

cuisine by Lignac

#26 mai-juin 2011

cuisine by

Lignac

NOUVELLE
FORMULE

EN EXCLUSIVITÉ
PARTICIPEZ
À UN COURS
DE CUISINE AVEC
CYRIL

SPÉCIAL PRINTEMPS
Recettes et conseils
pour garder la ligne

Donnez une seconde
vie à vos **RESTES!**

RILLETES DE SARDINES
Le basic de l'apéro
revu par 3 chefs

Découvrez **ISTANBUL**
La ville aux mille saveurs
qui vit à 100 à l'heure



**MANGEZ BON,
MANGEZ SAIN**

AU MENU CRESSON, PETIT POIS, COURGETTE,
FÈVE, ASPERGE, RHUBARBE, ABRICOT, FRAISE, LENTILLE,
RIZ VÉNÉRÉ, POISSON, LANGOUSTINE...



En cadeau la 2^e partie
de l'**index** de toutes nos recettes





Mehmet Gürs, LE GOÛT DU WILD EAST

Plus que son physique de beau gosse et sa réussite, ce qui frappe chez Mehmet Gürs, le chef du Mikla, c'est la passion et l'énergie qu'il déploie à sillonner tout son pays afin de découvrir et de sauvegarder produits et savoir-faire artisanaux.

Quelle est votre démarche ?

Je n'utilise pas de foie gras ou de bœuf de Kobe. Si on veut des produits frais, il faut aller les chercher, c'est pourquoi je voyage beaucoup en Turquie et dans les pays limitrophes - Iran, Irak, Bulgarie, Syrie. Ici, c'est encore le Wild East, il y a plein de choses à découvrir. Depuis deux ans, je travaille avec un anthropologue de l'alimentation.

Où avez-vous démarré ?

On s'est d'abord intéressés à la mer Égée, ils font par exemple une boisson ultra rafraîchissante à base de graines de melon séchées, d'eau et de sucre. L'été, c'est un délice ! Mais la plupart des produits que j'utilise viennent de l'Anatolie. Avec les pistaches qui sont récoltées avant maturité, je fais une pâte qui sert de base à une glace. Près d'Izmir pousse une fleur mauve, dont les pétales sont cuits avec du miel et de l'eau et ça donne une sorte de gelée qui a une couleur mauve incroyable qu'on sert avec un fromage frais. Toujours en Anatolie, ils font traditionnellement du tarhana, des galettes réalisées à base de boulgour et de yaourt qui sont ensuite séchées au soleil. Ici, on en fait une purée que l'on sert avec de l'agneau qui a cuit 24 heures sous vide et du vrai jus de grenade réduit. On est aussi allés dans le nord de la Turquie, mais c'est une cuisine très lourde qui ne m'a pas inspiré.

Quels sont vos projets ?

On va se concentrer sur les îles grecques proches de la Turquie. Je vais planter un potager sur l'île de Bozcaada, dans le nord de la mer Égée. En effet, on a retrouvé des graines incroyables et, à terme, j'aimerais que ce potager puisse approvisionner le Mikla. On doit aussi aller à Thrace, beaucoup de Turcs viennent de Bulgarie, à Antioche et en Syrie. En Syrie, il y a des saveurs que l'on ne connaît pas du tout et qui sont incroyables ; les meilleurs produits, les meilleurs chefs viennent d'Alep, comme Lyon, c'est une capitale gastronomique !

Recettes extraites de
Istanbul cuisine contemporaine
de Lale Apa et Hande Bozdoğan.
www.istanbulcontemporarycuisine.com/fr/book

FEUILLES DE BLETTE FARCIES

Pour 6 personnes



Préparation 50 min

Cuisson 1 h

- ½ kg de feuilles de blette
- 3 oignons
- 300 g de poitrine de veau hachée
- 1 tomate coupée en dés
- ½ bouquet de persil
- ½ bouquet d'aneth
- 2 c. à s. de margarine
- ½ c. à c. piment rouge en poudre
- ½ c. à c. de cumin
- ½ c. à c. de menthe
- Sel, poivre du moulin

• Faites blanchir les feuilles de blette 1 à 2 min dans l'eau bouillante. Égouttez-les soigneusement (dans cette recette on n'utilise que la partie verte des blettes, garder les côtes pour une autre recette).

• Émincez finement les oignons. Mettez dans un grand récipient les oignons, la viande hachée, la tomate, le persil, la menthe et l'aneth finement hachés, le sel, le poivre, le piment, le cumin et malaxez.

• Coupez en 6 les feuilles de blette et enlevez les nervures. Déposez sur chaque feuille 1 c. à c. de farce. Enroulez bien les feuilles pour qu'elles tiennent. Disposez les feuilles de blette farcies dans une casserole en les maintenant serrées les unes contre les autres. Recouvrez d'eau chaude, ajoutez la margarine. Couvrez la casserole et faites cuire à feu doux pendant 1 h.

AUBERGINES FARCIES

Pour 4 personnes



Préparation 25 min

Cuisson 20 min

- 360 g d'épaule d'agneau hachée
- 6 aubergines longues
- 1 grosse tomate
- 1 gros oignon
- 2 gousses d'ail
- 25 cl d'eau ou de bouillon de viande