

madame

FIGARO

SENSUELLE
& HIGH-TECH
LES NOUVELLES
PROMESSES
DE LA BIO COSMÉTO

MODE
COOL CHIC
DANS LES PRÉS

INVITÉE
EXCEPTIONNELLE

MÉLANIE
LAURENT

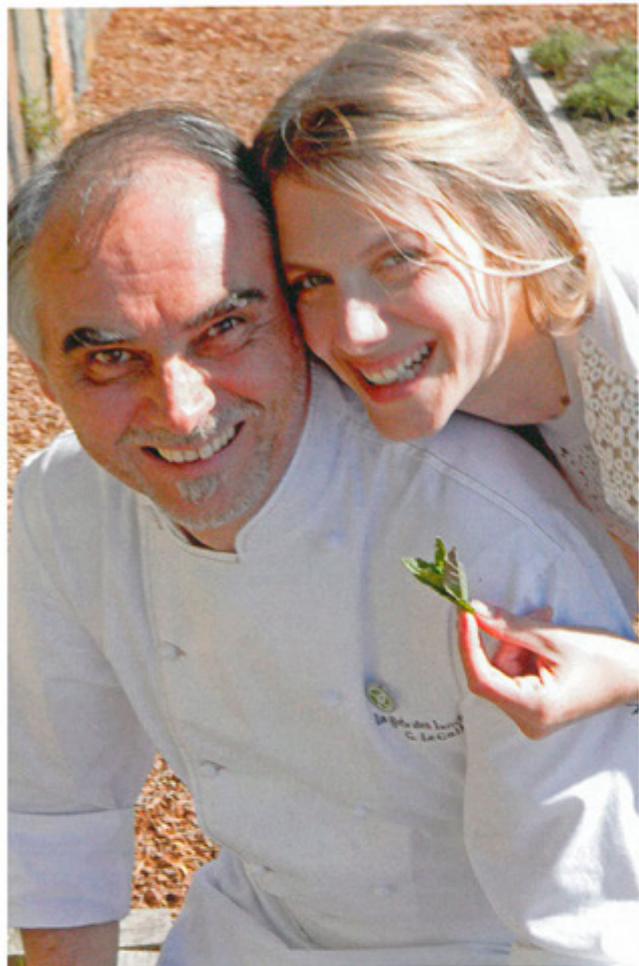
PAR JEAN-BAPTISTE MONDINO

SES CONVICTIONS
SES CHOIX
SES ENGAGEMENTS

SPÉCIAL
GREEN

100 PAGES

ADRESSES, RECETTES & COUPS DE CŒUR



Mélanie Laurent
GOURMANDE
DE NATURE

C'EST SON REFUGE SECRET, UN HAVRE QU'ELLE SAVOURE EN FAMILLE. À LA GRÉE DES LANDES, L'ÉCO-HÔTEL-SPA YVES ROCHER OÙ GILLES LE GALLÈS, CHEF DES JARDINS SAUVAGES, EST DEvenu UN AMI, MÉLANIE LAURENT PRATIQUE L'ÉCOLOGIE DU BONHEUR. RECETTES.

TARTARE DE CAROTTES AUX AGRUMES

POUR 4 PERSONNES. TRÈS FACILE. PRÉPARATION : 20 MINUTES. CUISSON : 30 MINUTES.

• 6 jeunes carottes fanes • 280 g de carottes • 2 échalotes • 2 gousses d'ail • 1 litre de bouillon d'herbes
• 20 g d'oignons • ½ pomelo • 1 orange • huile d'olive • sel, poivre.

Brosser les jeunes carottes, les couper dans le sens de la longueur en gardant les fanes. Les blanchir, puis les refroidir. **Cuire** 160 g de carottes coupées grossièrement dans 50 cl de bouillon, puis les écraser pour obtenir une purée à consistance épaisse. **Faire revenir** dans un peu d'huile d'olive l'oignon ciselé avec 1 gousse d'ail écrasée. Ajouter les carottes restantes coupées en brunoise, puis le bouillon restant. Laisser cuire doucement à couvert. Conserver les carottes légèrement croquantes. **Détailler** les suprêmes de l'orange et du pomelo. **Mélanger** la brunoise de carottes, 1 échalote ciselée, les suprêmes d'agrumes hachés grossièrement et la moitié de la purée de carottes. Au moment de servir, faire revenir l'échalote ciselée, l'ail écrasé restant et les jeunes carottes dans de l'huile d'olive. Assaisonner. **Disposer** dans chaque assiette une quenelle de purée de carottes, surmonter d'une cuillerée de tartare de carottes et de quelques jeunes carottes.

