

N°2

# AU MENU

MAI. 26

Le périodique des magasins Brin d'Herbe qui pousse la porte des restaurants où l'on mange les produits gourmands, sains et locaux de ses producteur·ices

LES PRODUITS  
BRIN D'HERBE

À LA TABLE DU  
RESTAURANT  
LOUIS

# GUANCIALE À SA TABLÉE



# LOTTE & GUANCIALE

AMANDES, MIEL ÉPICÉ ET CÉBETTES

**LA PIÈCE PRINCIPALE**1kg de filet de lotte  
60g de saindoux 🍴🍴 → PRODUITS  
À RETROUVER  
DANS VOS MAGASINS  
BRIN D'HERBE**LE LAQUAGE**3 càs de sauce soja  
2 càs de miel de blé noir 🍴  
5 cl d'eau  
1 pointe de couteau  
d'ail haché 🍴  
1 càs rase de farine  
de manioc  
1 càs rase de piment  
d'Espelette 🍴**LA SAUCE VIERGE**1 botte de cébette 🍴  
80g de guanciale taillé  
en petits dés 🍴  
50g d'amandes (éfilées) 🍴  
30g de gingembre  
1 càs de miel de blé noir 🍴  
1 piment (Jalapeño) 🍴  
10 cl d'huile  
de pépins de raisin

1. **LE LAQUAGE:** Dans une casserole délayer la farine de manioc dans l'eau fraîche, ajouter le miel, la sauce soja, l'ail et le piment d'Espelette. Porter à ébullition quelques secondes pour que la liaison se fasse et réserver.

2. **PRÉ-CUISSON À LA VAPEUR:** Assaisonner et placer les filets de lotte préparés et nettoyés par votre poissonnier dans un cuiseur vapeur sans ébullition (80 degrés) pendant 6 minutes. Cette étape préserve la structure délicate du poisson. Mettre de côté et réserver.

3. **RÔTISSAGE ET LAQUAGE:** Éponger la lotte dans un papier absorbant. Dans une petite poêle allant au four faire chauffer le saindoux. Marquer la lotte sur toutes les faces pour les colorer. À l'aide d'un pinceau, appliquer une couche généreuse de laquage puis enfourner pour 4 à 5 min dans un four préchauffé à 160 degrés en répétant l'opération au pinceau quelques fois. À la sortie du four laisser reposer dans une feuille de papier aluminium.

4. **LA SAUCE VIERGE:** Placer les cébettes ciselées et le piment Jalapeño haché dans un bol résistant à la chaleur. Dans une petite poêle, chauffer l'huile avec le guanciale. Dès qu'il croustille, ajouter les amandes et le gingembre taillé. Hors du feu, ajouter le miel de blé noir puis verser immédiatement ce mélange bouillant sur les cébettes. Réserver.

5. **DRESSAGE:** Découper la lotte en 4 tronçons. Déposer chaque morceau au centre de l'assiette et verser généreusement l'huile parfumée en répartissant bien le guanciale et les amandes. Vous pouvez accompagner ce plat avec une belle salade de jeunes pousces (mizuna, moutarde, roquette, coriandre etc.)

RÉGALEZ-VOUS!



## RESTAURANT LOUIS

**LA CUISINE**

Monsieur Paul Bocuse  
disait, je le cite  
«Il y a deux cuisines,  
la bonne et  
la mauvaise,  
on essaie humblement  
de faire la bonne.»

**L'ENGAGEMENT**

Au Louis, ma cuisine n'est que l'écho du travail de la terre. Ma relation avec mes producteur-rices n'est pas une simple transaction commerciale, c'est une alliance de valeurs.

J'ai choisi de soutenir un modèle agricole local par conviction profonde: celle que la qualité d'une assiette commence par la dignité d'un sol et le respect de celui qui le cultive. En privilégiant les circuits courts, je m'assure d'une fraîcheur sans artifice et je défends une paysannerie à taille humaine, durable et sincère. Un acte de résistance gourmande et de fidélité à notre terroir.

**AVEC LES PRODUCTEUR-ICES  
BRIN D'HERBE**

De la nacre d'une lotte de petite pêche en pointe Finistère, à la profondeur d'un miel de blé noir de chez Tiphaine, en passant par le guanciale de porc blanc de l'ouest des «Papilles Épatées», nous sélectionnons l'exceptionnel. La qualité n'est pas une option, c'est la ponctuation nécessaire à chaque bouchée. Nous travaillons des matières brutes, nobles et sourcées, pour vous offrir un moment où le goût est toujours au centre de la phrase.

LA CUISINE EST OUVERTE  
DU MERCREDI AU SAMEDI, MIDIS & SOIRS  
DIMANCHE POUR LE SERVICE DU MIDI

RÉSERVATIONS  
AU 02.23.43.04.22

# BRIN D'HERBE

NOTRE OBJECTIF EST DE PROPOSER  
AUX HABITANT-ES DU BASSIN RENNAIS  
UNE ALIMENTATION LOCALE, DE QUALITÉ,  
COMPOSÉE DE PRODUITS FRAIS BIOLOGIQUES  
OU FERMIS, ISSUS DE NOS FERMES.

Brin d'Herbe, ce sont deux magasins de paysan·nes aux portes de Rennes. Nous, une vingtaine de paysan·nes adhérent·es, en assurons nous-même la gestion et y vendons nos productions.

Pour enrichir la gamme de produits proposés, nous faisons également appel à une cinquantaine de paysan·nes dépositaires et d'artisan·es ainsi que des produits achetés auprès des structures écoresponsables.

Nous avons pour socle commun l'agriculture paysanne, qui prend soin du vivant, avec un système de production durable.

Nous sommes présent·es à tour de rôle dans les magasins pour vous servir et échanger avec vous sur notre façon de travailler, dans une ambiance conviviale.

La vente en circuits courts nous tient en effet à cœur tant elle est enrichissante pour tous et toutes, producteur·ices et consommateur·ices, par le contact direct que nous avons ensemble.

Ce mode de commercialisation est par ailleurs capital pour nos fermes : il nous permet à la fois de vivre de notre métier et de garder une forte autonomie notamment dans la gestion de nos fermes et les décisions que nous prenons.

Design graphique: a+b studio



## VENEZ NOUS VOIR !

Du **mardi** au **vendredi** de 9h à 19h et le **samedi** de 9h à 17h  
et sur **BRINDHERBE35.FR**, sur les réseaux  
**@BRINDHERBE35**