herbes / écume des carcasses aux poivres. Sandre, asperge blanche du Val de Loire / ail des ours / anguille fumée. Ris de veau, châtaigne / noisette. Canard de la maison Burgaud, betterave / hibiscus. Un galet de notre rivière, fruit exotique / noix de coco. La Chantrerie, chocolat / amande / violette.

Infos pratiques :

Menus.

Menu Régate, le midi, 24 euros (entrée, plat, dessert), servi uniquement le midi du lundi au vendredi et hors jours fériés. Menu Régate, le soir, 26 euros, servi uniquement le soir du lundi au jeudi et hors jours fériés. Menu balade en 3 services, 42 euros. Menu balade en 5 services, 50 euros. Menu dégustation, 68 euros.

Le Manoir de la Régate.
155, route de Gachet. 44300 Nantes.
Tel. 02 40 18 02 97.
wwww.manoirdelaregate.com

La Recette

Sashimi de thon
Pour 4 personnes.
Thon:
100 ml Mirin (alcool de riz sucré)
200 ml sauce soja
200 g thon toro Alabacore

Enlever la peau, les nerfs pour obtenir un pavé de thon bien net.
Mélanger le Mirin ainsi que la sauce soja.
Faire mariner le pavé entier, le laisser entre 1h30 et 2h.
Tailler les sashimis à environ 2mm d'épaisseur à l'aide d'un
couteau bien affuté.

Pickles de pommes et Daïkon:
2 pommes Granny Smith
100 g de vinaigre de riz.
Daïkons (4/6 radis blancs)
50 g de sucre, 50 g d'eau.

Tailler les pommes Granny finement à la mandoline ainsi que les daïkons.
Rassembler l'eau, le sucre et le vinaigre de riz puis porter à ébullition.
Verser sur les pommes et les daïkons. Laisser une vingtaine de minutes à couvert puis rouler les bandes en rouleaux.

Crémeux de chèvre:
100 g de fromage de chèvre.
10 g de poivre de Tasmanie.

Mixer le fromage de chèvre au blender puis passer au tamis.
Ajouter les 10 g de poivre de Tasmanie concassé.

Gel gingembre frais pickles:
100 g de gingembre frais.
50 g de sucre, 50 g de vinaigre de riz.
100 g d'eau, 2 g d'Agar-Agar.

Emincer le gingembre et le cuire à couvert avec l'eau, le sucre et le vinaigre. Reserver le gingembre et le mixer.
Détendre la purée de gingembre avec la cuisson jusqu'à obtention d'une purée lisse.
Ajouter l'Agar-Agar et porter à 90°C environ 1 mn.
Laisser figer au froid positif puis passer au tamis.
Réserver en pipette.

Vinaigrette:
30 g de marinade thon, 10 g de saké.
10 g de vinaigre balsamique.
60 g d'huile d'olive extra vierge. Sel, poivre.

Réserver en pipette.

Dressage:
1 pamplemousse.
Un peu de tagète (fleur comestible)

Faire une quenelle tirée de crémeux de chèvre.
Disposer 4 rouleaux de pommes et 4 rouleaux daïkon sur la quenelle de fromage de chèvre.
Disposer les sashimis par dessus en donnant un maximum de volume.
Déposer 2 suprêmes de pamplemousse de chaque coté du thon.
Faire 5 points de gel gingembre.
Préparer la vinaigrette à part, en saucière.
Disposer 5 pétales de tagète sur le thon.

La Vie Parisienne... Le Lumen.

Akira Sugiura, un chef japonais passionné de gastronomie italienne, démontre avec brio, au coeur de Paris, que la cuisine n'a pas de frontières. C'est à Tokyo, où les trattorias italiennes font partie du paysage culinaire, qu'en famille Akira Sugiura découvre les saveurs du pays. Après une école de cuisine à Tokyo, il fait ses premières armes dans un restaurant italien, toujours dans la capitale japonaise, proposant une cuisine traditionnelle napolitaine. Après un an et demi en Australie, à Sidney, chez Tetsuya Wakuda, le chef passe deux années à Florence et une année à Gènes, plus quelques mois à Barcelone, avant d'exercer son talent à Paris au restaurant étoilé Sola. Aujourd'hui le voilà aux fourneaux du Lumen, dans le 1er arrondissement de Paris. Pour ouvrir les agapes, un carpaccio de daurade royale kobujimé (poisson mariné enveloppé dans des algues kombu), poutargue, pesto de feuilles de navets au yuzu, le poisson magnifié, comme une caresse salvatrice et pleine de fraîcheur, la poutargue amène le Sud, le pesto diffuse ses notes toniques et salvatrices.

Vent de liberté.
A suivre tataki de bœuf wagyu «osaki» fumé au foin, caviar d'aubergine au wasabi, purée d'ail noir, truffe noire, graines de moutarde marinées au Mirin (saké doux). Arc en ciel d'arômes, l'assiette tourneboule les sens. Le bœuf se pose en vedette sans avoir les caprices d'une star, empreint d'une grande tendresse, la purée d'ail noir étourdit à bon escient le palais, la truffe joue la cerise sur le gâteau. Ajoutez un vin blanc de Sardaigne cépage Vermentino de chez Su'entu, aux notes d'herbes sauvages, faisant souffler un vent de liberté, servi par la sommelière serbe Jasmina Urosevic, et la magie opère.