➕ ASTUCE
VOUS POUVEZ
AJOUTER
À LA PURÉE
DE CAROTTES
UN COULIS
D'AGRUMES
ET DÉCORER
LES ASSIETTES
AVEC DES FLEURS
DE CALENDULA
ET DES BLEUETS.





BELLE COMPLICITÉ entre Gilles Le Gallès, le chef des Jardins Sauvages, le restaurant de l'Éco-Hôtel-Spa Yves Rocher, et Mélanie Laurent, qui partagent le même engagement pour une cuisine bio et locavore. L'actrice-réalisatrice n'hésite pas à s'y essayer auprès de son ami.

LE PARADIS EXISTE. MÉLANIE LAURENT l'a découvert à La Grée des Landes, un éco-hôtel ouvert en 2009 par Jacques Rocher juste au-dessus du village de La Gacilly, dans le Morbihan, là même où son père Yves imagina en 1959 ses premières pommades végétales. La campagne s'étend à perte de vue, vallonnée, empruntant ses couleurs à Vuillard, colorée au printemps de champs de genêts, de glycines naissantes, de marronniers en fleur, qui cèdent la place aux coquelicots, marguerites et bleuets de l'été. Rien n'entrave le regard, ne perturbe la sieste, ne pollue l'idée que l'on peut se faire du bonheur. « Voilà pourquoi j'aime cet endroit. C'est le dépaysement total, le silence, la contemplation. Il règne ici une forme de pureté qui permet d'évacuer la fatigue, les angoisses, le stress », explique la comédienne Mélanie Laurent.

Dès qu'elle peut s'échapper de ses tournages et de sa vie d'artiste, c'est ici, dans cet hôtel qu'elle vient se reposer avec son clan, son frère, qui est aussi son agent, sa mère (« qui est toujours là pour moi »), son compagnon, et bien sûr Léo, leur petit garçon. Assis dans l'herbe, Léo regarde un escargot grimper sur une feuille. Sa grand-mère entonne une chanson. « Sur le plancher une araignée se tricotait des bottes et un limaçon remettait sa culotte. » Le petit éclate de rire. C'est alors que Gilles Le Gallès, chef du restaurant des lieux, Les Jardins Sauvages, et vieil ami de Mélanie, surgit des cuisines, sérieux comme un pape, avec une petite purée dressée dans un bol en terre cuite couleur céladon. « Tu m'en diras des nouvelles », dit-il au petit garçon. « Tu as mis quoi dedans ? » demande Mélanie curieuse. « Des courgettes et une ►



LANGOUSTINES RÔTIES AU BEURRE DE CERFEUIL

POUR 6 PERSONNES. FACILE. PRÉPARATION : 20 MINUTES. CUISSON : 15 MINUTES.

- 18 grosses langoustines • 200 g de beurre demi-sel • 2 gousses d'ail • 70 g de cerfeuil • 1 échalote
- 5 cl de fumet de poisson • 5 cl de crème liquide • sel et poivre • huile d'olive.

Mixer le beurre très mou, le cerfeuil, les gousses d'ail et l'échalote, saler, poivrer légèrement. Détailler les langoustines entières dans le sens de la longueur avec une lame tranchante. Enlever la poche de gravier sur la partie haute de la tête à l'aide d'une cuillère, retirer délicatement le petit boyau noir. Dans un plat en fonte, faire revenir les demi-langoustines côté coque avec un filet d'huile d'olive, assaisonner de sel et de poivre. Déglacer avec le fumet de poisson, lorsqu'il bout, incorporer le beurre de cerfeuil. Ajouter un filet de crème liquide et finir la cuisson au four à 180 °C (th. 6) quelques secondes.

➕ ASTUCE

ON PEUT RÉALISER
CETTE RECETTE
EN REMPLAÇANT
LE CERFEUIL
PAR DU PERSIL
OU DE LA CORIANDRE.
ET L'ACCOMPAGNER
DE CHIPS DE POMME
DE TERRE VITELOTTE.



