

Tourteau de Roscoff rafraîchi par Sylvestre Wahid



Tourteau de Roscoff rafraîchi, Avocat, cima di rapa, osciètre clair, une recette proposée par Sylvestre Wahid, restaurant Sylvestre -Hotel Thoumiuex à Paris (75) et extraire de son livre « Best Of » aux éditions Alain Ducasse.

« Pour sublimer la délicatesse et la fraîcheur de la chair du tourteau, un crustacé que j'affectionne tout particulièrement, je le prépare comme une salade contemporaine et l'associe à quelques lamelles d'avocat et de la cima di rapa. Pour accentuer le goût iodé, je l'accompagne d'un caviar osciètre gold et d'une fine gelée de bouillon de roche. » **Ingredients pour 4 personnes**

Préparation : 2h

Cuisson : 1h10

Repos : 4h30

GELÉE DE ROCHE

1kg de poissons de roche de Méditerranée

200g de tomates grappes

100g d'oignons blancs émincés

3 gousses d'ail
100g de fenouil bulbe
3 bâtons de fenouil sec
10g de fenouil en grains
10 grains de poivre noir
5g de poivre long
5 queues de persil plat
1 branche de céleri
25g de concentré de tomate
1,5l de fumet de poisson

Fumet de poisson
1kg d'arêtes de poissons
2l d'eau
2 oignons blancs
1 céleri branche
50g de champignons de Paris
1 branche de persil
1 brindille de thym frais
1 feuille de laurier
5g de poivre blanc en grains
1/4l de vin blanc
1 branche de basilic vert
1 citron jaune
Sel

La veille, mettez les arêtes de poissons dans de l'eau glacée et laissez-les dégorger pendant 1 nuit. Le jour même, mettez les arêtes dans une grande marmite d'eau et portez à ébullition. Écumez les impuretés, ajoutez toute la garniture aromatique ainsi que les aromates. Laissez cuire environ 20 min à petite ébullition. Au terme de la cuisson, filtrez à l'aide d'un chinois étamine et réservez au frais.

CLARIFICATION

50g de fenouil bulbe
8 blancs d'œufs
50g de tomate grappe
5 pistils de safran

6 feuilles de gélatine

TOURTEAU

1 tourteau d'au moins 1kg

1 branche de fenouil sec

10 grains de poivre noir

5g de citrons confits

4 feuilles de basilic vert

4 pétales de tomates confites

1 citron vert

Huile d'olive

Piment d'Espelette

PURÉE DE BROCOLI

1 brocoli

Huile d'olive

AVOCAT

2 avocats

Le jus de 1 citron vert

Huile d'olive



DRESSAGE ET FINITIONS

Quelques sommités de cima di rapa

1 pointe de poudre de curry

Quelques pousses de shiso pourpre (Plus communément appelé « perilla », le shiso est une plante appartenant à la famille des Lamiacées originaire de l'Asie du Sud-Est. Ses feuilles peuvent être consommées fraîches en salade, cuites en légumes, en condiments ou en aromates. Elles permettent également de faire de très bons sorbets. On lui attribue des propriétés antiseptiques et réparatrices.)

Quelques feuilles de capucine **Vinaigrette de bonite fumée**

10cl de vinaigre de bonite fumée

30cl d'huile d'olive

2g d'épices saté

1 zeste de 1 citron jaune

1 zeste de 1 citron vert

Fleur de sel

Poivre du moulin

Mélangez le vinaigre de bonite avec l'huile d'olive, les épices saté, les zestes de citron jaune et de citron vert râpés à la Microplane®*. Assaisonnez avec du sel et du poivre du moulin.

40g de caviar osciètre

PRÉPARATION

01.

Gelée de roche

Émincez finement le fenouil bulbe et l'oignon blanc dans la longueur. Faites-les suer à l'huile d'olive dans une cocotte en fonte, à feu doux et à couvert pendant 10 min. Lorsque l'ensemble est compoté, ajoutez le concentré de tomate, mélangez bien et laissez cuire à nouveau 3 à 4 min sans couvrir. Ajoutez les tomates grappes coupées en deux et émincées très finement. Ajoutez les petits poissons de roche, salez légèrement. Recouvrez quelques minutes sans remuer, jusqu'à ce que les yeux des poissons soient blancs, soit environ 5 à 6 min.