Tout simplement admirable.
Mixant Italie et Japon, Akira Sugiura met à la carte des spécialités de pâtes comme des spaghetti Mentaiko, algue nori et daikon râpé ou paccheri au homard à la Trapanese, tomate et pistache. Dans l'assiette taglioni à la pintade fermière grillée, shimeji et cacio e pepe, donnent
des envies de partage. Pintade et champignons sont à la fête, pâtes cuites à la perfection. Ici le chef offre un veau à la milanaise tout simplement admirable, loin des poncifs du genre, souvent insipides. Il donne de la vivacité et souligne en même temps la délicatesse de l'animal, escorté avec ferveur par une cajoleuse purée de carottes et un adorable chou rouge, et une poudre betterave et parmesan. On n'oublie pas l'enjôleur jus de cuisson au Marsala. Partie cave, toujours l'Italie avec un efficace Chianti Classico 2015 bio, vigneron Badia a Coltibuono.

Eau du Désir.
Pour finir en beauté, onctuosité au rendez-vous avec une pêchue tarte au yuzu, chocolat blanc et espuma de yaourt, meringue, accompagnée d'un formidable saké japonais nommé, tout un programme, Eau du Désir, d'une belle élégance en bouche. Le dessert est signé Erika Koyama, la pâtissière du restaurant. Pas un instant d'ennui dans la cuisine d'Akira Sugiura qui est ludique et persuasive, faisant une jonction réussie entre Japon, Italie et France. Placé entre l'Opéra et le Louvre, le Lumen mérite aussi la lumière…

Ce que l'on déguste:
Tataki de bonite fumée au foin, sauce salsa verde et yuzu kosho. Boeuf wagyu «Osaki», Aburi, gelée de tosazu et caviar d'aubergine au wasabi. Spaghetti artisanales «Rustichella d'Abruzzo» à la daurade royale et aux coques, navet et poutargue. Pici à la tomate et polpettini d'agneau, petits pois, menthe et pecorino. Viande sélectionnée et son accompagnement du jour. Poisson du marché et son accompagnement du jour. Sabayon au vin jaune, parfait coco et tonka, fruits exotiques. Vacherin aux herbes grecques, glace ricotta et Granny Smith.

Infos pratiques :

Menus.
Menu déjeuner express, entrée / pâtes ou pâtes / dessert, 32 euros.
entrée / pâtes / dessert, 36 euros.
Menu déjeuner découverte, 48 euros.
Menu dîner découverte, 65 euros.
Menu dîner carte blanche, 85 euros.

Le Lumen.
Hôtel Lumen Paris Louvre.
15 rue des Pyramides. 75001 Paris.
Tel. 01 44 50 77 00.
www.hotel-lumenparis.com

LUMEN
Restaurant

La Vie Parisienne... Helen.

Au coeur du huitième arrondissement, à quelques encablures de l'Arc de Triomphe, se love, dans la discrète rue Berryer, le restaurant Helen. Ici, dans un décor sobre misant sur le confortable et le cosy, poissons, coquillages et crustacés tiennent le haut du pavé. Langoustines, couteaux, homards, poulpes, bars, turbots, soles, chapons, saint- pierre, le meilleur de la pêche se retrouve sur la table, dans une formidable ode à l'iode, orchestrée avec brio depuis sept ans par le chef associé du lieu, Sébastien Carmona Porto. Pêche de petits bateaux, l'atlantique à Loctudy, la Méditerranée avec les Pêcheries de Menton, la Saint Jacques de Normandie, si possible de Trouville, ville chère au chef, l'avis de grande fraîcheur est annoncé.

Tendre céphalopode.

Pour prendre le pouls d'une cuisine non démonstrative et parfaitement maîtrisée, c'est un carpaccio de daurade royale au citron caviar, avec ses petits toasts chauds, qui ouvre le bal. Ultra-fondant le carpaccio se pose en modèle du genre, vivifié par l'acidulé du citron caviar, prenant les papilles par les sentiments. Ensuite un poulpe superbement grillé à la plancha, limite croustillant à l'extérieur, charnu et tendre dans sa texture, ne fanfaronne pas pour faire genre, mis en scène sans artifices inutiles mais remarquable dans son interprétation. L'accorte céphalopode s'accompagne d'une aérienne purée de pommes de terre.

On dirait le Sud.

Sébastien Carmona Porto enfonce le clou par le truchement de diaboliques langoustines d'Ecosse au soufflé d'aïoli, rôties au four et dorées sous la salamandre ou la géniale et très gourmande connexion entre le nord et le sud. La chair des crustacés en caresses iodées, l'aïoli frémissant aux accents sudistes, l'assiette fait mouche. On reste au sud, se laissant convertir avec plaisir par une bouillabaisse de rouget barbet. Le poisson justement cuit, la peau nacrée, pommes de terre et petits croûtons en escorte, vient percuter avec une rouille d'anthologie, croûtons de pains, purée d'ail, safran et purée de piment mixés avec le bouillon, montée à l'huile d'olive. On a toute la faconde de la Méditerranée dans l'assiette. Avec la cuisine de Sébastien Carmona Porto, en binôme avec Franck Barrier en salle, c'est comme une balade en bateau, un temps suspendu, en bouffées d'air iodé, le produit en vedette.

La Recette

Le poulpe.
Pour 4 personnes.
Ingrédients.
1 poulpe d'environ 800 gr. 500 gr de pommes de terre Agria. 400 gr de beurre. Fleur de sel, huile d'olive.

Pour l'huile de pimenton: 42 gr d'eau, 54 gr d'huile d'olive, 4 gr de pimenton (paprika fumé espagnol) mélanger le tout au Bamix.

Progression.
Pour commencer, bien laver le poulpe à grande eau plusieurs fois. Le mettre ensuite dans un sac et le placer un minimum de 48 heures au congélateur. Cette action permet de casser les fibres du poulpe, ce qui le rendra tendre. Au bout de 48 heures le mettre à décongeler.

Une fois bien décongelé, le cuire au court bouillon entre 40 minutes à 1 heure. Vérifier la cuisson.

