

CUISINE

La fine fleur de la gastronomie

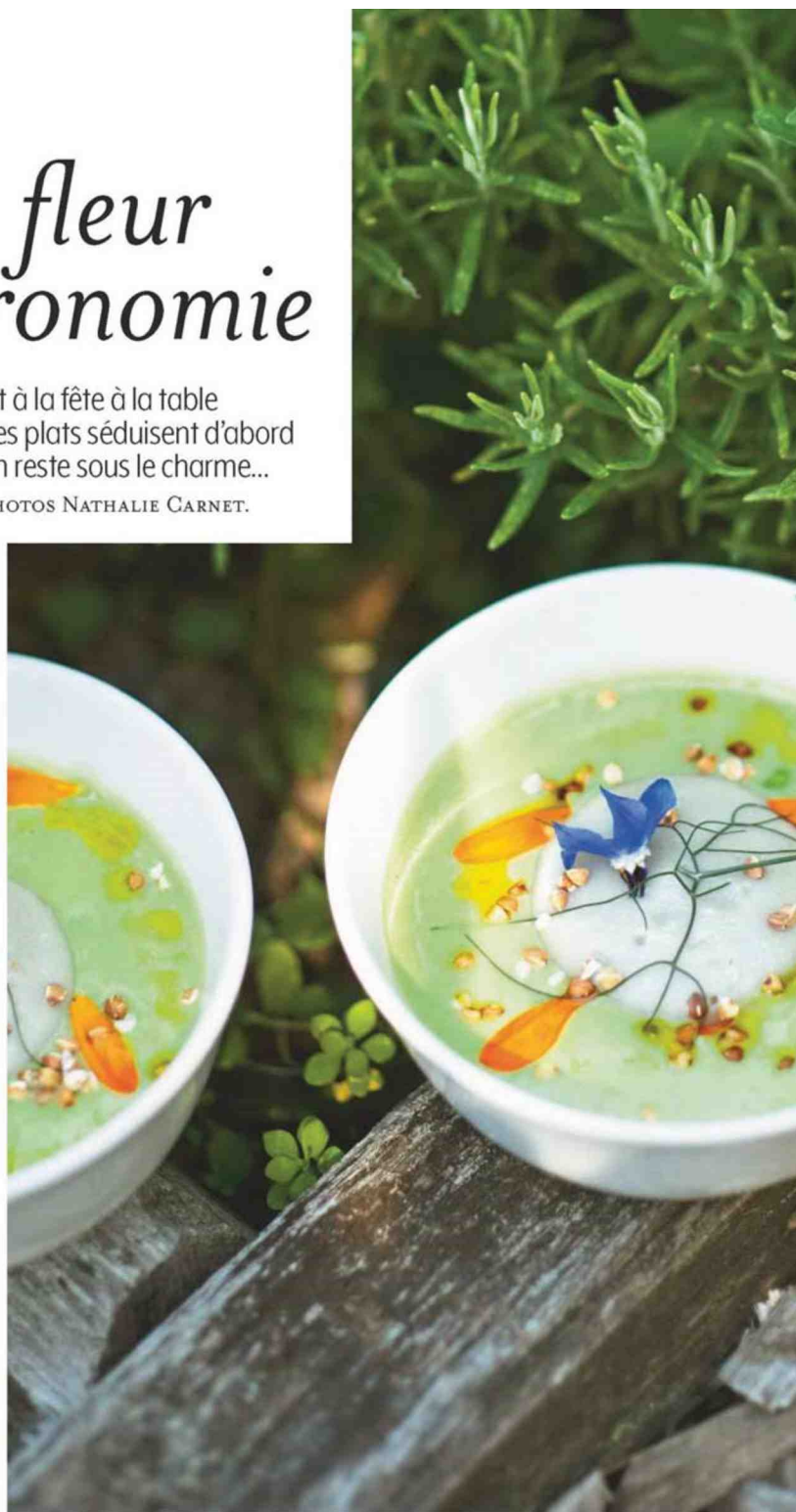
Le potager et le jardin sont à la fête à la table du jeune chef Fabien Manzoni. Ses plats séduisent d'abord les yeux. Et quand on goûte, on reste sous le charme...

