



C U I S I N E

LA VAGUE POISSON

NOUVELLE FOLIE FOOD, LES PRODUITS DE LA MER SONT PARTOUT ! NOS ADRESSES ET DES RECETTES POUR SUIVRE LE COURANT. PAR DANIELÉ GERKENS

Si on aime toujours le bar de ligne ou le saumon, d'autres poissons sont en vogue : le lieu noir, exquis poché ; le maigre, moelleux à peine cuit ; le maquereau, délicieux poché ou en marinade ; le congé, divin en soupe.

LES BONS SPOTS À PARIS

The Fish Club. Derrière cette table, on trouve l'Experimental Cocktail Group, serial lanceur de bonnes idées. On y déguste les assiettes nordiques du chef Julien Burlat (le Dôme à Anvers) et des plateaux de fruits de mer.
58, rue Jean-Jacques-Rousseau, Paris-1^{er}.
Tél. : 01 40 26 68 75.

Divellec. Lifée par Studio Ko, cette institution parisienne vient d'être reprise par Mathieu Pacaud, jeune chef pressé. Au menu : poissons entiers pochés ou rôtis, carpaccios, turbot confit, fruits de mer... et karaoké ! À savou-

rer quand on veut (ouverture sept jours sur sept, de 8 heures à minuit).

18, rue Fabert, Paris-7^e. Tél. : 01 45 51 91 96.
divellec-paris.fr

Mersea. « Fast good de la mer », l'adresse joue la carte du simple, du rapide et de l'iodé : fish & chips à la française (servi avec de la rouille), salade au quinoa et aux algues, « fish dog »... Menu à partir de 9,50 €.

6, rue du Faubourg-Montmartre, Paris-9^e.
Tél. : 09 70 38 61 02. merseaparis.com

Huguette. Envie de se régaler comme à Lorient ? Rillettes de poisson, huîtres, sashimis, salades, bouillons, homard vapeur... on fonce chez Huguette, néo-cabane de pêcheur rhâbillée à la mode urbaine.

81, rue de Seine, Paris-6^e. Tél. : 01 43 25 00 28.
huguette-bistro.com

Istr. Inspirée des « oyster bars » à l'américaine, une table cool pour les huîtres (« istr » en breton) servies crues ou en tempura, les ceviches, le gravlax de saumon, la fregola aux coquillages...

41, rue Notre-Dame-de-Nazareth, Paris-3^e.
Tél. : 01 43 56 81 25.

Belle Maison. Franck Baranger règne sur ce néo-bistrot au décor bleu-blanc-bleu. Poissons de ligne, risotto aux calamars, moules de bouchot, sublime bisque... le tout relevé de légumes, herbes et jus bien serrés.

4, rue de Navarin, Paris-9^e. Tél. : 01 42 81 11 00.

LES RECETTES QUI CHANGENT

Gaël Orioux, chef d'Auguste (54, rue de Bourgogne, Paris-7^e), est le parrain du programme Mr. Goodfish (mrgoodfish.com), qui milite pour une gestion responsable des ressources marines. Cet amoureux des produits iodés vient de publier « Cuisiner la mer » (Editions de La Martinière), dans lequel il livre quelques recettes pour 4 personnes.

Huîtres carpaccio. Disposez 24 tranches fines de bœuf cru sur 24 huîtres creuses n°3 ouvertes et rincées. Assaisonnez de sel et de poivre. Mélangez 1 oignon rouge haché et 4 cuil. à soupe de vinaigre balsamique blanc. Répartissez sur les huîtres et ajoutez une goutte d'huile d'olive.

Merlan au pain. Faites sauter à la poêle 100 g de copeaux de pain de campagne rassis, 50 g de jambon cru coupé en dés et 4 filets de merlan côté peau dans de l'huile d'olive. Servez avec des brins d'aneth.

Filets de barbue, rougail. Hachez 4 oignons nouveaux, 20 g de gingembre, 4 gousses d'ail et 1/2 piment rouge. Mélangez avec 24 tomates cerises coupées en quatre, 2 pinçées de curcuma, du poivre, du sel et un filet d'huile d'olive. Disposez 4 filets de barbue dans des papillotes de papier sulfurisé, répartissez le rougail et fermez. Enfourez 8 mn à 180 °C (th. 6).

Gravlax de maigre. Mélangez 1,5 kg de gros sel, 150 g de sucre en poudre et 15 g de grains de poivre écrasés. Dans un plat, disposez 1 filet de maigre de 1,8 kg environ sur la moitié du sel, côté peau vers le bas. Recouvrez du reste de sel. Ajoutez 2 citrons bio coupés en tranches fines et 1 fenouil émincé. Filmez et laissez reposer 8 à 12 heures au réfrigérateur. Le lendemain, rincez le poisson, essuyez-le et coupez-le en tranches. ■