Pendant ce temps laver les pommes de terre et les rôtir au four pendant environ 45 minutes. Une fois cuites, les éplucher à chaud et réaliser une purée avec le beurre. Une fois le poulpe cuit, le tailler en portions et le snacker à la plancha sur toutes les faces.

Réaliser le dressage.

Ce que l'on déguste:
Tartare de bar au gingembre et kui chaï. Ceviche de daurade royale. Tourteau décortiqué. Couteaux à la plancha nature ou à l'ail. Turbotin rôti à la sauge et pancetta. Bar de ligne aux olives Taggiasche. Chapon comme à Murtoli. Sole à la normande. Homard breton au soufflé d'aïoli. Carabineros à la plancha. Linguine aux langoustines. Chariot de desserts du pâtissier.

Infos pratiques :

Menus.
Menu midi, 48 euros.
Menu découverte, 138 euros.

Helen. 1* Michelin
3, rue Berryer 75008 Paris
Tel. 01 40 76 01 40

Escapade... Thalassa Dinard Novotel

A Thalassa Dinard Novotel, c'est d'abord la vue qui scotche le regard. Grandiose et magique, l'océan Atlantique occupe l'horizon, donnant immédiatement un sentiment de plénitude. Au restaurant Osens, on est comme dans un vaisseau au dessus de la grande bleue, pour déguster la cuisine inspirée de Mathieu Esnault. Pour être raccord avec le site, on commence les agapes avec un rouleau de crabe aux algues de Saint-Lunaire, commune voisine de Dinard, et son condiment guacamole / wasabi. Du Japon au Mexique, en passant par la Bretagne, l'assiette nous emmène pour une croisière au long cours, en vagues de saveurs, le guacamole séducteur, l'algue en amertume iodée, le crabe en maritime fraîcheur.

La croisière s'amuse.

La croisière gourmande se poursuit par le truchement de l'oeuf mollet, croustillant et gravlax de saumon. L'oeuf mollet, avec une tempura kasha (sarrasin originaire d'Asie décortiqué et grillé) sur le dessus, croustillante à souhait, s'épanche langoureusement, le gravlax au jus de betterave, exemplaire, s'avale en bouchées jubilatoires, on ajoute un petit pesto bien troussé avec salicorne et enoki et l'on tient là une assiette qui fricote avec le bonheur. Mathieu Esnault, secondé par l'efficace Nicolas Scardin, envoie un râble de lapin fermier à l'anguille fumée et feuilles d'algue, escorté d'une moutarde d'algue / wasabi / ail, d'une sauce corsée, d'un écrasé de pommes de terre et petits pois. L'assiette met dans le mille, faisant du mariage de l'exquis lapin et de l'expressive anguille la symbiose réussie entre terre et eau, l'algue ajoutant son grain de sel (marin). L'écrasé de pommes de terre, en rassurant complice, ne fait pas que de la figuration. Bien joué l'artiste!

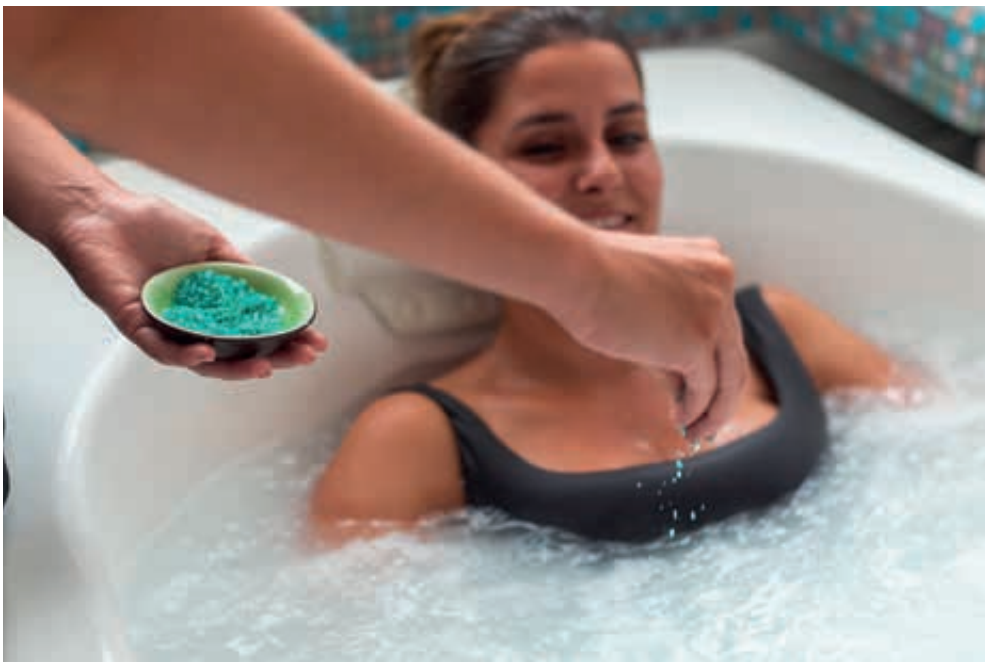
Danse avec les desserts.

Bienvenue aux amateurs de chocolat avec une ganache chocolat noir, tartare mangue et kiwi, tuile de sarrasin. Le chocolat, onctueux, se pavane, sûr de son effet, le tartare mangue et kiwi amène ses fruités et toniques arômes. On peut aussi opter pour un dessert aux accents caressants sinon sensuels comme cette meringue au citron vert, crémeuse et frissonnante mousse au citron vert, non moins addictive crème aux fruits rouges, le tout en apesanteur, on accompagne d'une coupe de champagne. Face à la mer, aurais-t-on trouvé le «romantic dessert»?

Associer une cuisine de qualité, vivante, une cuisine-action en pointe sur les saisons, montre et démontre que dorénavant, dans un tel lieu, bien-manger, et pas triste, dans un décor confortable et contemporain, fait le lien avec le bien-être, ne réduisant plus l'institut de soins à sa seule fonction mais l'inscrivant dans la modernité.

