



Migrations

Connu pour son style très affirmé, Éric Guérin, chef étoilé de *La Mare aux Oiseaux* et du *Jardin des Plumes*, rassemble dans un nouvel ouvrage ses carnets de route, riches de rencontres, photos et anecdotes. Ces voyages le ramènent sans cesse sur sa terre de Brière, où toutes ces influences prennent vie au travers de ses recettes. Amour, joie, désir, angoisse, amertume, enchantement ou volupté sont autant d'émotions et de chapitres qui structurent cet ouvrage singulier et poétique.



TEXTE Éric GUÉRIN

LES BONNES CHOSES

PHOTOGRAPHIES Matthieu CELLARD



SUPRÊME DE FAISAN

CÉLERI EN CROÛTE DE SEL, CACAHUÈTE, ÉMULSION COCO-GINGEMBRE ET CÉLERI BRANCHE

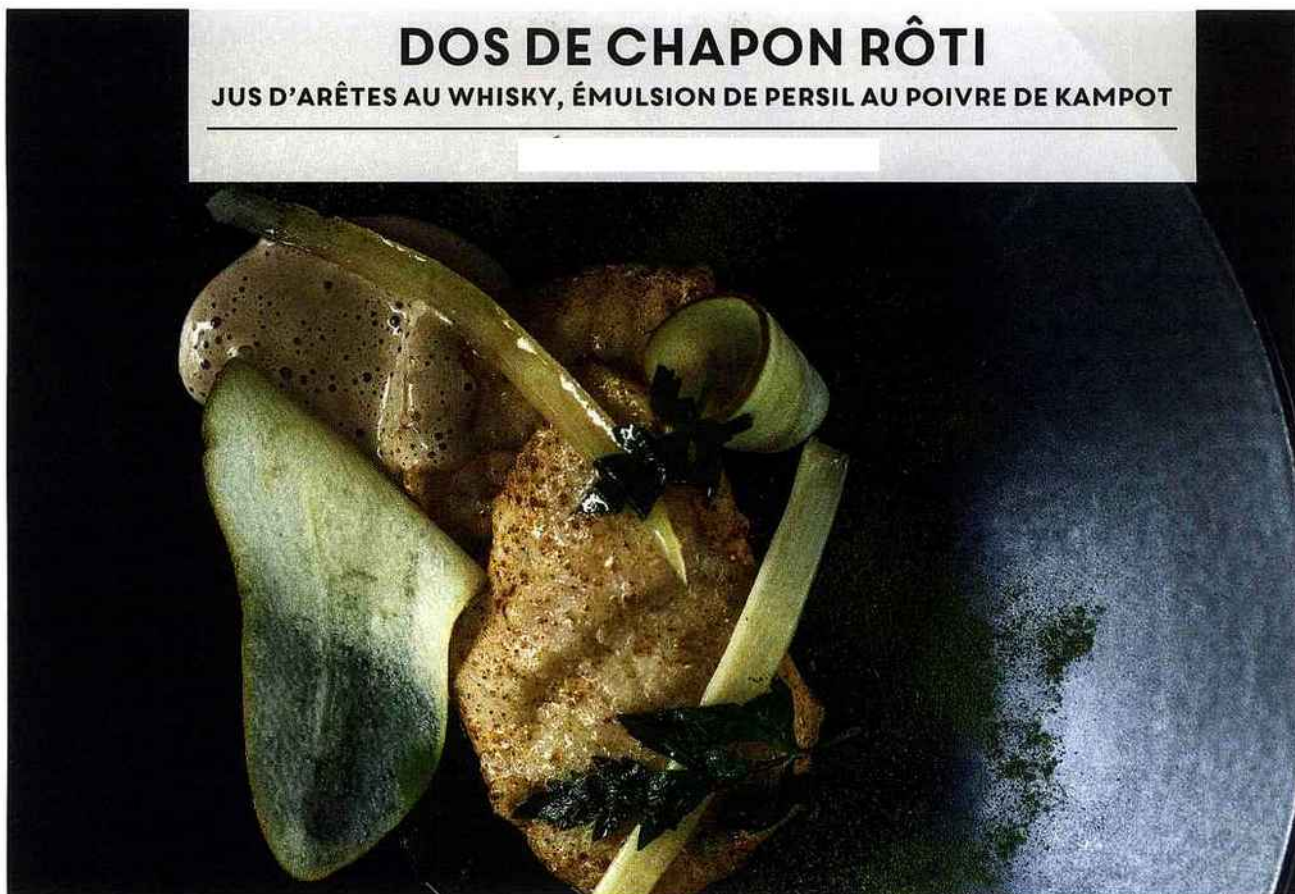
Pour		Préparation	Cuisson	
• 4 personnes		• 40 min	• 2 h 10	
• 4 poitrines de faisan • 200 g de champignons sauvages • 2 échalotes • 1 branche de céleri Pour le céleri en croûte de sel • 200 g de farine • 200 g de gros sel	gris de Guérande • 150 g de blanc d'œuf • 1 céleri-boule Pour le crumble à la cacahuète • 125 g de farine • 125 g de beurre demi-sel • 150 g de cacahuètes grillées et concassées	• 90 g de sucre • 4 g de sel • 1 c. à s. de moutarde Pour la vinaigrette à la cacahuète • 100 g de cacahuètes grillées concassées • 15 cl d'huile de cacahuète grillée	• Le jus et le zeste d'un demi-citron vert • ½ piment oiseau séché • ½ c. à s. de sauce d'huître Pour l'émulsion • 50 g de beurre • 1 poignée de poivre blanc de Sarawak	• 1 piment oiseau séché • 1 beau morceau de gingembre frais émincé • 10 cl de vin blanc sec • 1 c. à s. de sauce d'huître • 30 cl de bouillon de volaille • 50 cl de lait de coco Divers • 1 bouquet de céleri-branché émincé • beurre • huile de cacahuète grillée • échalote ciselée • un peu de céleri-branché frais • fleur de sel de Guérande • poivre du moulin

