



Salade de couteaux au pomelo thaï et aux grenades

RECETTE D'ANTOINE HEERAH,
CHEF DU CHAMARRÉ MONTMARTRE (PARIS, XVIII^e)

● CUISSON : MOINS DE 1 MIN ● PRÉPARATION : 25 MIN ● ASSEZ FACILE
● INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

● 4 à 5 couteaux par personne, selon la grosseur ● 1 pomelo thaï (vendu dans les épiceries asiatiques), à défaut, des pomelos roses ● 2 grenades moyennes ● 1 bouquet de coriandre ● 3 cuill. à soupe d'huile d'olive extra ● 1 combava (à défaut, un citron vert bio) ● 1 citron jaune ● 2 cuill. à soupe de sauce soja ● 1 cuill. à café de sucre en poudre ● 1 pincée de fleur de sel

Peler à vif le pomelo. Lever les segments en ôtant toute membrane blanche. Egrener les microvésicules du pomelo (les petits grains de la pulpe), égrener les grenades et réserver au frais.

Cuire les couteaux à la vapeur quelques secondes, juste pour les ouvrir, les nettoyer (enlever la petite poche noire correspondant à l'intestin), sécher sur du papier absorbant. Tailler

en fine julienne, saler légèrement et réserver.

Préparer la vinaigrette : mélanger l'huile d'olive avec le quart de zeste du combava (ou du citron vert), la sauce soja, une cuillerée à soupe de jus

de citron jaune, le sucre en poudre et la fleur de sel. Verser sur la julienne de couteaux et remuer.

Mélanger délicatement le pomelo et la grenade avec quelques grains de fleur de sel. Répartir

dans des coupelles. Verser dessus la julienne de couteaux et décorer avec des feuilles de coriandre fraîches.

S a v e u r s



Coquillages nouvelle vague

Couteaux, coques, bulots... Et si on essayait les coquillages sauvages ? Sains, bon marché et eco-friendly, ils se prêtent à toutes les audaces culinaires.

Les cuisiniers des tables parisiennes en vogue se seraient-ils soudain pris de passion pour la pêche à pied ? Rentrent-ils tous de vacances en Galice, le paradis des coquillages ? En tout cas, ils semblent s'être donné le mot : « Couteau. » Un coquillage étrangement oublié, jusqu'à sa soudaine renaissance. Dès l'ouverture de Saturne, le bistrot à vins de Sven Chartier, à Paris, on ne parlait plus que de ses couteaux XXL et leurs poireaux crayon snackés. Au Verre volé, c'est le mardi et le vendredi qu'on les dégaîne, en persillade, ponctués de chorizo, ou encore vapeur, avec du vinaigre de riz et de l'huile au yuzu (il y a

TEXTE : MARIE-
ODILE BRIET
PHOTOS : STÉPHANE
LAVOÛÉ POUR
L'EXPRESS STYLES

un Japonais caché dans la cuisine toute neuve). Au Chapeau melon, cave à manger « historique » de l'Est parisien, on les enfourne avec un beurre d'herbes, une râpée de zeste de citron et de la chapelure. Il n'y a pas que dans les tables bistrotières qu'on travaille cet étonnant bivalve. Au Chamarré Montmartre, Antoine Heerah les marie à des agrumes méconnus – combava, bergamote... – dont le jus acidulé réveille la douceur. Tandis que Laurent André, au néo-Royal Monceau, les coiffe, palace oblige, d'une cuillerée de caviar...

Une pêche artisanale et responsable

Nos coquillages émergents, donc, viennent souvent des côtes atlantiques de l'Ecosse... où les gens du cru les snobent ! De même que les Irlandais boudent leurs coques. Philippe Bassez, intermédiaire à Rungis, importe chaque semaine 120 kilos de *razor clams* (en français, tranchants comme des rasoirs), que la maison David Hervé, ostréiculteur réputé, propose ensuite à ses clients (le Chateaubriand, Passage 53...), en plus des huîtres Aux Parcs [Saint-Kerber](#) ostréiculteur top



Linguine aux coques, moelle, câpres et panais

RECETTE DE GIOVANNI PASSERINI, CHEF DU RINO (PARIS, XII^e)

● PRÉPARATION : 1 H 30 ● CUISSON : 35 MIN ● FACILE ● INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

● 400 g de linguine ● 1,5 kg de coques ● 2 panais moyens ● 4 os à moelle ● 1 poignée de câpres au sel
● 2 gousses d'ail en chemise ● 40 g de beurre ● persil ● 1 citron ● vin blanc ● huile d'olive

Laver les coques à deux ou trois reprises, en les brassant à la main dans un grand récipient. Puis les mettre à tremper pendant une heure dans de l'eau bien salée.

Faire tremper les câpres une demi-heure, en changeant l'eau deux ou trois fois, pour les dessaler. Eponger sur du papier absorbant et réserver.

Eplucher les panais et les couper en cubes. Les mettre dans une petite casserole avec un demi-verre d'eau et le beurre, couvrir. Cuire à petit feu jusqu'à ce que les panais soient très tendres (env. 25 min). Mixer la préparation dans un blender, la consistance doit être entre la purée et le velouté. Réserver au chaud.

Lancer la cuisson des pâtes. Celles-ci doivent cuire sans sel et être très al dente.

Pendant ce temps, faire rôtir les os à moelle dans un four préchauffé à 200°C pendant 8 minutes.