Escapade… Thalassa Dinard Novotel

L'Arsaour.
A l'Arsaour, ouvert en février 2018, à coté du restaurant Osens et sous la houlette du chef Mathieu Esnault, officie la jeune cheffe Marie Viel. Ici, le partage est conseillé, petites assiettes sur la table, tiroir avec couverts, décor bois, on est zen. On explore directement les sensations avec un génial saumon Bömlo brûlé au chalumeau, «presqu'une cuisson légère avec un goût fumé», sauce tataki, gingembre confit, chantilly de wasabi. Porté par son escorte aux pointes chahuteuses, le saumon est royal, dans l'essentialité du produit. Un tartare de noix de Saint-Jacques, celles-ci fondantes, vinaigrette passion-mangue, pistou d'algues de Saint-Lunaire, tuile de sésame croquant et pickles d'oignons rouges, parfume les papilles, faisant voguer le convive vers des rivages ensoleillés. Vif comme l'iode, bien trempé dans son assaisonnement à la gnaque assumée, sauce aux agrumes, grenade et pistache, un généreux ceviche de bar procure les mêmes sensations. Côté végan, on peut compter sur les germes de quinoa en salade d'algues, tomate-basilic, céleri, le grain bien délié, fraîcheur en avant, une bouchée appelant l'autre. En sucré, place à «L'Arsaour», un mille feuilles de chocolat noir et sarrasin, nougatine de caramel au beurre salé, poivre de Timut et piment d'Espelette qui annonce une assiette sans miettes. Marie Viel, 25 printemps, investie, professe de belle manière sa foi dans la cuisine…



Hormis la gastronomie, le noyau dur du lieu est évidemment l'institut de thalasso & spa. Tourné vers la mer, le lieu est propice à l'apaisement et au lâcher-prise. C'est s'accorder une pause pour se régénérer au contact d'un élément essentiel: la mer. On profite de la grande piscine intérieure d'eau de mer chauffée à 29°C, du hammam aux huiles essentielles, du sauna et du parcours marin de jets ciblés, chauffé à 33°C. Par pure abnégation, Gastronomica a essayé la **douche à jet** où l'hydrothérapeute masse et draine votre corps avec un jet d'eau de mer à pression variable, ce soin favorisant la décontraction musculaire. Si vous n'êtes pas réveillé, c'est idéal. Tonicité assurée, on en redemande.

Relax…

On s'est complètement relaxé avec la **détente sous pluie marine**. Allongé sur le ventre, une fine pluie d'eau salée de mer balaye votre corps, la bruine iodée a une action apaisante sur les terminaisons nerveuses. Le temps n'existe plus, très très relaxant...On a aussi apprécié **l'enveloppement d'algues**, des algues laminaires pour reminéraliser et fucus pour mincir. Ainsi on dope la peau en sels minéraux et oligo-éléments. Le **bain hydromassant**, le corps plongé dans de l'eau de mer et massé par des jets ciblés, incite aussi au lâcher-prise.

Soins et massages.

Thalasso Dinard innove avec un nouveau soin. La **cryothérapie corps entier / froid bienfaisant** est un soin réalisé dans une cabine individuelle où le corps entier est exposé à un froid sec de -120 à -195°C pendant 3 minutes. Les effets portent sur la diminution des douleurs et des inflammations, sur la récupération après fractures ou efforts, et sur les troubles du sommeil. C'est aussi une thalasso sur mesure où l'on peut faire son programme selon la durée désirée, de 2 à 6 jours, et des objectifs désirés. Les thèmes, Essentiel Dos, Mer du Sommeil, Souplesse et Articulations, Jeune Maman, Break entre Filles, Ma Bulle Marine… permettent le choix. Massages visage et corps, soins anti-âge, soins pour enfants, la gamme est large. On peut dire que chacun peut y trouver son bonheur…

Thalassa Dinard Novotel.
1, avenue du Château Hébert. 35800 Dinard.
Plus d'infos et réservations + 33 (02) 99 16 78 10.

Escapade... Thalassa Dinard Novotel

La recette de Mathieu Esnault, chef des restaurants.

La Recette

Terre et mer de Bretagne,
Râble de lapin fermier, anguille fumée, jus corsé, charlotte du pays
en écrasé et petits pois printaniers.
Pour 1 à 2 personnes.

Ingrédients.
Un beau râble de lapin entièrement désossé d'environ 350 gr. 40 gr d'anguille fumée.
1 feuille d'algue wakamé de Saint-Lunaire.
20 gr tartare d'algues fraîches. 20 gr moutarde - wasabi - algue. Fleur de sel de Guérande, poivre du moulin. 300 gr pommes de terre charlotte, 40 gr de petits pois frais.

Pour le jus de viande corsé: Os et parure du râble. Garniture aromatique (1 échalote, 1/2 oignon, 1/2 carotte, ail, thym et laurier).
40 cl de fond de veau fini. 15 cl de xérès, 50 cl de vin rouge.