UN HAVRE DE PAIX dans la campagne bretonne où Mélanie Laurent aime se ressourcer et découvrir, au fil des saisons, les plantes du potager. Mais surtout les fleurs sauvages, ingrédients fétiches de la cuisine du chef, qui poussent librement tout autour de l'hôtel.



demi-rate écrasée à la fourchette. Pas un gramme de graisse. Tu sais bien que je suis anti-crème et anti-beurre. Tout, bien sûr, vient du potager. » Le potager ? Justement il est là, à nos pieds, peigné comme un jardin japonais. Quatre lopins tirés au cordeau entourés d'un côté d'une barrière de bois, comme dans les Hamptons, et de l'autre d'une rangée de mini-menhirs. Là, sur ce petit coteau, légèrement en pente pour mieux capter les rayons du soleil, poussent le calendula, la verveine, plusieurs variétés de

fraises, de magnifiques artichauts, des navets jaunes, des oignons rouges. « Chez nous, la nature va à la rencontre de la gastronomie, explique le chef, nous ne servons que des légumes et des fruits de saison, et uniquement des produits du terroir que l'on trouve à moins de 40 kilomètres à la ronde. » C'est ce qui s'appelle de la gastronomie locavore. L'agneau bio vient de Saint-Anne-d'Auray, les légumes qui ne poussent pas dans le potager, de la région de Plumelec et les fromages de Saint-Martin-sur-Oust. ▶

SAINT-PIERRE DORÉ SUR LA PEAU, PESTO DU POTAGER

POUR 4 PERSONNES. FACILE. PRÉPARATION : 15 MINUTES. CUISSON : 20 MINUTES.

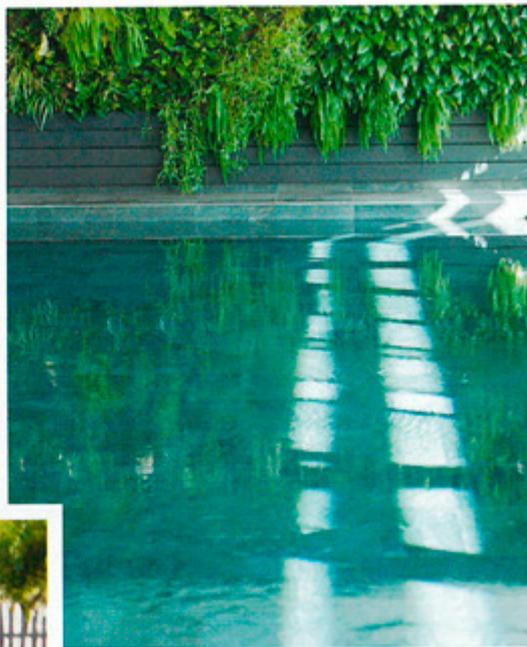
• 4 filets de saint-pierre • 40 g de roquette • 2 cuillerées à soupe de pignons de pin • 30 g de parmesan
• 3 gousses d'ail • 1 cœur d'artichaut • 70 g d'échalotes • 1 botte d'oignons blancs • 2 bulbes de fenouil • 160 g de jeunes carottes • 15 cl d'huile d'olive • 40 g de beurre demi-sel • mélange d'herbes sauvage • huile de nigelle.

Mixer dans un blender la roquette, les pignons, le parmesan, 1 gousse d'ail et 60 ml d'huile d'olive. Réservez au frais. **Découper** le fenouil en petits cubes, faire blanchir. Ajouter les oignons ouverts en deux et faire une compotée avec un peu d'huile à feu doux. **Tailler** de fines lamelles d'artichaut, les faire mariner avec 40 g d'échalotes ciselées, de l'huile d'olive, du sel et du poivre. **Brosser** les carottes. Les détailler dans le sens de la longueur en gardant un peu de fane, les blanchir, les refroidir et réserver. Au moment de servir, faire revenir les carottes dans le beurre avec l'ail restant écrasé et les échalotes ciselées. **Faire dorer** le saint-pierre côté peau dans une sauteuse avec de l'huile d'olive. Finir la cuisson à four chaud (180 °C) durant quelques secondes (la chair doit rester translucide). **Servir** les filets avec un peu de pesto et les légumes, disposer dessus des herbes sauvages assaisonnées d'huile de nigelle.

➕ ASTUCE

AJOUTER
2 GLAÇONS
QUAND
VOUS MIXEZ
LA ROQUETTE,
LES PIGNONS,
LE PARMESAN
ET L'HUILE,
CELA PERMET
DE GARDER
UNE COULEUR
BIEN VERTE À
VOTRE PESTO.





UNE CABANE DANS LES ARBRES abrite une suite durant l'hiver et devient un lieu magique pour des soins en été. La piscine couverte est traitée par UV pour minimiser la teneur en chlore de l'eau, entièrement recyclée. Le potager est à la fois un jardin pédagogique et une sentinelle qui permet de savoir quand les légumes sont mûrs dans la région.

