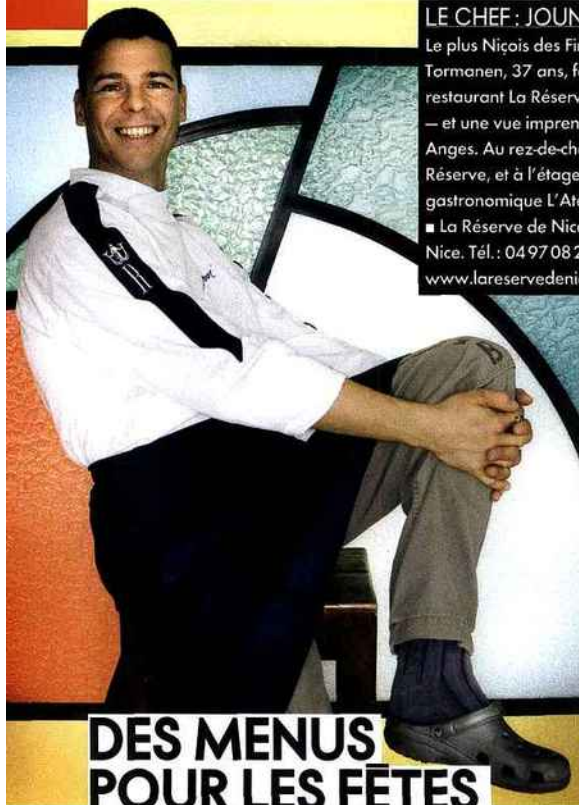


## ELLE CÔTE D'AZUR CUISINE



### LE CHEF : JOUNI TORMANEN

Le plus Niçois des Finlandais, Jouni Tormanen, 37 ans, fait les beaux jours du restaurant La Réserve — une étoile Michelin — et une vue imprenable sur la baie des Anges. Au rez-de-chaussée, le Bistrot de la Réserve, et à l'étage, le restaurant gastronomique L'Atelier du goût.

■ La Réserve de Nice. 60, bd Franck-Pilat, Nice. Tél. : 0497 08 29 98.

www.lareservedenice.com

- Eplucher les patates, les couper en petits dés de 4 mm. Les faire revenir dans une casserole avec un peu d'huile, gingembre, curcuma, cardamome, coriandre et une pincée de gros sel 5 minutes à petit feu. Remuer de temps en temps.
- Rincer les lentilles et les ajouter dans la casserole. Couvrir à hauteur avec de l'eau.
- Ajouter le lait de coco et continuer la cuisson pendant 10 minutes environ.
- Parsemer sur la soupe au dernier moment, coriandre et menthe fraîches concassées.

### LE PLAT

LINGUINE AUX BROCOLIS, COLIN ET CONDIMENTS PIGNON ET RAISIN

PRIX : 20 €

2 brocolis, 100 g de raisins secs golden, 800 g de pâtes (linguine, spaghettis ou torsades), 300 g de poisson blanc (sole, cabillaud, colin d'Alaska en filets, sans arêtes), 100 g de pignons torréfiés, 1/2 botte de persil, 2 gousses d'ail, piments (selon l'envie), huile d'olive extra-vierge.

- Défaïter les brocolis en petites sommités (en boutons).
- Couper les raisins en deux.
- Faire cuire les pâtes dans l'eau salée (en grosse quantité).
- Quand il reste 5 mn de cuisson pour les pâtes, ajouter le poisson, et 1 minute après, les brocolis.
- Vérifier la cuisson et égoutter les pâtes en laissant un peu d'eau de cuisson au fond.
- Ajouter l'ail, le persil, les pignons, les raisins, le piment et l'huile d'olive.
- Bien mélanger et servir avec un peu de parmesan râpé (facultatif).



### LE DESSERT

GÂTEAU ROULÉ AUX MARRONS GLACÉS, POIRE CONFITE AU VIN CUIT

PRIX : 25 €

4 poires sucrées mûres, 1/2 l de vin rouge, cannelle, noix de muscade, clous de girofle, zeste d'orange.

**Pour le gâteau :** 4 œufs, 300 g de sucre, 200 g de farine, 1 cuill. à café de levure chimique, 300 g de mascarpone, 450 g de crème liquide, 1 gousse de vanille, 1 boîte de brisures de marrons glacés.