Déroulement:
1. Lancer le jus, faire revenir les parures et les os du lapin à l'huile de colza jusqu'à coloration prononcée mais pas brûlée. Ajouter la garniture aromatique, mélanger quelques minutes, déglacer au xérès puis au vin rouge, laisser réduire puis additionner du fond de veau. Cuire jusqu'à consistance et goût voulu, passer à l'étamine et réserver.
2. Faire le mélange moutarde - algues - wasabi.
3. Après avoir levé les filets d'anguille fumée, les tailler en tronçons fins de la longueur du râble.
4. Sur la feuille d'algue, disposer le râble bien à plat et assaisonner.
5. Badigeonner du mélange de moutarde - algue - wasabi.
6. Disposer 3 tronçons d'anguille.
7. Rouler le tout dans un film alimentaire et faire un beau boudin régulier.
8. Pour la cuisson soit:
   - Mettre sous vide et cuire dans l'eau à 72° 45 minutes, refroidir.
   - Ou rouler dans le film alimentaire, piquer avec la sonde, four vapeur 72° sonde 63°.
9. Cuire les pommes de terre avec la peau dans de l'eau avec du gros sel.
10. Eplucher les pommes de terre, les passer au moulin avec du beurre et rectifier l'assaisonnement.
11. Cuire les petits pois dans de l'eau avec du gros sel, les refroidir puis les écosser.
12. Les enrober d'un peu d'huile d'olive et réserver au chaud.
13. Dresser

Escapade... La Valtellina, Italie du Nord.

Dans la **Valteline** (Valtellina), au coeur des Alpes, dans une des provinces de montagne située la plus au nord d'Italie, survivent des excellences agro-alimentaires transmises depuis des générations. Le territoire s'inscrit dans la partie nord de la région de Lombardie et à la frontière entre l'Italie et le canton suisse de Grigioni. Des profondeurs de la vallée aux sommets enneigés pointant vers le ciel, les paysages de la région sont composés de champs cultivés, de vignobles, de vergers de pommiers, de bois et de forêts, d'alpages, de prairies et de glaciers situés en haute altitude. C'est au coeur de ce paysage naturel riche et varié que sont nés les produits d'excellence valtellinais. Les fromages, les vins, la bresaola, les pommes et les «pizzocheri» sont les représentants d'une tradition oenogastronomique unique, aujourd'hui protégés par les labels de qualité européens AOP et IGP.

La Bresaola.

Associées à un environnement favorable caractéristique de cette zone de production, l'authenticité et la tradition sont les principes caractérisant la Bresaola della Valtellina IGP. La Bresaola, salami de haute qualité, fabriquée à partir des meilleures coupes de cuisses de boeuf, est l'un des produits de grande qualité et goûteux protégé par l'appellation européenne IGP. Transmis de génération en génération, les rituels de production traditionnels sont devenus des réglementations certifiées, suivies de près par les producteurs locaux. On a pu l'observer à l'entreprise familiale Mottolini, qui existe depuis 30 ans. 20% de la Bresaola IGP sort de leurs ateliers et est exportée dans le monde entier.

Assez pauvre en graisses, riche en protéines, en vitamines et en sels minéraux, la Bresaola delle Valtellina répond aux attentes nutritionnelles du consommateur moderne, soucieux d'une alimentation saine et équilibrée. Compagnon idéal à l'apéritif, la Bresaola est également utilisé dans la cuisine gastronomique.

Les pommes Mela di Valtellina.

La production des pommes Mela di Valtellina IGP est limitée en quantité mais excellente en qualité, avec un faible impact environnemental. L'air de la montagne du coeur des Alpes confère à ce fruit un goût et un parfum unique. Situées entre 200 et 900 mètres d'altitude, les pommes poussent et mûrissent naturellement, ensoleillées et caressées par le vent de la Valtellina.

Melavi.

Melavi, c'est la fusion de trois coopératives en 2010. La coopérative actuelle, ce sont 320 cultivateurs qui exploitent 600 hectares. Pour beaucoup de producteurs cela représente un deuxième travail. La coopérative assure une production de 220.000 quintaux. Les produits transformés, confitures, nectars, pommes séchées, vinaigre de pomme, et la forte demande en jus de pomme permettent plus de revenus et donc des marges garanties. En photo, la pomme **Rockit** est à destination de la Nouvelle-Zélande qui impose le packaging et un prix fixe. L'Egypte, la Jordanie, l'Inde sont des fidèles clients de Melavi.

Escapade... La Valtellina, Italie du Nord.

Les vins Rosso di Valtellina.
les paysages évocateurs de la Valtellina où se greffent les vignobles en terrasses narrent à leur manière l'histoire millénaire du vin. Produit jadis pour une consommation familiale, il deviendra, plus tard, un bien prisé dans les échanges et le commerce, jusqu'à accéder, plus récemment, au rang de produit agro-alimentaire d'exception frappé des labels communautaires AOCG, AOC et IGT. Le long des 2500 km de murets en pierres sèches serpentant au pied des Alpes, coté versant ensoleillé, des viticulteurs, maîtrisant leur art avec passion et talent, cultivent le raisin qui, après une vendange tardive, en octobre, est ensuite vinifié pour produire des vins fins, élégants et au caractère prononcé.

Les vins de la Valtellina sont nombreux et accompagnent volontiers des mets gastronomiques et forts en goût. Comme le vin **Sforzato**, qui posséde une robe couleur grenat foncé et des arômes prononcés et qui s'associe parfaitement avec le fromage d'alpage et les viandes tendres. On peut citer également le vin **Valtellina Superiore Sforzato** qui se marie parfaitement avec les viandes rouges, le gibier, la charcuterie et les fromages forts. La photo est prise dans la cave de la famille **Balgera**, fondée en 1885, la cave datant de 1550. Le lieu est implanté dans l'ancien palais d'une famille du 13e siècle, les Quadrio.

Les fromages AOP Bitto et Valtellina Casera AOP.
Le territoire de la Valtellina jouit d'une longue tradition d'élevage laitier, qui a réussi à conserver des spécificités traditionnelles et une authenticité dans la production de ses fromages. Le fromage Bitto, dont les origines remontent à la période celtique, est produit durant la saison estivale, dans les hauts pâturages de la région. Le fromage est réalisé à base de lait non pasteurisé, ce qui permet de conserver le parfum des alpages. La maturation du fromage Bitto AOP peut durer jusqu'à dix ans, son goût s'intensifiant avec les années. Le fromage Valtellina Casera est produit toute l'année dans la vallée. Il s'agit d'un fromage à moitié gras, qui se déguste jeune, affiné ou mûri. La Valtellina Casera AOP est l'ingrédient fondamental des plats traditionnels de la Valtellina. Le fromage sert à la préparation de Pizzoccheri ou de Sciatt, mais peut également être consommé seul.