RÉALISATION VALÉRIE DUCLOS. PHOTOS NATHALIE CARNET.

A La Grée des Landes, sur les hauteurs de La Gacilly, en Bretagne, la nature est reine : le potager, la cabane en bois, les recettes du restaurant... L'Eco-Hôtel Spa Yves Rocher, cette ferme de beauté, comme le nommait le fondateur de la marque, est le lieu idéal pour prendre soin de soi. Une démarche que l'on retrouve dans les assiettes du chef Fabien Manzoni, 33 ans. Depuis plus d'un an qu'il est installé derrière les fourneaux, il veille à dénicher ses produits à 40 km au maximum. Résultat, des recettes élégantes et savoureuses où règnent les légumes du potager et les fleurs du jardin.



Gastronomie, bio et locavore, la cuisine de Fabien Manzoni a trouvé un bel écrin.





Velouté frais de petits pois et sarrasin

**Pour 4 personnes - Préparation : 20 min
Cuisson : de 40 à 50 min**

• 300 g de petits pois frais écosés • le jus de 1/2 citron • 1 cuil. à café de Maïzena • 80 cl de lait d'amande • 3 artichauts camus • 5 g d'agar-agar • huile de nigelle • fleurs comestibles • graines de sarrasin torréfiées • sel, poivre

Faites cuire les petits pois à l'anglaise dans une casserole d'eau bouillante salée pendant 10 min env. Egouttez-les et faites-les refroidir dans un bain d'eau glacée. Tournez les artichauts camus. Faites-les cuire dans une casserole d'eau avec le jus de citron et la Maïzena. Comptez de 30 à 40 min de cuisson selon la taille. Prélevez les fonds et mixez-les avec 30 cl de lait d'amande chaud et l'agar-agar. Passez au chinois et mettez dans un siphon. Mixez les petits pois rafraîchis avec le lait d'amande restant. Salez, poivrez et passez au chinois. Servez le velouté froid dans des bols, ajoutez la mousse d'artichaut sur le dessus et quelques points d'huile de nigelle. Décorez de fleurs comestibles et de graines de sarrasin torréfiées.



Lasagnes aux légumes et au curry

Pour 4 personnes - Préparation : 1 h - Cuisson : 30 min

• 500 g de farine • 2 œufs + 2 jaunes • 400 g d'épinards • 1 gousse d'ail • 1 pointe de muscade en poudre • 50 g de beurre doux • 60 g de Maïzena • 50 cl de lait d'amande • 5 g de curry doux • 100 g de parmesan • 100 g de fenouil • 100 g de poireaux • 500 g de champignons de Paris • 1 oignon • 1 carotte • 100 g de concentré de tomate • estragon • basilic • huile d'olive • sel, poivre • 4 asperges blanches • fleurs comestibles • fenouil bronze

Réalisez une pâte à raviols au batteur avec la farine, les œufs et les jaunes. Ajoutez un peu d'eau pour obtenir une pâte homogène mais ferme.

Faites cuire les épinards préalablement rincés dans de l'huile d'olive avec 1 gousse d'ail en chemise jusqu'à ce qu'ils soient fondants. Salez, poivrez et ajoutez une pointe de muscade. Egouttez la préparation et réservez.

