

Dans chaque numéro, une habitante ou un habitant invite Presqu'île dans sa cuisine et livre sa meilleure recette, concoctée avec des produits du pays.

## 3 recettes d'huîtres à la manière de Pascal Nibaudeau

Pascal Nibaudeau a fait ses armes à l'école hôtelière de la Rochelle avant d'officier derrière de prestigieux fourneaux, de Bruxelles à Nice en passant par Londres. Cet ancien fusilier marin, débarqué à Bordeaux en 2008, a obtenu le Gault et Millau d'or en 2009 (meilleur espoir) et une première étoile au Michelin en 2010. Ancien chef du Pressoir d'Argent, il habite désormais sur la commune, mène sa barque dans deux restaurants au Cap Ferret et à Claouey. Pour Presqu'île, il a accepté de créer trois recettes exclusives... et exigeantes.



### Question de goût

#### Sa boisson

« Le vin rouge car il permet de magnifier un plat. »

#### La saveur de son enfance

« Un poulet « cou nu » que mon père cuisinait. »

#### Son marché

« Le marché du Ferret où les producteurs et les anciens me confient des astuces pour sublimer leurs produits. »

#### Pour l'apéro

« Une éclade de moules avec du pain grillé au beurre salé, quelques huîtres et un verre de vin blanc de Bordeaux. En famille, chez mes beaux-parents au bord du Bassin. »

#### Son dernier coup de cœur gastronomique

« Une table intimiste entre chefs étoilés chez Philippe Etchebest au restaurant « Le Quatrième mur ». Grand moment. »

#### Son péché mignon

« Ma glace au litchi. Une cuillère par jour ! »

#### Un produit qu'il aime travailler

« Le poisson sous toutes ses formes. Le Bassin est le meilleur des viviers. »

## Tartare de bœuf « blonde d'Aquitaine » et huîtres du Bassin

Moutarde à l'ancienne, oignons croquants, crémeuse de wasabi



### Progression

Tailler le bœuf en tartare.

Concasser les huîtres en les coupant sans les hacher (les couper en six).

Monter les blancs d'œuf, les serrer avec un peu de sucre glace.

Les cuire à la vapeur 4 min, ensuite les paner à la ciboulette ciselée et aux graines de moutarde.

Éplucher à vif les citrons, enlever les suprêmes et les couper en petits dés.

Ciseler les échalotes et la ciboulette.

Faire frire les câpres et les débarrasser sur un papier absorbant.



### Ingrédients (pour 4 personnes)

300 g de filet de bœuf
4 huîtres N°3
2 cuillères à café de moutarde à l'ancienne
½ botte de ciboulette
1 cuillère à soupe de câpres
50 g d'échalote
1 citron vert
10 cl de crème liquide
3 g de wasabi
Graines de moutarde
Blanc d'œuf
Sucre glace
Huile d'olive

### Le petit plus du Chef

« Pour décorer l'assiette, on peut aussi utiliser des pousses de mizuna, une salade « roquette » japonaise, et des oignons frits. »

Faire le tartare en mélangeant le bœuf, les huîtres, la ciboulette, l'échalote et la moutarde à l'ancienne.

Ajouter le citron et une cuillère à café d'huile d'olive.

Rectifier l'assaisonnement avec du sel et du poivre du moulin.

Mélanger la crème et le wasabi, puis bien lisser l'ensemble.

Dresser l'assiette avec les blancs d'œufs panés, le tartare, la crème.