Plus d'informations:
Pour la bresaola, www.bresaolavaltellina.it/en/
Pour la pomme, www.valtellinachegusto.eu/mele
Pour le vin, www.vinidivaltellina.it/en/
Pour le fromage, www.ctcb.it
Photos Luc Sellier

Actus,
restaurants,
recettes.

www.gastronomica.fr

Des Mets et des Mots par Thierry Caquais

« Venez à moi, ceux dont l'estomac souffre, et je vous restaurerai »

Dans « La France gastronome » (éd. Payot), l'historien Antoine De Baecque nous rappelle que c'est peu avant la Révolution française qu'apparaissent les premiers restaurants. Ce nouveau lieu va cristalliser, jusqu'à la fin du XIXème, la naissance de la gastronomie contemporaine, avec ses débats, ses recherches, la création de la notion de « chef » mais aussi le passage d'une société à une autre. Livre d'un promeneur urbain, c'est aussi une balade dans les quartiers où se sont initialement développés ces établissements, du Palais-Royal aux Grands Boulevards.

Gastronomica : En lisant votre essai, on découvre d'abord que ce n'est pas la cuisine qui a prévalu à l'invention du restaurant mais les idées réformatrices !

Antoine De Baecque : Effectivement, celui que l'on tient pour le créateur du premier restaurant, Mathurin Roze de Chantoiseau, n'est pas un cuisinier mais « un physiocrate », c'est-à-dire un partisan d'une économie de libre circulation des biens, de fin des corporations et des règlements contraignants de son époque. Il ouvre, en 1765, avec l'aide d'un cuisinier, ce que l'on appelle pas encore « un restaurant », rue des Poulies (actuellement rue du Louvre), avec comme enseigne une maxime biblique : « Venez à moi, ceux dont l'estomac souffre, et je vous restaurerai ». Ce qui sonne presque comme une prescription médicinale. Il propose en même temps une façon de manger tout à fait nouvelle, qui va essaimer : un choix parmi plusieurs plats, des horaires de repas plus souples et surtout des tables individuelles. Tout ceci s'oppose aux tavernes qui le précèdent, où la table est collective, le menu et les horaires fixes. Cette formule a été très vite un succès. Diderot, par exemple, se rend volontiers dans cet établissement, loue son calme et l'individualisation des tables, et l'évoque à plusieurs reprises.

Mais ce n'était pas du goût de tous le monde. Chantoiseau a d'ailleurs eu quelques démêlés avec la corporation des rôtisseurs qui a porté plainte contre lui parce qu'il proposait une viande « sauce poulette ». Il a fallu trancher pour savoir si cette sauce se classait dans les viandes (et dans ce cas, réservée strictement à la corporation des rôtisseurs) ou un nappage (et dans ce cas libre de commercialisation). C'est pour le nappage que la justice a penché.

G : D'autres établissements se développent peu à peu mais c'est essentiellement la Révolution qui va accélérer le mouvement. Pourquoi ?

ADB : Avec la Révolution, les nobles fuient la France. Nombre de cuisiniers des aristocrates se retrouvent « au chômage ». Pour continuer à gagner leur vie, ils ouvrent des restaurants, dans le quartier du Palais-Royal, et se tournent vers la bourgeoisie, qui a le vent en poupe. C'est un début de démocratisation. Relatif cependant car ces établissements sont luxueux et d'abord réservés à une clientèle riche. Le restaurant devient un lieu tout à fait révélateur de ce qui se passe à cette période, un lieu de transfert social du pouvoir, des valeurs, etc. d'une classe vers une autre. Les bourgeois sont en recherche d'excellence et de légitimation. Ils sont ravis d'adopter, avec cette mode, certains comportements aristocratiques. Et, de l'autre côté, les cuisiniers sont désireux d'adapter leurs pratiques à cette nouvelle clientèle. Tout cela peut paraître paradoxal, dans une ville dont la faim a été un des moteurs de révoltes !

G : Quels sont les autres évolutions apportées par le restaurant ?

ADB : Les restaurants vont contribuer à faire bouger l'heure et le nombre des repas. On sert désormais trois vrais repas par jours : le déjeuner, qu'on appelle « à la fourchette », souvent constitué de plats froids, qui se prend désormais vers 12h ; le dîner, qui se décale vers 20h ; et le souper, repas que l'on sert après le spectacle ou le concert. Surtout, on va passer d'un service dit « à la française », où il s'agissait d'amener tous les plats d'un coup, pour mieux étaler luxe et richesse, à un service dit « à la russe », où chaque plat est amené un par un. Cela tient autant à la nouvelle configuration des lieux, qu'à la volonté de présenter des plats individuels et chauds jusqu'au dernier moment, car les cuisiniers sont conscients de l'importance de la bonne température dans la dégustation.

G. : Avec l'essor de ces nouveaux lieux, de nouvelles façons de manger et une cuisine qui évolue, apparaît aussi un nouveau vocabulaire, une nouvelle langue.

ADB : Pour rendre compte des changements aussi bien que pour donner toute sa place à cette discipline qui devient « la gastronomie », il faut savoir en parler, pour partager aussi les nouvelles saveurs et les nouveaux goûts développés. Plusieurs manuels de cuisine possèdent des préfaces écrites par des gens qui savent manier la plume. Mais c'est Grimod de la Reynière, avocat, journaliste et écrivain qui va, avec son Almanach des Gourmands (1803-1810), créer le premier guide de critique culinaire et comprendre que la légitimation de la « nouvelle cuisine » passe par le jugement des plats et des lieux qui les servent, et par le verbe. Il s'agit aussi d'asseoir la gastronomie comme un art, ce qui n'était pas évident au départ, Voltaire ou Diderot, par exemple, considérant la gastronomie comme quelque chose de trop trivial pour pouvoir être un sujet sérieux, digne d'un intérêt philosophique...