02.

Mouillez alors avec le fumet de poisson. Laissez cuire 20 min tout en écumant. Au terme de la cuisson, ajoutez les feuilles de basilic vert. Coupez le citron en tranches et ajoutez-les également. Laissez infuser 10 min. Passez le bouillon au chinois étamine* afin de le filtrer.

03.

Clarification

Taillez le fenouil bulbe, puis mixez-le avec les blancs d'œufs et la tomate. Portez le bouillon filtré à ébullition, puis versez-y la préparation précédente en une seule fois. Laissez cuire 30 min à feu très doux.

04.

Lorsque le bouillon est bien limpide, filtrez-le à l'aide d'un torchon et faites-y infuser les pistils de safran pendant 15 min. Mettez les feuilles de gélatine dans de l'eau froide pour les hydrater. Ajoutez-les au bouillon, puis laissez prendre 4 h au réfrigérateur.

Comptez 6 feuilles de gélatine par litre de bouillon terminé.

05.

Tourteau

Portez une grande quantité d'eau à ébullition dans un faitout. Ajoutez-y quelques grains de poivre noir et les branches de fenouil sec. Plongez le tourteau et faites-

le cuire 7 min après la reprise de l'ébullition. Au terme de la cuisson, débarrassez-le sur une plaque.

06.

Décortiquez le tourteau à chaud, en conservant les tubes situés au niveau des pattes pour la finition. Triez bien la chair afin de séparer tous les morceaux de coquille et de cartilage.

Vous pouvez également acheter 4 pinces de tourteau déjà cuites chez votre poissonnier.

07.

Hachez le citron confit ainsi que le basilic et taillez les pétales de tomates confites en brunoise. Assaisonnez 200 g de chair de tourteau avec le jus et les zestes de citron vert, le citron confit haché, la brunoise de tomates confites, le basilic ciselé finement, l'huile d'olive et le piment d'Espelette.

08.

Purée de brocoli

Coupez le brocoli en grosses sommités. Faites-les cuire dans une casserole d'eau bouillante salée pendant 4 à 5 min, puis trempez-les dans un bain d'eau glacée. Mixez à l'aide d'un mixeur plongeant en ajoutant un peu d'huile d'olive jusqu'à l'obtention d'une purée homogène et sans grumeaux. Rectifiez l'assaisonnement.

09.

Avocat

À l'aide d'un économe, épluchez les avocats et prélevez quelques fines lamelles de chair. Disposez-les sur une plaque filmée préalablement badigeonnée de jus de citron jaune en les superposant de moitié. À l'aide d'un pinceau, lustrez-les avec ce même jus mélangé à un peu d'huile d'olive pour éviter qu'elles ne s'oxydent. Réservez au frais.

10.

Dressage et finitions

À l'aide d'un emporte-pièce de 5 cm, taillez des disques de lamelles d'avocat et réservez-les. Dans ce même cercle, déposez 2 belles c. à s. de chair de tourteau assaisonnée, tassez légèrement et déposez-y le disque d'avocat. Posez un tube sur le dessus, puis déposez le montage sur l'assiette à l'aide d'une spatule coudée.

11.

Disposez quelques points de purée de brocoli de taille aléatoire – petits, moyens et grands – sur une assiette. Dans une poêle, faites sauter vivement les sommités de cima di rapa avec un trait d’huile d’olive et, en fin de cuisson, ajoutez-y une pointe de poudre de curry. Disposez-les sur l’assiette entre les points de purée.

12.

Au dernier moment, ajoutez quelques cuillerées de gelée de roche et un peu de vinaigrette de bonite, quelques pousses de shiso pourpre ainsi que 1 feuille de capucine. Ajoutez 1 quenelle de caviar sur le tourteau.

Best of Sylvestre Wahid

Ducassee Edition

14€

sortie le 13 septembre 2018

RESTAURANT Sylvestre

Hotel Thoumieux

79 Rue Saint-Dominique,

75007 Paris, France

+33 1 47 05 49 75

www.thoumieux.fr/

RELIRE

Sylvestre Wahid, 10 recettes « best Of » chez Ducasse Edition

Restaurant Sylvestre; une cuisine minérale et végétale

découvrez le restaurant Sylvestre Wahid