## Soufflé aux huîtres marinées au citron vert

### Ingrédients (pour 4 personnes)

8 huîtres N°3
1 citron jaune
½ botte de ciboulette
1 grosse échalote
100 gr de concombre
Poivre noir

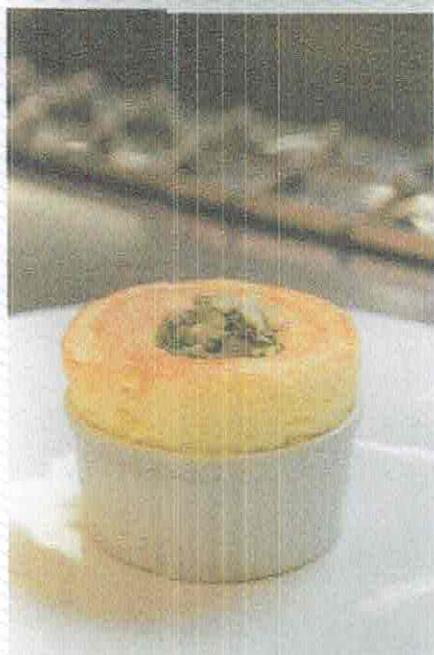
### Pour le soufflé

1/2 L de lait
4 œufs
50 gr de maïzena
Beurre

### Le petit plus du Chef

« La maïzena est plus épaisse que la farine de blé. Sa consistance donne une meilleure tenue au soufflé. »





### Progression

Mixer 4 huîtres avec du lait afin de lui donner le goût d'huître.

Mélanger le beurre, la maïzena et les œufs.

Porter à ébullition et cuire 2 min à feu doux.

Monter les blancs auxquels on ajoute 2 cuillères à café de maïzena.

### Pour le tartare d'huîtres

Râper la peau du citron jaune, puis éplucher à vif et lever les suprêmes pour les couper en petits dés.

Ciseler la ciboulette et l'échalote et tailler le concombre en brunoise.

Couper le reste des huîtres en 2 dans le sens de la longueur puis en 3 dans l'autre sens.

Mélanger les ingrédients (l'appareil) du soufflé.

A l'aide d'un pinceau, chemiser les moules à soufflé avec du beurre fondu. Puis les fariner et les remplir avec l'appareil à soufflé.

Enfourner les moules dans un four à chaleur sèche à 180° pendant 8 min. (Les temps de cuisson peuvent varier selon les fours, restez vigilant).

Pendant la cuisson, confectionner le tartare en mélangeant tous les ingrédients.

Au besoin, rectifier l'assaisonnement à la sortie du four.

Farcir l'intérieur du soufflé avec le tartare.

## Huîtres ouvertes au four

Petits pois, champignons, couronne d'asperges et sauce meurette

### Ingrédients (pour 4 personnes)

8 huîtres N°3

32 asperges blanches des Landes

200 gr de champignons de Paris

200 gr de poitrine de porc noir de Bigorre

300 gr de petits pois

### Emulsion d'ail

½ L de lait

25 gr d'ail

### Pour la sauce

1 L de vin rouge de Bordeaux

20 cl de fonds de veau

100 gr d'échalote

Les queues des champignons de Paris

2 gousses d'ail

5 grains de poivre noir



### Progression

Éplucher les asperges, les botteler et les cuire dans une eau salée.

Couper la base amère de la tige.

Confectionner les couronnes en veillant à beurrer l'emporte-pièce rond.

Les réserver à la vapeur.

Écosser les petits pois et les blanchir. Enlever leur première peau. Tailler les champignons en 4 et les poêler. Détailler la poitrine de porc noir de Bigorre en petits lardons d'environ 1 cm de large. Les poêler.

### Pour la sauce

Éplucher et ciseler les échalotes

Couper les queues des champignons en 4.

Mettre les queues avec les gousses d'ail et le poivre en grains, faire suer le tout.

Mouiller avec le vin rouge et réduire au trois quarts.

Ajouter le fonds de veau et cuire la consistance.

Rectifier l'assaisonnement.

Au moment de servir, passer les huîtres au four à 180°C pendant 2 min.

Les ouvrir et les poser dans l'assiette.

Dresser l'assiette.

### Le petit plus du Chef

« Pour constituer une belle couronne d'asperges, le secret est de les tasser dans l'emporte-pièce ».