1 Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). 2 Mélangez la farine et le gros sel, ajoutez le blanc d'œuf pour obtenir une pâte. Enrobez complètement le céleri boule de la pâte de sel obtenue et faites-le cuire au four environ 1 h. Pour vérifier la cuisson, piquez-le comme une pomme de terre avec la pointe d'un couteau. Il doit être tendre à cœur. 3 Baissez la température du four à 140 °C (sans ventilation) et préparez le crumble : mélangez la farine et le beurre du bout des doigts jusqu'à obtention d'un mélange sableux. Ajoutez le reste des ingrédients, étalez le tout sur une plaque et faites cuire 35 min au four. 4 Mélangez tous les ingrédients de la vinaigrette à la cacahuète.	5 Pour l'émulsion, faites fondre le beurre dans une casserole. Ajoutez-y le poivre, le piment et le gingembre émincé. Déglacez avec le vin blanc, puis ajoutez la sauce d'huître, le bouillon et enfin le lait de coco ; portez à frémissement. Incorporez le céleri-branché, laissez cuire 20 min à frémissement, puis mixez au Thermomix et passez au chinois. Rectifiez l'assaisonnement et réservez. 6 Faites cuire le faisan : posez un récipient contenant 3 à 4 cm d'huile d'olive chauffée à 70 °C sur un bain-marie. Salez et poivrez les filets de faisan, plongez-les en apnée dans l'huile chaude et maintenez la température à 65 °C pendant 7 min. Laissez-les ensuite reposer sur un linge ou une plaque perforée pendant 10 minutes.	DRESSAGE 1 Faites saisir le faisan rapidement sur feu doux, côté peau, afin de le réchauffer. 2 Cassez la coque du céleri-boule, taillez-le en quartiers. Faites revenir les champignons sauvages avec un peu de beurre et d'échalote ciselée. 3 Pour l'émulsion, réchauffez le bouillon de coco, ajoutez une noix de beurre et montez-le avec un mixeur plongeant. 4 Servez le faisan encore rosé avec le crumble de cacahuète, le céleri-boule, les champignons, un peu de vinaigrette et de céleri-branché frais émincé finement. Accompagnez avec le bouillon de coco bien chaud.
--	--	---



