



Bonjour,
C'est véritablement un «reportage des chefs» exceptionnel que nous entamons cette semaine, puisque nous allons pousser les portes d'un établissement d'exception, et découvrir l'univers et la cuisine d'un «étoilé Michelin».



C'est le charismatique chef du «Sébastopol», Jean-Luc Germond, qui nous initie à la savoureuse cuisine de ce monde des grandes tables. Ici, nous pénétrons dans l'imaginaire d'un chef qui souhaite «casser les interdits», détourner les codes de la gastronomie, remettre le plaisir au coeur de l'approche culinaire (...):

Je vous souhaite un bon week-end...

Emmanuelle

Tartines de rouget et guimauve à l'ail des ours

Restaurant

"Le Sébastopol"

www.restaurant-sebastopol.fr

1 place Sébastopol

59 000 Lille

Tel : +33 (0) 3 20 57 05 05

Fax : +33 (0) 3 20 40 11 31

Pour 4 personnes

Temps de préparation : 30 min

Temps de cuisson : 10 min

Temps de repos : 2 h

Ingrédients :

8 filets de rouget
8 tranches de pain à la tomate
2 blancs d'oeuf
50 g de sucre
50 g d'ail des ours
5 feuilles de gélatine
8 pétales de tomates confites





1/ Préparez vos ingrédients.



2/ Préparez les tomates confites : pour cela, mondé les tomates puis prélevez des pétales de chair de tomate de taille assez régulière. Ensuite, dans un plat adapté, mettez les pétales de tomates à confire avec de l'huile d'olive, du basilic ciselé et du sel et du poivre. Réservez alors plusieurs heures.



3/ Préparez la guimauve à l'ail des ours. Commencez donc par blanchir et mixer l'ail des ours. Préparez alors le sirop en ajoutant le sucre à 121° au petit filet et les feuilles de gélatine préalablement trempées dans l'eau froide. Ajoutez la purée d'ail des ours et battez jusqu'à quasi refroidissement. Vous obtenez



4/ Versez un trait d'huile d'olive sur le pain à la tomate, puis placez quelques pétales de tomates confites.

alors un sirop à l'ail des ours.
Montez les blancs en neige, puis incorporez le sirop d'ail des ours.
Moulez ensuite la guimauve dans un cadre et laissez reposer au moins 2 heures.



5/ Coupez une tranche de guimauve de 5 mm d'épaisseur et posez-la délicatement sur le pain aux pétales de tomates confites.



6/ Portez le rouget, assaisonné et aromatisé de basilic, à cuire très rapidement sous la salamandre (grill). Il doit être très légèrement cuit.



7/ Posez le filet de rouget bien chaud sur la tartine.



8/ Dressez le plus vite possible les assiettes car la guimauve commence très rapidement à fondre sous la chaleur du rouget. Placez donc la tartine au centre de l'assiette, décorez d'un trait de purée d'ail des ours et d'un trait d'huile d'olive. Voilà, c'est prêt !!

Trucs et astuces du chef :

L'ail des ours (ail sauvage) est une jolie plante qui pousse en grand nombre dans les sous-bois humides. Elle est présente dans presque toute l'Europe à l'exception de la région méditerranéenne (un des

rare privilèges des nordistes). On la trouve assez facilement de mars à juillet.

Prenez bien soin, de poser la filet de rouget sur la guimauve au dernier moment, car la chaleur du poisson fait fondre rapidement la guimauve.

Le bon accord : Un Blanc du Languedoc.

Une recette réalisée par
Jean-Luc Germond
Restaurant "Le Sébastopol"
www.restaurant-sebastopol.fr

1 place Sébastopol

59 000 Lille

Tel : +33 (0) 3 20 57 05 05

Fax : +33 (0) 3 20 40 11 31

Préparée avec Cuisine AZ - contact : emmanuelle@cuisineaz.com