

Les Côtes d'Armor gourmandes entre...

...Simplicité

Carpaccio de coquilles Saint-Jacques

Ingrédients :

noix de Saint-Jacques, jus de citron, huile d'olive, sel et poivre du moulin.



Découper en rouelles de 2 à 3 mm de belles noix de Saint-Jacques, les étaler sur un plat et les mouiller avec un peu de jus de citron et d'huile d'olive. Assaisonner de sel et de poivre du moulin. Tenir au réfrigérateur au minimum 1 heure. Pour servir en canapés : découpez des rondelles dans une baguette de pain pour les griller. Disposer dessus une rouelle de Saint-Jacques décorée d'un brin d'aneth ou de cerfeuil, servir tiède ou en accompagnement dans une salade mixte ou de la mer.

(Recette de la Confrérie des Chevaliers de la Coquille Saint-Jacques).

...Tradition

Le Far Breton

(recette pour 8 à 10 personnes)

Ingrédients :

1 l de lait, 250 g de farine, 200 g de sucre en poudre, 6 œufs frais, 250 g de pruneaux, 1 cuillère à soupe de rhum.



Cassez les œufs entiers dans un saladier. Mélangez le sucre et bien travailler le mélange jusqu'à ce qu'il blanchisse. Ajoutez la farine, bien travailler le mélange pour qu'il n'y ait pas de grumeaux puis ajouter le litre de lait froid. Bien délayer ; la pâte doit être fluide et sans grumeaux. Versez la préparation dans un moule beurré, ajoutez les pruneaux dénoyautés Mettez à cuire à four moyen (170 °) pendant environ 1 heure. Démoulez lorsque c'est froid.

...Authenticité

La Potée Bretonne

(recette pour 8 personnes)

Ingrédients :

1 palette de porc de 1kg, de préférence fumée, 1kg de poitrine fumée, 800 g de saucisse de campagne, 1 bouquet garni (thym, laurier, céleri branche), 4 navets, 2 oignons, 5 échalotes, 5 gousses d'ail, 4 poireaux, 1kg de carottes, 2 beaux choux verts, 1kg de pommes de terre.



Faites bouillir 10 litres d'eau dans une grande marmite. Lorsqu'elle frémit, ajoutez oignon, échalotes, navet, bouquet garni, poireaux, gros sel, poivre, et poitrine. Quand tous ses ingrédients ont bouilli pendant un quart d'heure, ajoutez la palette les choux et les carottes. Faites bouillir à nouveau pendant une bonne heure puis ajoutez durant 20 min de plus les pommes de terre et la saucisse. Disposez légumes et viande sur un plat bien chaud. Servez accompagné de cornichons, de moutarde, de beurre et de pain de campagne.

...Modernité

Turbot fumé poché

dans un jus de crevettes grises, sarasson et laitue de mer

Ingrédients :

4 pavés de turbot de 200 g, laitue de mer QS, 500 g de crevettes grises, sel QS, poivre de Séchuan.

Sarasson : 100 gr de concombre en brunoise, 1 botte de ciboulette ciselée, 1 échalote ciselée, 2.5 cl de vodka, 2.5 cl d'huile d'olive, sel, poivre, 150 gr de fromage blanc.



Mettre à saler le turbot, pendant 1 heure. Le rincer et l'égoutter. Le frotter avec le poivre de Séchuan. Emballer les pavés de turbot dans la laitue de mer, fumer 1h30. Faire revenir les crevettes à sec, mouiller à l'eau. Laisser infuser 10 min. passer au chinois. Pocher le turbot dans le jus de crevettes 6 min. à 65 °C. Emulsionner le jus de cuisson.

Sarasson : Mélanger tous les ingrédients et réserver au frais.

(Recette du Youpala Bistrot à Saint-Brieuc).