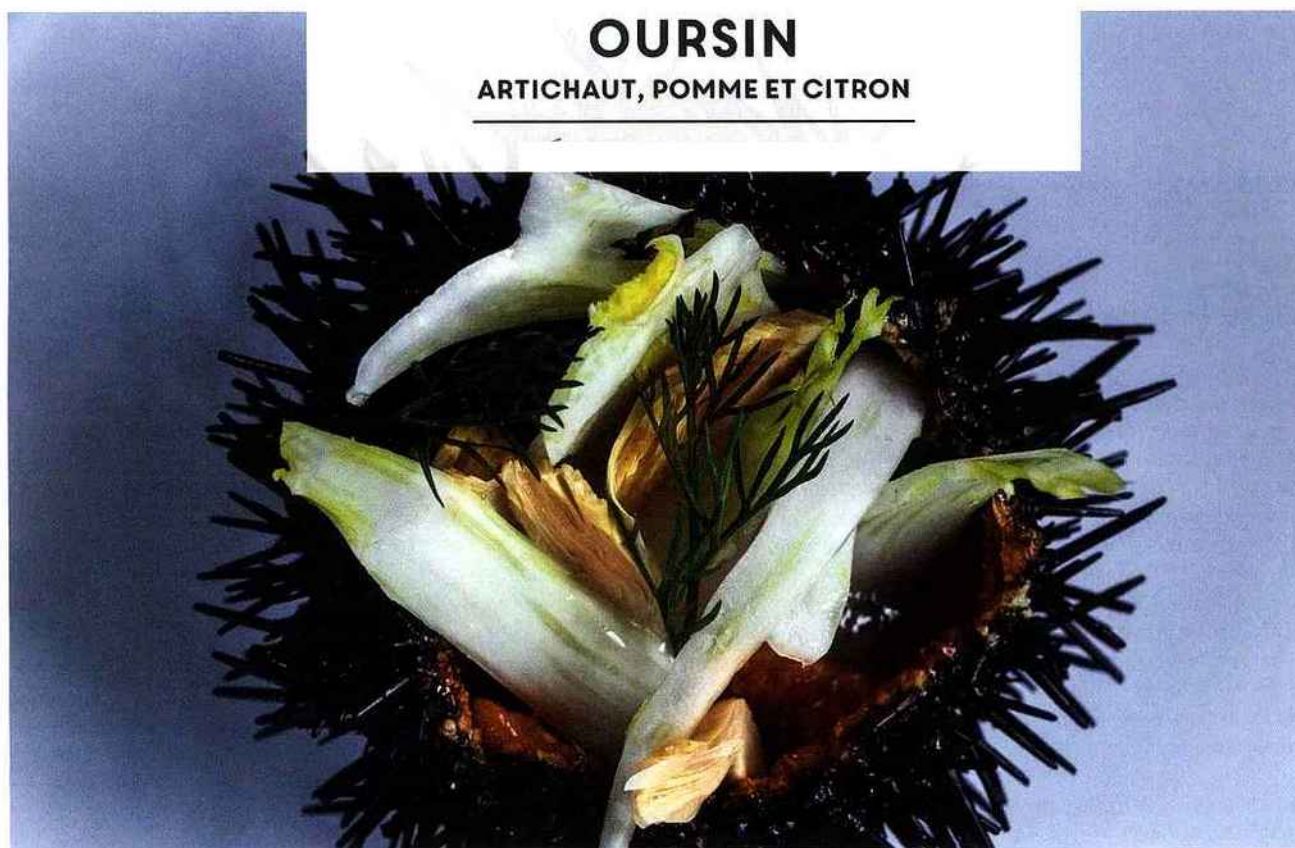
DOS DE CHAPON RÔTI

JUS D'ARÊTES AU WHISKY, ÉMULSION DE PERSIL AU POIVRE DE KAMPOT



OURSIN

ARTICHAUT, POMME ET CITRON





COQUILLES SAINT-JACQUES EN TRANSPARENCE

SAVEURS DE SOUS-BOIS

Pour • 4 personnes Préparation • 30 min Marinade • 1 nuit Cuisson • 1 h 15	• 12 crevettes bouquets vivantes • 12 noix de coquille Saint-Jacques Pour les champignons marinés • 200 g de champignons	des bois (girolles, chanterelles, trompettes de la mort...) • 3 baies de genièvre • 5 baies de poivre Timut • 3 cl de vinaigre de riz	• 3 cl de bouillon de volaille • 1 feuille de laurier Pour la garniture • 1 botte de champignons shimeji blancs • 1 botte de champignons shimeji blonds	• ¼ de chou-fleur • 6 grains de raisin blanc • 6 grains de raisin noir • 4 tranches de lomo ibérique • 1 citron caviar • 20 g de noisettes grillées concassées	Divers • fleur de sel de Guérande • huile d'olive • huile aromatisée au cépe • poivre du moulin • quelques pousses d'herbes sauvages
--	---	---	--	--	---