G : À partir de quand peut-on parler de véritable popularisation des restaurants ?

ADB : Aux environs de la moitié du XIXème siècle. On voit donc que l'essor est très rapide ! Peu à peu les restaurants « migrent » du Palais-Royal vers les Grands Boulevards. 500m seulement, mais 500m qui changent tout, ces boulevards étant synonymes à l'époque de mélange des genres et des classes sociales, de plus de libertés et d'encanaillement. En 1855, surtout, un boucher, Pierre-Louis Duval, imagine ce qu'il appelle « les bouillons », afin d'écouler les bas morceaux de viande de son établissement. Ce sera la première formule de restauration rapide, et même en série, puisque très vite, il ouvrira huit « bouillons » dans la capitale. On assistera enfin à l'essor des brasseries, qui, avec des bières, proposent des nourritures simples et roboratives. Un développement fort surtout après 1870 quand, suite à la perte de l'Alsace-Lorraine, de nombreux Alsaciens viendront s'établir à Paris pour ouvrir ces établissements, dont certains deviendront aussi de grands restaurants. En 1870, on estime qu'1 Parisien sur 10 mange quotidiennement dans un restaurant, toute qualité confondue !

Bio-biblio gourmande

Antoine De Baecque a plus d'une corde à son arc. Professeur à l'École normale supérieure (Paris, rue d'Ulm), il est spécialiste de l'histoire culturelle du XVIIIe siècle et des représentations, et en particulier de la période de la Révolution française.

Passionné de cinéma, c'est aussi un spécialiste de la Nouvelle Vague. Rédacteur en chef des Cahiers du cinéma entre 1997 et 1999, puis rédacteur en chef des pages Culture de Libération de 2001 à 2006, il est l'auteur d'un grand nombre de livres consacrés au 7ème art. Il a, entre autres, écrit des biographies de François Truffaut , Jean-luc Godard, Éric Rohmer, Jean-Pierre Melville...

Marcheur et randonneur, il a publié également plusieurs ouvrages sur la marche, la traversée des Alpes, les écrivains randonneurs.

Il est enfin l'auteur d'un roman et d'ouvrages divers qui montrent l'étendue de sa curiosité (Le Club des péteurs ; Histoire des crétins des Alpes ; En d'atroces souffrances - Pour une histoire de la douleur ; etc.).

A la cave

L'Inopiné rosé 2018 - AOP Lubéron

L'Inopiné rosé 2018, AOP Lubéron certifié biologique, habillé de sa magnifique robe couleur rose pale soutenues de notes violines, offre un nez subtil et intense qui développe des arômes d'agrumes et de fruits exotiques. La bouche se révèle fraîche et croquante avec une belle amplitude mêlant les notes d'agrumes présentes au nez et apporte à ce vin une grande finesse. C'est le vin idéal des repas légers, salades, sushis, grillades. Il accompagne également à merveille les repas plus fins tels un poisson à chair blanche juste grillé ou encore une pièce de veau avec des petits légumes. Vin parfait pour un apéritif entre amis.
L'Inopiné rosé 2018 prix de vente moyen 11 euros.

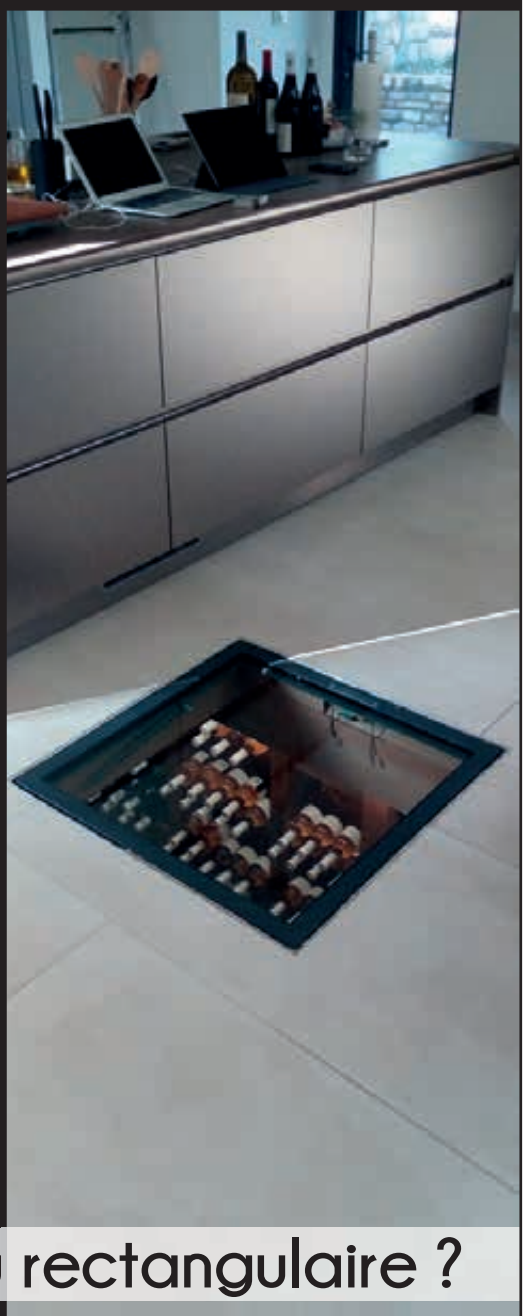
Ultimate Provence rosé 2018 - AOP Côtes de Provence

Cépages cinsault, grenache noir, syrah, rolle. Ultimate Provence Rosé, l'icône du domaine, indissociable de sa verrerie reconnaissable entre toutes, est la promesse d'un vin extra frais qu'on partage le jour et la nuit. Généreux en arômes, la séduction est immédiate: dans sa robe pâle très avenante, des notes fruitées et florales envahissent le verre. En bouche, les fruits intenses sont soutenues au palais par une fraîcheur légèrement minérale, relevée de notes épicées de poivre blanc. Il s'accordera avec une cuisine fusion audacieuse et se révèlera idéal pour relever de ses arômes quelques gambas sautées au basilic. Médaille d'or au Concours Général Agricole Paris février 2019.
Prix caviste, 75 cl 15,50 euros, magnum 38 euros, Jéroboam 95 euros.