Faire chauffer, dans la cocotte de service, 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive et les gousses d'ail un peu écrasées

au couteau. Verser les coques, mouiller avec un demi-verre de vin blanc, ajouter une belle tige de persil, couvrir pendant 30 secondes à une minute, le temps que les coquillages s'ouvrent.

Sortir les coquillages de la cocotte à l'écumoire, réserver. Transvaser les pâtes dans la cocotte contenant le jus de cuis-

son des coques, ajouter la moelle, la purée de panais et les câpres. Mélanger vigoureusement. À la fin, verser les coques, ajouter un peu de persil haché, le jus d'un demi-citron, remuer. Rectifier l'assaisonnement (normalement les câpres et le jus des coques suffisent à saler) et servir immédiatement.

niveau à Cancale et créateur de l'huître Tsarskaya, on a vu l'activité coquillages s'emballer : + 59 % de coqueaux vendus cette année. Disponibles en trois tailles, dont la XXL (19 cm au minimum, à 12 € le kg), ils sont exclusivement pêchés en plongée dans la Manche. « On n'en trouvait quasiment plus ! explique Stéphane Alleaume, un des gérants. Aujourd'hui, trois patrons pêcheurs ont, sur notre demande, reconstitué des équipes de plongeurs professionnels, à qui leur licence permet de pêcher toute l'année. » Cette pêche côtière sans drague ni chalut se pratique par 5 ou 6 mètres de fond, en ramassant uniquement les spécimens adultes (alors qu'en Hollande, autre important gisement, les fonds sableux sont ratissés sans ménagement). L'entreprise développe aussi la coque, ramassée à pied au nord de l'Écosse, dans l'estuaire de la Rance ou la baie du Mont-Saint-Michel.

Exit le plateau de fruits de mer

Eco-irréprochables, les coquillages oubliés ? « En surveillant leur provenance, on peut en manger toute l'année sans dégâts pour l'environnement », assure Stéphane Hénard, responsable Aquariologie chez Nausicaa, à Boulogne-sur-Mer, et coordinateur du projet Mr Goodfish (1). « D'autant que ces bivalves filtreurs "fabriquent" 1 gramme de coquillage... en avalant seulement 2 grammes de plancton : un des records de transformation du monde animal ! Ils sont riches en fer, en calcium, en vitamine B 12. Et très abordables : en grande surface, j'achète des amandes de mer à 2 € le kilo, parfaites pour le *clam chowder* (soupe aux palourdes). Il y a un tel potentiel gustatif à explorer avec les coquillages ! »

En France, prisonniers de notre culture du plateau de fruits de mer – qui rime avec mois en R – on ne les cuisine guère. Heureusement, des chefs s'emploient à nous déverrouiller les papilles. Le jeune étoilé Gaël Orioux (Auguste), très engagé en faveur de la pêche durable, adore pocher de l'agneau frotté d'ail et de thym citron dans un bouillon de coques.



Résultat ? Un goût... de pré-salé ! Il l'escorte de cocos de Paimpol, de salicornes et d'un hachis de coqueaux en persillade. Il travaille dans le même esprit la poitrine de cochon, la côte de veau ou la volaille. « J'adore le goût de l'eau salée dans la bouche, et je le poursuis aussi dans ma cuisine », confesse ce Breton fou de plongée. Tout ce qui se mange et vit dans la mer à l'abri d'une coquille enthousiasme aussi Giovanni Passerini, du Rino, nouveau bistro italien créatif. Il aime mixer le côté frais-iodé des coquillages avec le gras de la moelle, ou les « réveiller » avec de l'amer, comme ces pissenlits qu'il jette sur son velouté de coqueaux et panais. « Il n'y a pas de restaurants de fruits de mer en Italie, explique-t-il. On mange des coquillages toute l'année, sautés, le plus nature possible. Ou alors avec la pasta, même si les *vongole veraci* ont pratiquement disparu. Aujourd'hui, les *vongole* viennent de Thaïlande ! »

Cuisinés « brut », et supernature

Chez nous, Neptune soit loué, les coquillages débarquent plutôt de la Côte d'Opale, du Cotentin ou des Côtes-d'Armor. Des coins où, gamins, on a tous, un jour de « gros coef », traqué la coque ou la palourde. Ces bestioles-là ont le goût de l'enfance, c'est un autre de leurs charmes. Si on les achète chez le poissonnier, dessablage et nettoyage sont une formalité (elles ont décanté en bassin). En outre, elles sont bien plus aisées à cuisiner que le poisson, si l'on s'en tient à ce principe simplissime : quand c'est ouvert, c'est cuit ! Monter le jus de cuisson avec un peu de beurre ou de crème, aciduler avec un vinaigre chic, un jus d'agrumes ou une giclée de sauce soja n'est pas la mer à boire non plus. Impératif : dénicher un large sautoir, plutôt que cette marmite haute où nos moules marinières ne cuisent jamais

toutes simultanément. Sven Chartier adore faire ouvrir un mélange de coquillages... dans la cheminée, en y posant simplement la cocotte. « Ça leur donne un côté fumé, ça accentue leur côté brut, quasiment préhistorique » s'enflamme-t-il. « Surtout, qu'on les mange à la main, en se léchant les doigts ! » Ça vous dirait, comme *it plat* de l'hiver, de la *finger food* paléolithique ? ● **M.-O. B.**

(1) Consulter la liste sur www.mrgoodfish.com