1 Nettoyez les champignons des bois et mettez-les dans une boîte à fermeture hermétique. Dans une casserole, faites chauffer à sec les baies de genièvre et le poivre Timut sur feu doux pendant 20 s, puis ajoutez le vinaigre, le bouillon et le laurier. Salez et portez à ébullition. Versez ce mélange sur les champignons, fermez hermétiquement la boîte et réservez au frais au moins une nuit.

2 Taillez les shimeji en petits champignons

décoratifs, le chou-fleur en petites sommités, les grains de raisin en rondelles fines et transparentes et le lomo en petits triangles. Réservez au frais.

3 Juste avant de servir, faites rapidement sauter les bouquets à la poêle avec un peu d'huile d'olive.

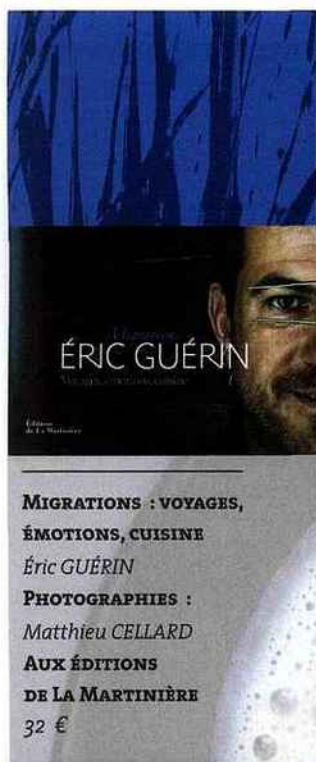
LE DRESSAGE

1 Taillez les noix de Saint-Jacques en fines lamelles et déposez-les délicatement sur le

fond de chaque assiette en mode carpaccio.

2 Disposez les champignons marinés et tous les ingrédients de la garniture comme un petit jardin afin de donner vie au plat et d'évoquer une jolie balade en forêt.

3 Au dernier moment, assaisonnez délicatement de fleur de sel de Guérande, puis arrosez d'huile d'olive et d'huile au cépe. Disposez trois bouquets sautés sur le bord du carpaccio.



VEAU DE LAIT DE NATHALIE, RIZ
NOIR FAÇON BLANQUETTE AU CHOU-
FLEUR, CRÈME DE SÉSAME NOIR



RETROUVEZ LA RECETTE P. 118



CONSOMMÉ DE COCHON FERMIER AUX ÉCREVISSES

Pour

- 4 personnes en entrée

Préparation

- 30 min

Cuisson

- 2h20 min

- 3 jarrets de cochon fermier
- 2 c. à s. de sauce d'huître
- 2 oignons émincés
- 2 pommes de terre lavées et épluchées
- 200 g d'anguille fumée

- 2 cervelles de cochon
- 1 botte de cresson de fontaine (ou de cresson alénois, comme sur la photo)
- 12 écrevisses châtrees

Pour clarifier le bouillon

- 2 blancs d'œufs
- 1 vert de poireau
- 1 carotte

Divers

- huile d'olive
- fleur de sel de

- Guérande
- poivre du moulin
 - algues bretonnes fraîches
 - graines de sarrasin soufflé

1 Déposez les jarrets dans une casserole avec la sauce d'huître et les oignons. Couvrez de 3 cm d'eau, portez à frémissement, couvrez et laissez cuire sur feu doux.

2 Taillez les pommes de terre en petits cubes et faites-les cuire 7-8 min avec un peu de bouillon des jarrets en les gardant al dente. (À La Mare aux Oiseaux, nous les faisons légèrement fumer à la tourbe, mais cette opération est facultative.)

3 Pelez l'anguille fumée, taillez-la en tranches de 5 mm d'épaisseur. Nettoyez les cervelles, coupez-les en deux. Réservez le tout au frais.

4 Épluchez, lavez et triez le cresson. Réservez au frais d'une part les petites sommités pour la finition et d'autre part le reste de la botte.