« JE SUIS TRÈS ATTACHÉE À CE RESPECT DU PRODUIT, DES SAISONS, DE LA NATURE. L'écologie,

pour moi, est un truc de bon sens. Comme l'est la gastronomie locavore, qui crée des emplois dans une région, préserve les savoir-faire et donc les valeurs. C'est une chaîne vertueuse qui fait du bien. Flaubert disait qu'il faut bien penser pour bien écrire. Je crois qu'il faut bien penser aussi pour bien cuisiner ». Alors Gilles passe son temps à réfléchir en se promenant dans la forêt et dans les champs pour imaginer des mélanges d'odeurs et de saveurs. Le cuisinier a élevé la notion d'amuse-bouche au rang d'expérience mystique, où chaque bouchée est une découverte de texture et de saveur. « Le quotidien est un défi. Je concasse des tomates, je fais des bouillons d'échalote et d'ail pour faire cuire mes poissons, je me demande si le carrelet va avec des champignons bruns, la lotte avec du jus de poivron ou des fanes de navet, et si un coulis de poireaux peut s'assortir à une brandade ». Et le soir, avant de s'endormir, il relit inlassablement « la Recherche » et pense à Françoise, la cuisinière des parents du narrateur, dont les menus aussi reflétaient le rythme des saisons. ■

UN HÔTEL 100% GREEN

29 CHAMBRES, UNE PISCINE, UN SPA, DES ACTIVITÉS DE BIEN-ÊTRE ET UN RESTAURANT CERTIFIÉ BIOLOGIQUE, LES JARDINS SAUVAGES... TOUT A ÉTÉ CONÇU, À LA GRÉE DES LANDES, DANS LE RESPECT DE LA NATURE ET DE L'ENVIRONNEMENT. DES ÉCLAIRAGES À BASSE CONSOMMATION, DE L'EAU FILTRÉE NATURELLEMENT PAR LES ROSEAUX, DES PANNEAUX SOLAIRES, DU CHAUFFAGE AU BOIS, DES COULEURS NATURELLES, ET SURTOUT UNE ATTITUDE ÉTHIQUE. LA FONDATION YVES ROCHER INSTITUT DE FRANCE S'EST ENGAGÉE À PLANTER 50 MILLIONS D'ARBRES D'ICI 2015 DANS LE CADRE DE L'OPÉRATION « PLANTONS POUR LA PLANÈTE ». POUR UNE NUIT PASSÉE À L'HÔTEL, UN ARBRE EST PLANTÉ DANS LE MONDE.

✓ www.lagreedeslandes.com



MILLEFEUILLE DE CRÊPES AUX FRAISES

POUR 8 PERSONNES. FACILE. PRÉPARATION : 20 MINUTES. CUISSON : 30 MINUTES.

• 1 l de lait • 600 g de fraises • 3 jaunes d'œufs + 3 œufs entiers • 290 g de farine • 140 g de sucre semoule • 1 gousse de vanille • 40 g de beurre • 1 cuillerée à café d'eau-de-vie de pomme • 50 g de sucre glace • sel fin.

Laisser infuser la gousse de vanille fendue dans 50 cl de lait bouillant. Faire blanchir les jaunes d'œufs avec 100 g de sucre, ajouter 40 g de farine, verser dessus la moitié du lait vanillé, mélanger et remettre le tout dans la casserole, porter à ébullition 3 minutes sans cesser de remuer. Verser la crème dans un plat et filmer au contact. Réserver au frais. Ajouter 200 g de fraises hachées dans la crème après refroidissement. Faire une pâte à crêpes avec la farine, le sucre, les œufs et le lait restants, et une pincée de sel. Ajouter l'eau-de-vie et le beurre fondu. Laisser reposer 1 heure. Mixer 200 g de fraises avec 50 g de sucre glace afin d'obtenir un coulis. Cuire les crêpes, les détailler à l'aide d'un emporte-pièce. Monter le millefeuille en alternant une crêpe et une couche de crème. Présenter avec le coulis, quelques fraises coupées et une feuille de menthe.

➕ ASTUCE

CONFECTIONNER UN CROÛSTILLANT EN DÉCO AVEC LES PARURES DE CRÊPES EN LES PASSANT À FOUR CHAUD SAUPOUDRÉES DE SUCRE GLACE. VOUS POUVEZ ÉGALEMENT AJOUTER UN DÉCOR EN CHOCOLAT.