Préparez une béchamel Faites fondre le beurre, ajoutez la Maïzena, puis incorporez le lait d'amande. Faites cuire 2 min à feu doux, ajoutez le curry et le parmesan, puis rectifiez l'assaisonnement. Réservez. Réalisez une brunoise de fenouil et de poireau. Faites-la suer à l'huile d'olive, rectifiez l'assaisonnement et réservez. Passez les champignons nettoyés au hachoir, puis l'oignon et la carotte épluchés. Faites suer le tout dans un sautoir et ajoutez le concentré de tomate, un brin d'estragon et quelques feuilles de basilic ciselées. Etalez la pâte à raviols très finement, découpez douze disques identiques et pochez-les à l'eau bouillante salée. Procédez au montage des lasagnes en alternant une couche d'épinards avec de la béchamel recouverte d'un disque. Ajoutez des champignons avec un peu de béchamel, puis recouvrez d'un disque. Terminez par le mélange poireaux-fenouil avec de la béchamel et recouvrez d'un disque. Décorez le dessus de tagliatelles d'asperges blanches crues, de fleurs comestibles, d'un brin de fenouil et de disques croustillants (facultatif).

CUISINE

Outre les chambres et les suites, une cabane spa perchée (à g.) attend les visiteurs d'octobre à mai. Une flânerie dans le potager donne un aperçu des sources d'inspiration du chef, au fil des saisons.

Turbot sauvage et artichauts snackés

Pour 4 personnes - Préparation : 30 min - Cuisson : de 40 à 50 min
• 50 g de fèves écossées • 4 artichauts camus • 400 g de filet de turbot • 1 cuil.
à café de Maïzena • le jus de ½ citron • 1 jaune d'œuf • 1 cuil. à soupe d'huile d'oignon
• sel, poivre • 1 oignon • fleurs comestibles (facultatif)

Faites cuire les fèves 45 s, égouttez-les et faites-les refroidir dans un bol d'eau glacée. Epluchez-les et réservez au frais. Tournez les artichauts. Faites-les cuire de 30 à 40 min selon la taille dans de l'eau additionnée de jus de citron et de Maïzena. Prélevez les fonds et coupez-les en triangles. Sur feu vif, émulsionnez le jaune d'œuf et l'huile d'oignon pendant quelques minutes pour réaliser un sabayon. Snackez le turbot, puis les artichauts. Dressez le poisson avec les triangles d'artichaut, les fèves, quelques pétales de fleurs et le sabayon décoré d'une lamelle d'oignon frit.





Charlotte légère à la framboise et son sorbet

Pour 4 personnes - Préparation : 1 h

Cuisson : 15 min - Repos : 1 h

• 3 blancs d'œufs • 60 g de sucre en poudre
• 3 jaunes d'œufs • 60 g de Maïzena • 250 g
de purée de framboises • 15 g d'agar-agar
• 300 g de crème Chantilly • 500 g de sirop
d'hibiscus • 200 g de framboises • 4 fraises
• 2 cuil. à soupe d'amandes effilées • fleurs
comestibles • 4 sticks en chocolat

Réalisez les boudoirs Montez les blancs en neige, ajoutez le sucre en pluie et faites meringuer. Incorporez les jaunes et versez délicatement la Maïzena. Déposez la préparation sur une plaque et enfournez pour 12 min env. à 160 °C (th. 5-6). Détaillez quatre disques au diamètre des moules demi-sphères. **Préparez la crème** Faites bouillir la purée de framboises, puis ajoutez 5 g d'agar-agar. Laissez refroidir et ajoutez la crème Chantilly. Versez cette crème dans les moules en incorporant les framboises fraîches. Recouvrez chacun des moules d'un boudoir rond. Congelez l'ensemble durant 1 h. Pendant ce temps, réalisez le glaçage en mélangeant le sirop d'hibiscus avec l'agar-agar restant. Portez à ébullition et passez au chinois. Démoulez les charlottes et déposez-les sur une grille à pâtisserie. Coulez le sirop sur les demi-sphères encore gelées et réservez au frais sur une assiette. Au moment de servir, décorez d'une fraise coupée en deux, d'amandes effilées dorées à la poêle, d'une fleur comestible et d'un stick en chocolat (facultatif).

Les Jardins sauvages, Eco-Hôtel Spa Yves-Rocher, Cournon, 56200 La Gacilly, lagreedeslandes.com.