5 Quand les jarrets sont cuits, au bout de 2 h environ, désossez-les et réservez la viande dans un peu de bouillon. Dégraissez le reste de bouillon.

6 Faites cuire les écrevisses à peine 2 min dans le bouillon des jarrets, plongez-les dans l'eau glacée, égouttez-les puis décortiquez-les.

7 Réservez la chair au frais et conservez toutes les carapaces dans un récipient, têtes comprises.

8 Dans la cuve d'un robot, réunissez les blancs d'œufs, le vert de poireau, la carotte et les carapaces d'écrevisse ; poivrez et mixez quelques secondes. Versez le mélange obtenu directement dans la casserole contenant le bouillon des jarrets, portez à frémissement et laissez mijoter sur feu doux. Le blanc d'œuf va remonter à la surface pour former ce que l'on appelle le « gâteau » et clarifier

le bouillon. Faites un petit trou de quelques centimètres au cœur du gâteau afin que le liquide frémissse et se clarifie au centre de la casserole. Au bout de 20 minutes, le bouillon doit être devenu très clair. Transvasez-le délicatement dans un autre récipient à l'aide d'une petite louche à travers un tamis ou un linge, tout en prenant soin de ne pas abîmer le gâteau, ce qui troublerait la préparation. Rectifiez l'assaisonnement et réservez.

LE DRESSAGE

1 Farinez légèrement les cervelles et faites-les revenir délicatement dans une poêle avec un peu d'huile d'olive afin de les rendre croustillantes, puis disposez-les dans quatre assiettes creuses. Ajoutez les pommes de terre tiédies, l'anguille fumée, les écrevisses et enfin le jarret chaud. Assaisonnez de poivre du moulin et de fleur de sel. Ajoutez ensuite le cresson frais, un peu d'algues fraîches et le sarrasin soufflé. Servez avec le consommé très chaud.



CAHIER DE RECETTES

LES BONNES CHOSES P. 80

OURSIN, ARTICHAUT, POMME ET CITRON

PAR ÉRIC GUÉRIN
(LA MARE AUX OISEAUX,
SAINT-JOACHIM)

- Pour : 4 personnes
- Préparation : 35 min
- Cuisson : 30 min

- 3 artichauts
- le jus de 1 citron
- 3 échalotes
- 15 cl de vin blanc sec
- 50 cl de bouillon de volaille
- 4 gros oursins
- 4 petits artichauts confits à l'huile d'olive
- 1 cœur de fenouil
- 1 pomme de Missillac
- quelques pousses de fenouil ou d'aneth

POUR LA GELÉE DE CITRON

- 4 feuilles de gélatine
- ½ c. à c. de poivre Timut
- 50 cl de jus de pomme bio
- 1 citron jaune bio du mas Bachès (citron mexicain, citron bergamote ou citron meyer)
- 10 cl de vinaigre de citron (Huileries beaujolaises)

DIVERS

- huile d'olive
- fleur de sel de Guérande
- poivre du moulin
- sel fumé

1 Tournez les artichauts avec un couteau d'office afin de récupérer les fonds. Plongez ceux-ci dans l'eau citronnée.

2 Taillez les échalotes en pétales dans le sens de la longueur pour respecter la fibre, puis faites-les fondre légèrement sur feu doux avec un filet d'huile d'olive. Ajoutez les fonds d'artichaut, le vin, et mouillez à hauteur avec le bouillon. Salez, poivrez, portez à ébullition et laissez cuire sur feu doux pendant environ 30 min : les artichauts doivent être bien cuits – sondez-les avec la pointe d'un couteau.

3 Égouttez-les et mixez-les au Thermomix pour obtenir une jolie purée fine et bien lisse. Rectifiez

l'assaisonnement, ajoutez un filet d'huile d'olive, mixez encore un peu et conservez au frais.

LA GELÉE DE CITRON

1 Faites tremper la gélatine dans de l'eau froide pendant 10 min. Déposez le poivre Timut dans la cuve du Thermomix, mixez, ajoutez le jus de pomme, le citron (entier avec sa peau, mais épépiné) et le vinaigre de citron. Montez la température à 65 °C puis arrêtez la cuisson. Ajoutez la gélatine égouttée, mixez, rectifiez l'assaisonnement et conservez au frais, recouvert de film étirable.