- Préparer le gâteau : battre les œufs et 200 g de sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Rajouter la farine et la levure tamisée. Étaler sur une plaque de cuisson et enfourner pendant 10 mn à 180 °C.
- Monter en chantilly dans un batteur le mascarpone, la crème liquide, 100 g de sucre et la vanille.
- Ajouter les brisures de marrons et parfumer au rhum (facultatif).
- En sortant la pâte du four, renverser la génoise sur une feuille sulfurisée et saupoudrée de sucre pour éviter qu'elle ne colle au papier. Laisser la chaleur sortir puis étaler la crème de marrons sur la pâte et enrouler la génoise sur elle-même.
- Conserver au réfrigérateur enroulée dans le papier.
- Eplucher et couper les poires en six. Faire cuire le vin et les épices jusqu'à ébullition. Plonger les poires dans le vin à feu doux environ 30 mn. Les servir tièdes par 3 avec des tranches de gâteau roulé.

SUITE PAGE X

## DES MENUS POUR LES FÊTES SUIVEZ LE CHEF !

Nous avons demandé à 3 as des fourneaux de relever un défi : préparer un repas raffiné à prix serré pour 8 convives. Mission accomplie !

### SES ADRESSES

■ Pour les fruits, légumes et épices  
Chez Biocoop.

59, bd du Général-Louis-Delfino, Nice.  
Tél. : 0493 56 69 42.

■ Pour le chocolat et les marrons  
Chez Cappa.

7, place Garibaldi, Nice.  
Tél. : 0493 62 30 83.

■ Et les produits scandinaves  
Chez Fjord. 21, rue François-Guisol, Nice.  
Tél. : 0493 26 20 20.

### L'ENTRÉE

SOUPE D'ÉPICES, PATATES DOUCES ET LENTILLES CORAIL

PRIX : 15 €

2 patates douces, 2 cuill. à café de gingembre moulu, 2 cuill. à café de curcuma moulu, 5 gousses de cardamome, 1 cuill. à café de coriandre moulu, 300 g de lentilles corail, 1 boîte de lait de coco, 1/2 botte de coriandre fraîche, 10 feuilles de menthe fraîche.



### ELLE CÔTE D'AZUR Cuisine Suivez le chef!

#### LE CHEF : MAURO COLAGRECO

A peine 32 ans, déjà une première étoile en 2007, et maintenant le titre de chef de l'année remis par Gault-Millau pour son édition 2009, qui lui décerne 3 toques et un 17/20 : Mauro Colagrecò brûle les étapes. En attendant d'aller découvrir sa cuisine au Mirazur, son restaurant de Menton, fermé jusqu'au 20 février, voici les trois recettes plutôt sophistiquées que cet Italo-Argentin amoureux de la France vous a mitonnées.

■ Le **Mirazur** 30, avenue Aristide-Briand, Menton. Tél. : 04 92 41 86 86.

#### L'ENTRÉE

**HÛÎTRES DE CANCALE, GRANITÉ DE CONCOMBRES À L'EAU DE MER**

PRIX : 20 €

40 huîtres de Cancale, 4 concombres, 400 g de crème liquide, 20 ml de vinaigre de Xérès, 100 g d'échalotes ciselées, gros sel.

- Ouvrir les huîtres en évitant de casser les coquilles, les détacher et les conserver dans leur jus dans un plat.
- Nettoyer les coquilles et les réserver.
- Passer les concombres avec la peau à la centrifugeuse pour obtenir un jus bien vert.
- Filtrer et récupérer l'eau des huîtres pour éliminer tous les résidus de coquilles.
- Mélanger l'eau récupérée avec le jus de concombre et verser le tout dans une plaque creuse, à mettre au congélateur.
- Monter la crème liquide avec le vinaigre de Xérès et les échalotes ciselées sans trop serrer, puis réserver au réfrigérateur.
- Sortir le granité du congélateur et gratter activement à l'aide d'une fourchette afin d'obtenir des paillettes. Remettre ensuite au congélateur et renouveler cette opération une ou deux fois avant de servir.
- Dans une assiette, dresser cinq petits tas de gros sel, disposer une coquille vide sur chaque tas, garnir d'une cuillère de crème de Xérès, y déposer une huître et recouvrir de granité. Servir aussitôt.

#### LE PLAT

**FOIE GRAS GRILLÉ, BETTERAVES ET CITRONS CONFITS**

PRIX : 65 €

1 kg de betteraves crues, vinaigre balsamique, 2 lobes de foie gras cru d'environ 400 g chacun, sel, feuilles d'absinthe, 10 citrons, 1 poignée de sucre.