Château Guiraud 2009 – 1er Grand Cru Classé en 1855, Sauternes

Ce vin révèle au nez des arômes de prune confite, d'ananas, de pamplemousse et d'abricot. Vibrant et lumineux, ce millésime est très racé et complexe avec une finale remarquablement équilibrée, fine et précise, soulignant sa fraîcheur. Ce vin est élevé durant 18 mois, dans des barriques neuves, pour offrir une allure élégante et souligner l'immensité de son âme.Le nez est précis, le toucher est sensuel, l'onctuosité est juste saupoudrée et apparaît très minérale. À la dégustation, le Château Guiraud est un vin subtil tout en ayant un caractère très marqué. En moyenne : 80 000 bouteilles par an. 1991, 1992, 1993, 2018 : absence de millésime
Prix de vente : 70€ départ propriété (Millésime 2009)

POLYCAVE
CONSTRUCTEUR DE CAVES À VIN



Votre future cave, ronde ou rectangulaire ?

Showroom : ZA Sainte Anne RN 165 SAINT-ÉTIENNE-DE-MONTLUC

02 40 57 18 88 I www.polycave.fr

A la cave

Blason d'Issan 2015.

Propriété emblématique de l'appellation Margaux, Château d'Issan, grand cru classé en 1855, possède un vignoble de 53 hectares à moins d'un kilomètre du célèbre Château Margaux avec lequel il partage un superbe terroir de graves riche en cailloux. Blason d'Issan est le second vin de la propriété créé en 1995 afin d'effectuer une sélection au sein du vignoble. Issu d'un assemblage de 60% cabernet sauvignon et 40% merlot, Blason d'Issan 2015 présente une robe grenat fonçé aux reflets mauves. Le nez est frais, floral, parfumé et offre des arômes de fruits noirs: cassis, myrtille, mûre. La bouche est souple, harmonieuse avec des tanins soyeux.
Blason d'Issan est disponible chez les cavistes au prix moyen de 25 euros.

Château Lalande-Borie 2016.

Le millésime s'annonçait éprouvant avec un printemps extrêmement pluvieux et des températures nettement à la moyenne qui ont causé différentes maladies à la vigne...Saison suivie par un été excessivement chaud et sec. Enfin, vint l'été indien qui permit de clôturer le cycle de la vigne en beauté. Issu d'un assemblage de 55% merlot noir et 45% cabernet sauvignon, Château Lalande-Borie présente une robe grenat foncé. Son nez dévoile une attaque fruitée, puis des arômes de pruneaux et une note de bois bien intégrée. La bouche offre une structure ample avec une longue finale. Château Lalande-Borie est un vin charmeur qui peut se déguster dès à présent, mais se révélera davantage après trois ans.
Château Lalande-Borie 2016 est disponible chez les cavistes au prix moyen de 25 euros.

Château Clément Pichon 2016.

Le Château Clément Pichon, Haut-Médoc, fait l'objet d'une attention soignée qui lui permet d'obtenir à chaque millésime la mention Cru Bourgeois, reconnaissance d'une qualité constante du cru. Il est issu d'un assemblage 85% merlot, 10% cabernet sauvignon et 5% cabernet franc. La superficie est de 22 hectares et l'age moyen des vignes de 30 ans. C'est un vin très harmonieux avec du charme et de la tenue: un joli fruit, une tendre fraîcheur aromatique, des tannins fins.
Le Château Clément Pichon 2016 est au vente au prix de 20 euros environ.

WINENOT
vins & spiritueux

Caviste libre depuis 1999 - Défenseur d'une viticulture propre et durable

ANGERS
9-11, avenue Patton
02 41 48 15 09

AVRILLE
C.C. Carrefour market
02 41 37 90 60

www.winenot.fr

Chez Franklin
RESTAURANT

Formule déjeuner
Terrasse
Réservation par téléphone

10 RUE FRANKLIN 44000 NANTES
OUVERT MIDI & SOIR DU MARDI AU SAMEDI
02 51 82 35 20
WWW.CHEZFRANKLIN.FR

VEUVE AMIOT
Saumur et Crémant de Loire

10 % de remise à la cave
sur présentation de ce visuel

MAISON
VEUVE AMIOT
Créateur de bulles

Visite découverte et dégustation gratuites

Visites thématiques sur réservation

Programme des animations sur notre site internet

Maison Veuve Amiot - Saumur
Ouvert toute l'année de 10h à 13h et de 14h à 18h,
sauf les dimanches de Janvier et février

www.veuveamiot.fr
02 41 83 14 14

Créateur de bulles depuis 1884

BRASSERIE À LA FRANÇAISE

MILORD

CUISINE DE BISTROT
FRUITS DE MER
BAR À VINS

18, place Louis Imbach 49100 ANGERS
Tél. 02 41 20 90 10
info@brasserie-milord.fr

OUVERT 7/7 - SERVICE JUSQU'À 23H00
ET MINUIT LE JEUDI, VENDREDI, SAMEDI