LE DRESSAGE

1 Ouvrez les oursins à l'aide d'une paire de ciseaux. Veillez à ne pas décoller les langues à l'intérieur. Rincez, égouttez, puis garnissez les coques de purée d'artichaut à mi-hauteur. Couvrez d'une couche de 5 mm de gelée de citron. Déposez au centre un petit artichaut confit taillé en deux, puis émincez finement le fenouil à l'aide d'une mandoline et ajoutez quelques fines pousses de fenouil assaisonnées d'huile d'olive, de sel fumé et de poivre. Terminez par quelques fines tranches de pomme crue, quelques pousses de fenouil et un filet d'huile d'olive. Servez bien frais.

VEAU DE LAIT DE NATHALIE, RIZ NOIR FAÇON BLANQUETTE AU CHOU-FLEUR, CRÈME DE SÉSAME NOIR

PAR ÉRIC GUÉRIN
(LA MARE AUX OISEAUX,
SAINT-JOACHIM)

- Pour : 4 personnes
- Préparation : 45 min
- Cuisson : 1 h 20

POUR LE VEAU

- 800 g de noix de veau de lait
- ½ chou-fleur
- 80 g de riz noir venere
- 1 oignon ciselé
- 50 cl de bouillon de volaille chaud
- 8 oignons grelots
- 1 poireau

POUR LE JUS DE BLANQUETTE AU CHOU-FLEUR

- 3 beaux bouquets de chou-fleur (pris sur le chou-fleur ci-dessus)
- 150 g de parures de veau
- 8 grains de poivre blanc de Sarawak
- 2 échalotes
- 20 cl de vin blanc sec
- 30 cl de bouillon de veau ou de volaille
- 30 cl de lait de riz
- le vert du poireau (voir ci-dessus)
- 1 c. à s. de sauce d'huître

POUR LA CRÈME DE SÉSAME NOIR

- 60 g de graines de sésame noir
- 15 cl d'huile de sésame grillé
- 1 c. à s. de sauce d'huître
- 10 g d'encre de seiche

DIVERS

- beurre demi-sel
- huile d'olive
- fleur de sel de Guérande
- poivre du moulin
- quelques pousses d'oxalis

LE VEAU ET SA BLANQUETTE

1 Parez le veau, taillez-le en morceaux d'environ 3 x 8 cm et réservez les parures.

2 Pour réaliser le jus de blanquette au chou-fleur, faites fondre 30 g de beurre dans une casserole. Ajoutez les bouquets de chou-fleur, les parures de veau, le poivre et les échalotes taillées en pétales dans le sens de la longueur. Faites revenir quelques instants, ajoutez le vin blanc, le bouillon, le lait de riz et le vert de poireau. Portez à frémissement, couvrez et faites cuire environ 20 min sur feu doux, jusqu'à ce que le chou-fleur soit tendre. Récupérez le chou-fleur, passez la garniture au chinois et mixez-la avec le chou-fleur. Ajoutez la sauce d'huître, rectifiez l'assaisonnement, montez au beurre (environ 30 g) et passez au chinois ou non selon votre goût. Réservez au chaud.

3 Faites fondre une belle noix de beurre dans une casserole, ajoutez le riz et faites-le rissoler légèrement. Ajoutez l'oignon ciselé, mouillez



avec le bouillon de volaille et laissez cuire sans couvrir jusqu'à ce que le riz soit tendre tout en conservant une légère mâche. Égouttez et réservez au chaud.

4 Préparez une purée en faisant cuire le reste du chou-fleur (tout en prenant soin de conserver quelques sommités crues), puis en le mixant avec un peu de beurre. Glacez les petits oignons de manière classique, en les faisant cuire avec un peu de bouillon et une pincée de sucre jusqu'à ce qu'ils soient tendres et juste dorés.

5 Mixez le sésame noir, l'huile de sésame, la sauce d'huître et l'encre de seiche dans un Thermomix ou un blender jusqu'à obtention d'une crème. Passez au chinois et réservez.

6 Faites dorer le veau à l'huile d'olive dans une poêle sur feu doux en le faisant colorer de manière uniforme, puis faites-le reposer 10 min hors du feu. Dégraissez légèrement la poêle, jetez-y les sommités de chou-fleur et ensuite le riz cuit, en ajoutant une noix de beurre et un trait d'huile d'olive pour les rendre croustillants.