- Eplucher les betteraves et les cuire à la vapeur pendant 1 heure. Puis, les mixer jusqu'à l'obtention d'une purée bien lisse en ajoutant le vinaigre balsamique. Saler.
- Lever les zestes de citron et les hacher. Lever les suprêmes (les quartiers de pulpe) et les hacher. Cuire le tout avec une poignée de sucre à feu doux jusqu'à l'obtention d'une confiture pas trop liquide.
- Dans une assiette, dresser trois petits tas de confiture de tailles différentes. Y déposer une feuille d'absinthe proportionnelle.
- Au milieu, dresser une quenelle de betterave puis le foie gras.

#### LE DESSERT

**EPONGE DE PISTACHES, PANNA COTTA DE FIGUES ET SORBET AU LAIT D'AMANDES**

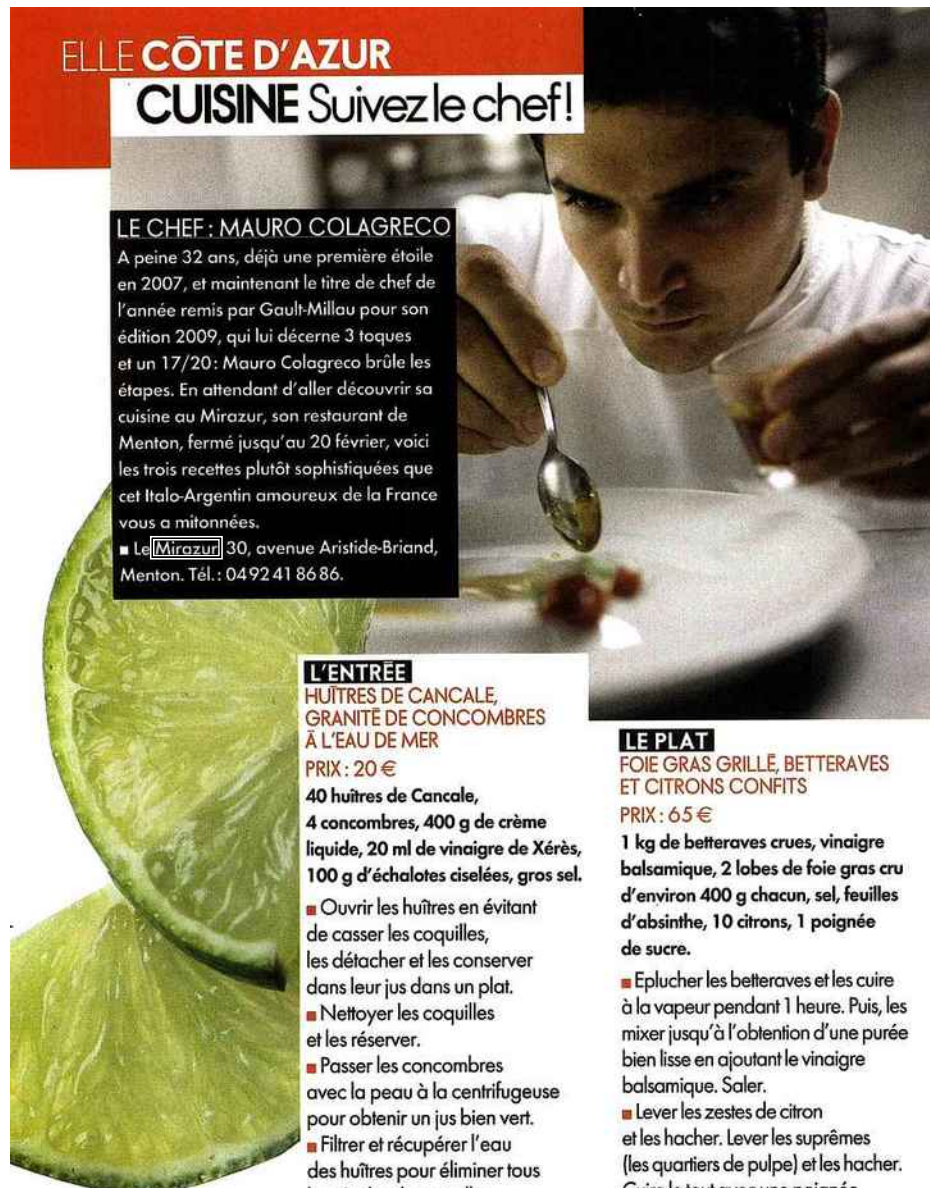
PRIX : 15 €

**Pour le sorbet au lait d'amandes :** une sorbetière, 200 g d'amandes, 250 g d'eau, 100 g de sirop de sucre, 1 feuille de gélatine.

**Pour l'éponge de pistache :** un siphon, 150 g de pistaches vertes, 100 g de sirop de sucre, 6 œufs, 5 g de levure chimique, 100 g de farine.

