

Recette

Hachis parmentier à la purée de panais et pommes de terre

INGREDIENTS pour 4 à 6 personnes :

1 kg de pommes de terre épluchées et coupées en quatre
 400 g de navets épluchés et coupés en gros morceaux
 du sel de mer fin
 150 ml de lait végétal tiédi + extra pour diluer la purée si nécessaire
 60 ml d'huile d'olive
 du poivre noir fraîchement moulu
 40 g de cèpes séchés
 600 ml d'eau chaude
 750 ml de bouillon de cèpes (ou de légumes)
 270 g de lentilles vertes ou brunes, rincées
 2 feuilles de laurier, 2 c. à s. de thym haché, 2 gousses d'ail émincées, 1 oignon finement émincé
 2 carottes de taille moyenne, détaillées en petits dés
 500 g de champignons tranchés : petits ou gros champignons de Paris, pleurotes...
 3 c. à s. de concentré de tomate
 100 g de petits pois surgelés
 1 c. à s. de Maïzena

PREPARATION : 15 min, plus cuisson 1 h 30, plus 5 min de refroidissement.

Cuire les pommes de terre et les navets 20 min dans l'eau salée frémissante, jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Égoutter, remettre dans la casserole et écraser avec le lait tiède et 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Saler et poivrer.

Laisser tremper les cèpes séchés dans l'eau chaude. Réchauffer le bouillon avec les lentilles et le laurier pendant 20 min. Étirer l'excédent d'eau et les feuilles.

Chauffer le reste d'huile d'olive dans une casserole et faire revenir l'oignon, les carottes, l'ail et le thym environ 15 min, jusqu'à ce que les légumes soient tendres et caramélisés.

Préchauffer le four à 180 °C. Égoutter les cèpes en réservant l'eau de trempage, découper en tranches et les ajouter aux oignons presque cuits.

Introduire les champignons frais, le concentré de tomate, les petits pois et la Maïzena et poursuivre la cuisson 1 min. Ajouter l'eau de trempage des cèpes et les lentilles. La préparation doit baigner dans la sauce : ajouter un peu d'eau si nécessaire. Saler et poivrer généreusement.

Verser la préparation dans un plat à four de 25 x 30 cm. Couvrir de purée (diluée avec un peu de lait si trop épaisse) en étalant bien jusqu'aux bords avec le dos d'une cuillère. Enfourner pour 40 minutes, jusqu'à ce que le dessus, doré, bouillonne. Laisser reposer 5 min avant de servir.

Source : *Mon premier dîner végétalien*, de Sue Quin (Marabout).



Photo Victoria WALL HARRIS

Tour de table

Le Lorrain de Plouider

C'était la Butte de Jean-Yvonne Becam, puis de son fils Hervé. Elle est devenue, en Finistère, au bout de la France, une très belle table étoilée, moderne, design, audacieuse, mais enracinée. Aux commandes, un Lorrain bûcheur : le gendre Nicolas Conraux, natif d'Essey-lès-Nancy, élevé dans les Vosges, du côté de Provençères, élève de l'école hôtelière de Strasbourg – où il rencontra Solène, la fille d'Hervé. Il ne se destinait pas à la cuisine, s'y est mis bravement, en autodidacte passionné. Et tout ce qu'il propose est d'une rectitude absolue.

Poissons de ligne, crustacés de première force, petits légumes de grande fraîcheur, tradition et création mêlées avec science, se distillent en douceur. Il y a les idées du jour, celles de toujours, qu'explique avec passion un personnel de salle enthousiaste et rieur. La recette de la crêpe complète, revue en "kraz" complète "100 % breizh" est digne d'un lorrain breton revenu à ses racines anciennes (la mère de Nicolas est native du Morbihan) et nouvelles à la fois : la garniture d'œuf, jambon et fromage, est dans l'assiette, le sarrasin de la crêpe recouvrant le tout.

Il y a encore les ormeaux sauvages de la côte, mitonnées avec la dulce (l'algue rouge, corsée, iodée) avec vermicelles fins, jus de volaille, le lieu de ligne poêlé avec ses cocos de Paimpol, ses anchois et olives de Nyons, jouant l'alliance "Grand Sud/Grand Ouest", les idées du moment qu'amène la marée, comme ces simples crevettes bouquet passées au sel, cette saint-jacques mariée aux petits coquillages tiédés aux algues de Roscoff et cresson bio.

Ce qui se joue ici : de riches produits de la

terre, carnassiers avec délicatesse, comme le très remarquable foie gras chaud poêlé et fumé, marié aux moules de bouchot et aux petits violets, ou encore la pomme de ris de veau dorée aux carottes bios, et encore le pigeon d'Enéour, les aiguillettes en croc'madame avec sa cuisson "route des épices" et son "farz du".

On l'a saisi : la cuisine ici ressemble à un poème. Et les vins conseillés par un sommelier, passé chez Jeffroy à Carantec, qui a la passion des bons crus au cœur, font faire le tour des vignobles de verre en verre. On n'oubliera pas le rully premier cru d'Eric de Suremain qui se mariera autant avec l'ormeau cuisiné au beurre qu'avec les fromages affinés de la Ferme de Kérouzine à Vannes.

Et les desserts – car on sait que les Bretons comme les gens de l'Est ont le bec sucré –, sont particulièrement soignés : blanc manger à la gelée de kalamansi, agrumes et crème glacée au gros lait, "entre pomme et sarrasin" au craquant de blé noir, ou encore craquant de chocolat et praliné au beignet coulant et sorbet. Bref, une fête complète des plaisirs du palais et de l'œil : voilà ce qui vous attend dans ce logis de France d'exception remis au goût du jour avec son spa pour la détente. Un lieu de gourmandise, qui fait de Plouider un bourg-étape du bien-vivre.

Gilles PUDLOWSKI

Très bonne table :

La Butte, 12, rue de la Mer, 29260 Plouider. Tél. 02 98 25 40 54.
Menus : 25 € (déjeuner), 48 €, 62 €, 92 €.
Carte : 80-100 €.

Les coups de cœur du sommelier

Le terroir est surtout connu pour ses vins rouges. Mais l'AOC Hautes-Côtes-de-Nuits consacre un cinquième de sa production aux blancs. Née en 1961,

l'appellation nichée entre 300 et 400 mètres d'altitude s'étend sur 16 communes des Hautes Côtes en Côte-d'Or et 4 communes de la Côte de Nuits. Son sol argilo-calcaire confère à ses vins leur grande minéralité.

La cuvée 2011 du Domaine Henri Naudin-Ferrand (15 €, tél. 03 80 62 91 50) propose un 100 % chardonnay de garde.

Bu trop jeune, il peut paraître austère, ne trouvant son harmonie que trois à quatre ans après la récolte, prévient le viticulteur. Il le conseille sur des poissons racés : terrine d'écrevisses, demi-homard grillé, filets de rouget au jus de pied de porc.

Les amateurs de vins bio trouveront leur bonheur avec le Domaine Patrick Hudelot et sa cuvée Les Plançons 2011, 100 % chardonnay. Ce vin plein de fraîcheur, rond et bien équilibré, à la matière dense bien balancée pas l'acidité, s'accordera avec des poissons et fruits de mers.



Au rayon des curiosités, le Domaine Fribourg propose une cuvée Les Dames Huguette 2012 faite avec du pinot blanc (8,70 €, tél. 03 80 62 91 74). Ce cépage très aromatique donne des notes florales et fruitées prononcées à ce vin dénué d'acidité qu'on conseillera plutôt à l'apéritif.