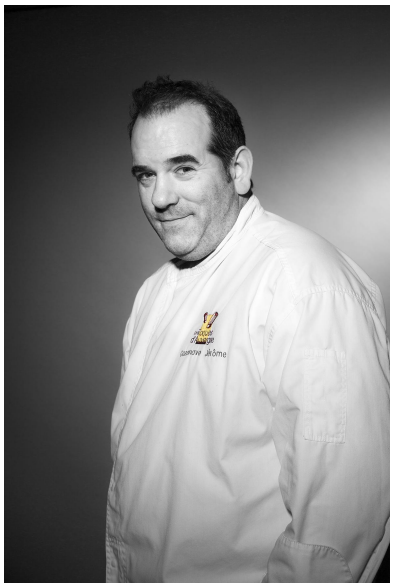
Forest Time | contact@foret-investissement.com | +33 4 73 69 74 57

Ombre commun d’Auvergne, jeunes courgettes et basilic

Une nouvelle Toque d'Auvergne en ce numéro de Mai. Après le pigeon et son foie gras, place au poisson de nos rivières : l'ombre commun savamment concocté par Jérôme Cazanave, restaurant le Jarrousset à Murat.



Crédit photo recette : Luc Olivier

Sensible à la finesse de ce poisson d'eau douce, Jérôme Cazanave, agrémente ce trophée des pêcheurs en lui laissant exprimer toute sa particularité.

Crédit photo portrait : Natacha Sibellas

OMBRE COMMUN D’AUVERGNE, JEUNES COURGETTES ET BASILIC

PANIERS POUR 8 PERSONNES

8 ombres

205g de sel fin

250 g de gros sel

250 g de sucre

2 petites courgettes jaunes

2 petites courgettes vertes

2 petites courgettes ronde (dite de Nice)

Huile d'olive 0.05l

2 ou 3 sorte de basilic

Quelques pousses et herbes sauvages

PROGRESSION :

Ecailler lever les filets d'ombres

Mélanger le sel fin le gros sel et le sucre, recouvrir complètement les filets et laisser au froid 2h, rincer abondement et laisser tremper 15 minutes dans de l'eau froide, réserver au frais.

Tailler et cuire à l'anglaise les courgettes

Réaliser une purée de courgette

Dresser

> ***Bon appétit!***

INTERVIEW DU CHEF

> ***Je suis un petit enfant de paysan, je me considère comme le trait d'union entre le producteur et le client***

QUEL EST VOTRE RAPPORT À LA FORÊT ?

Une évidence, j’ espère finir mes jours dans une petite maison au milieu des bois.

ETES-VOUS CHASSEUR ?

Non par manque de temps!

EN QUOI LE GIBIER EST-IL INTÉRESSANT À CUISINER ?

Son goût est marqué et la texture est intéressante à travailler dans le gibier. La saison est courte, il faut savoir saisir le moment où il sera opportun de le préparer. Le circuit court que nous permettent d'établir les chasseurs du village est intéressant.

EN AUVERGNE, QUEL EST LE GIBIER QUE VOUS AIMEZ PARTICULIÈREMENT TRAVAILLER?

Ici, je travaille le daguet. La viande est tendre et n'est pas marquée en gout. Le lièvre à la royale également. Mais mon gibier préfèré est bien la bécasse bien que nous ne puissions la préparer pour des questions de législation.

EST-CE QUE LE GIBIER EST UN PLAT PLUS « MASCULIN » OU ARRIVEZ-VOUS À LE COMBINER AVEC DES TOUCHES PLUS FÉMININES ?

Non je ne pense pas que le gibier soit un plat masculin. On le travaille plus dans la légèreté. Les plats sont épurés, lisibles avec des goût francs. Nous ne sommes plus dans la marinade et le faisandage. Le gibier peut s'adresser à la gente féminine sans aucun problème.

ETES VOUS PÊCHEUR ?

Non mais j'aime cuisiner le poisson. Ce qui m'intéresse est le poisson de rivières.

POURQUOI?

Consommer le poisson de nos rivières, c'est favoriser les circuits courts. On parle d'un pays d’un territoire, d'enracinement.

POURQUOI L'OMBRE COMMUN?

Je l'apprécie particulièrement. C'est un poisson de rivière de la famille des salmonidées. Un poisson qui se consomme rarement en restauration car il n'y a pas assez d'approvisionnement. Il est très rare. Et puis c'est mon poisson "chouchou" car on travaille "local". Il est le seul en Auvergne! Sa chair est dense et j'aime l'agrémenter de légumes de saison. Au printemps, ce sont les légumes primeur comme les asperges et vers l'été va choisir la courgette.

LE PETIT « PLUS » DE VOTRE RECETTE?

On travaille en gravelax comme un poisson mariné. Le poisson avant d'être fumé, est salé. L'avantage de travailler ainsi, c'est qu'il n'y a pas de cuisson, on n'agressse pas chair. C'est le sel qui le cuit. On l'abime le moins possible.