**Pour la panna cotta :** 250 g de crème liquide (30 % de matières grasses), 35 g de sucre semoule, 1 feuille de gélatine, 100 g de figues à chair rouge.

- Laisser tremper les amandes pendant 12 heures dans 250 g d'eau. Mixer le tout et passer dans un linge pour en extraire du lait.
- Réhydrater la gélatine dans de l'eau froide. Faire chauffer une petite partie du lait d'amande et y dissoudre la gélatine, ajouter le reste de lait d'amande et le sirop de sucre. Mettre dans la sorbetière.
- Réaliser une pâte avec les pistaches et le sirop de sucre, puis les œufs entiers, la levure et enfin la farine.
- Mettre la préparation dans un siphon et injecter deux cartouches de gaz pour chantilly.
- Remplir le fond d'un gobelet en plastique avec le mélange à la pistache et le faire cuire au four à micro-ondes pendant 30 secondes à puissance moyenne.
- Pour la panna cotta, porter à ébullition la crème avec le sucre. Retirer du feu, laisser tiédir et incorporer la gélatine. Laisser refroidir et mixer avec les figues.
- Dans une assiette creuse, poser l'éponge de pistache, ajouter la panna cotta et déposer une quenelle de sorbet d'amandes.



Edouard Sicot - Exquisite/Fotolia - DR

#### SES ADRESSES

- **Pour l'huile d'olive**  
Chez Serge et Martha  
Toscan-Chiaramonti,  
2067, route de la  
Condamine, Castellar.  
Tél. : 04 92 10 28 44.
- **Pour le foie gras**  
Duperier et fils,  
361, avenue du 11-  
Novembre, Souprosse.  
Tél. : 05 58 44 23 23.  
www.duperier.fr
- **Pour le poisson  
et les fruits de mer**  
Les Pêcheries  
de l'océan, 3, rue  
des Marins, Menton.  
Tél. : 04 93 35 71 38.

### ELLE CÔTE D'AZUR CUISINE Suivez le chef!

#### LE CHEF : CHRISTOPHE DUFAU

C'est l'enfant du pays! Il a grandi à Draguignan.  
A 40 ans, Christophe Dufau a décroché en 2008 sa première étoile au Michelin. Dans la foulée, il a quitté son resto de poche de Tourrettes-sur-Loup pour s'installer dans une belle demeure de Vence.  
■ Les Bacchanales, 247, avenue de Provence, Vence.  
Tél.: 04 93 24 19 19.

#### L'ENTRÉE

BOUCHÉES DE NOËL, CRESSON DE FONTAINE ET RAIFORT

PRIX : 45 €

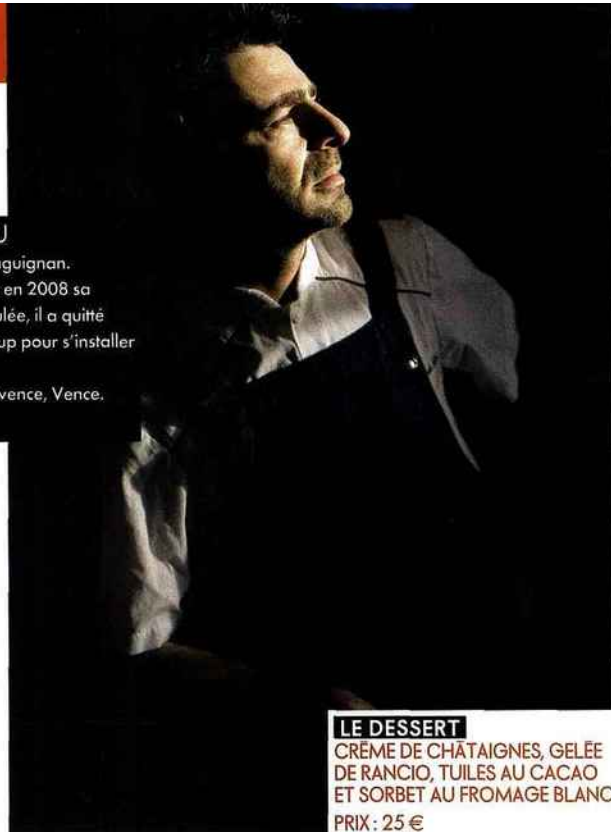
8 huîtres Fine de Claire n° 2, 320 g de foie gras cuit en terrine, 8 tranches de saumon fumé, 40 g de raifort en pâte, feuilles de cresson, sel, poivre et huile d'olive.  
■ Ouvrir les huîtres et les égoutter dans une passoire. Couper la terrine de foie en cubes. Dans un saladier, écraser à la fourchette les cubes de foie et les huîtres. Assaisonner.  
■ Étaler les tranches de saumon fumé, déposer sur chacune une couche du mélange huître-foie gras et enrouler la tranche de saumon sur elle-même pour créer des petits rouleaux.  
■ Dresser les bouchées-rouleaux sur les assiettes, parsemer de raifort, de cresson et d'un filet d'huile d'olive.