7 Taillez le blanc du poireau en tranches biseautées et faites-les rissoler au beurre moussieux sur feu doux en les conservant *al dente* (3-4 min).

LE DRESSAGE

1 Déposez une cuillerée de purée de chou-fleur dans chaque assiette creuse, puis entourez du riz. Décorez avec les oignons grelots et le poireau. Taillez en deux les morceaux de veau bien chauds, disposez-les dans les assiettes et arrosez le tout du jus très chaud. Servez avec un peu de fleur de sel de Guérande et les pousses d'oxalis. Arrosez chaque morceau de viande de crème de sésame noir.

DOS DE CHAPON RÔTI JUS D'ARÊTES AU WHISKY, ÉMULSION DE PERSIL AU POIVRE DE KAMPOT

PAR ÉRIC GUÉRIN
(LA MARE AUX OISEAUX,
SAINT-JOACHIM)

- Pour : 4 personnes
- Préparation : 35 min
- Marinade : 1 nuit
- Cuisson : 1 h 20

- 4 pavés de chapon (rascasse rouge) de 100 g chacun
- 2 salsifis
- 2 poires
- 20 g de jus de yuzu

POUR L'ÉMULSION DE PERSIL

- 5 g de poivre noir de Kampot en grains
- 1 botte de persil plat
- 1 botte de persil frisé
- 50 g de Badoit

POUR LE JUS D'ARÊTES

- Quelques carcasses et parures de chapon
- 1/2 piment oiseau
- 2 g de poivre noir en grains
- 3 échalotes épluchées
- 2 gousses d'ail entières
- 50 g de vin blanc
- 1 c. à s. de sauce d'huître
- 15 cl de whisky
- 1 litre de fond de veau

DIVERS

- bouillon de volaille
- huile d'olive
- beurre demi-sel
- échalote ciselée
- persil frais ciselé
- fleur de sel de Guérande
- poivre du moulin

1 Épluchez, lavez les salsifis et taillez-les en bâtonnets. Faites-les cuire dans un peu de bouillon de volaille en les gardant croquants (15 à 20 min), puis réservez-les au frais dans leur jus.

2 Pour l'émulsion de persil, mixez le poivre dans un Thermomix (ou pilez-le grossièrement dans un mortier ou un moulin à café) pour bien en extraire les saveurs, puis ajoutez les feuilles des deux bottes de persil et la Badoit. À défaut de Thermomix, réunissez dans le bol d'un blender le poivre concassé et les autres ingrédients. Mixez pendant 1 min, passez au chinois, rectifiez l'assaisonnement et réservez au frais.

3 Taillez les poires sans les peler en fines tranches longitudinales de 4 mm d'épaisseur. Salez-les,

poivrez-les, introduisez-les à plat dans un sac pour cuisson sous vide, ajoutez le jus de yuzu et pratiquez un sous-vide léger pour la soudure. Laissez mariner une nuit.

4 Pour le jus d'arêtes, saisissez les carcasses et les parures de chapon sur feu vif dans une grande sauteuse à l'huile d'olive fumante. Ajoutez le piment et le poivre, et laissez colorer en évitant de brûler les bords du récipient. Taillez les échalotes en 6 dans le sens de la longueur, ajoutez-les ainsi que les gousses d'ail entières, et laissez revenir quelques secondes. Déglacez avec le vin blanc, ajoutez la sauce d'huître, le whisky et le fond de veau. Portez à ébullition, baissez le feu et laissez cuire 45 min à frémissement. Laissez refroidir avant de passer au chinois. Rectifiez l'assaisonnement ; montez le jus avec 30 g de beurre et réservez au frais.

5 Déposez les pavés de chapon dans un bain d'huile d'olive. Portez la température à 65 °C et laissez cuire 15 min. Terminez en faisant colorer les pavés à la poêle avec un peu de beurre. Vérifiez la cuisson avec la pointe d'un couteau.

6 Faites sauter les salsifis au beurre, ajoutez un peu d'échalote et de persil frais ciselés. Faites réchauffer les poires sous le gril du four.

LE DRESSAGE

1 Déposez une grosse cuillerée d'émulsion de persil au poivre sur une assiette chaude, glissez-y délicatement le poisson, puis habillez-le de poire et de salsifis. Ajoutez le jus d'arêtes au whisky bien chaud.