#### LE PLAT

MAGRETS DE CANARD EN CROÛTE DE PAIN À LA POMME DE TERRE, LÉGUMES RACINES ET COINGS ROTIS

PRIX : 25 €

2 gros coings, betteraves crues, panais, carottes jaunes, céleri, etc. en quantité suffisante, 1 orange, eau, huile d'olive, sel, poivre, thym, laurier, anis vert, 4 magrets de canard, 100 g de pruneaux, 100 g de dattes.  
■ Pour la pâte à pain : 400 g de farine de blé, 100 g de flocons de pomme de terre pour purée Mousline, 8 g de levure, 4 dl d'eau, sel.  
■ Eplucher les coings, les couper en quartiers. (Si possible, les laisser s'oxyder à l'air libre 24 heures pour leur donner une couleur rosée après la cuisson.)  
■ Faire une pâte à pain avec tous



#### LE DESSERT

CRÈME DE CHÂTAIGNES, GELÉE DE RANCIO, TUILLES AU CACAO ET SORBET AU FROMAGE BLANC

PRIX : 25 €

les ingrédients et laisser reposer une heure à température ambiante. Préchauffer le four.  
■ Eplucher et tailler les légumes choisis de la même taille que les coings. Les placer avec ces derniers dans un plat allant au four. Ajouter le jus d'une orange et autant d'eau, 1 dl d'huile d'olive, sel, poivre et les aromates. Recouvrir d'un papier aluminium et enfourner 40 mn à 180 °C.  
■ Enlever la peau des magrets, les couper en deux dans la longueur et les assaisonner.  
■ Ecraser les pruneaux et les dattes pour en faire une purée.  
■ Diviser la pâte à pain en 8 parts égales puis les étaler au rouleau en forme de carrés de 10 cm.  
■ Placer la purée dattes-pruneaux sur la pâte puis un demi-magret. Replier la pâte à pain sur le magret. Badigeonner d'huile d'olive et laisser reposer 30 mn.  
■ Retirer le papier aluminium des légumes 10 mn avant la fin de la cuisson pour les dessécher un peu. Maintenir au chaud. Récupérer le jus de cuisson qui servira de sauce.  
■ Enfourner les pains pendant 10 minutes à 200 °C. Les laisser reposer 5 minutes en sortant du four et servir avec les légumes et la sauce dans une belle assiette.

■ Pour la crème de châtaignes : 400 g de châtaignes cuites et épluchées, 4 dl de lait, 80 g de beurre, 120 g de sucre roux de canne, mélasse (sucre noir liquide).  
■ Pour la gelée : 2 dl de vin de porto, 2 g de gélatine en feuille.  
■ Pour les huiles : 150 g de sucre, 20 g de cacao en poudre, 100 g de beurre, 2 blancs d'œuf, 1 l de sorbet au fromage blanc.  
■ Faire cuire les châtaignes, le lait, le beurre, le sucre et la mélasse dans une casserole 10 mn à faible ébullition. Mixer en purée et laisser refroidir.  
■ Ramollir la feuille de gélatine à l'eau froide. Amener le rancio à ébullition, y faire fondre la gélatine et laisser refroidir en gelée.  
■ Mélanger au fouet le sucre et le cacao, ajouter le beurre fondu puis les blancs d'œuf. Laisser reposer 30 mn puis étaler sur du papier sulfurisé et cuire à 180 °C pendant quelques minutes. Laisser refroidir et casser en morceaux.  
■ Sur une assiette, étaler une cuillère de crème de châtaigne, parsemer de petits bouts de gelée, placer une quenelle de sorbet au fromage blanc surmontée d'une tulle. Faire couler un filet de mélasse sur le tout et servir.

VINCENT-XAVIER MORVAN

#### SES ADRESSES

■ Fruits, légumes, viande et poisson  
Au marché couvert de la Cité marchande.  
Rue Giacosa, Cagnes-sur-Mer.  
■ Agneau, miel et huile d'olive  
Au Marché de nos collines. Chemin du Billard, Le Rouret.  
Tél.: 04 93 77 34 21.  
■ La mélasse  
Au Bio Marché.  
1330, boulevard Pierre-Sauvaigo, La Colle-sur-Loup.  
Tél.: 04 93 58 90 84.