

LE BAR SAUVAGE

Confit aux algues en base température, émulsion iodée, caviar osciètre

Une histoire de transmission entre un chef et son fils spirituel



Recette réalisée par
STÉPHANE BURON
Chef 2 étoiles
au guide Michelin 2023
Restaurant Le Chabichou à Courchevel

Ingrédients : Pour 4 personnes

BAR

- 800 gr de bar sauvage
- 2 feuilles d'algue de nori grillées
- Sel - poivre blanc du moulin

ÉMULSION IODÉE

- 4 Pièces d'huitres
- 40 gr de blanc de poireau
- 40 gr d'oignons blanc
- 20 gr de beurre
- 160 gr de fumet
- 80 gr de jus de coquillages
- 40 gr de lait
- 40 gr de crème 35%
- 1 citron vert

CHIPS DE PEAU

- 1 pièce de peau de bar
- Sel - huile d'olive

FINITION ET DRESSAGE

- 10 gr de caviar osciètre - herbes et fleurs

Progression :

BAR - Écailler, vider, habiller le bar. Lever les filets et les désarêter, retirer la peau, ôter le reste de la chair à l'aide d'un couteau, réserver la peau. Retirer la chair rouge pour mettre le filet à blanc. Placer les filets sur une feuille de papier guitare, bâter légèrement pour former un rectangle. Assaisonner de sel et de poivre blanc, puis disposer par-dessus les feuilles de nori. Poser le filet sur un film étirable et le rouler bien serré pour obtenir une belle ballotine, cuire au four vapeur à 45° pendant 40 minutes. Elle sera tailler au dernier moment.

ÉMULSION IODÉE - ouvrir les huitres, les décoquiller et passer le jus d'huitres dans un filtre à café, réserver au frais. Laver et éplucher le blanc de poireau, l'émincer. Éplucher l'oignon et l'émincer. Mettre du beurre dans la casserole et faire suer le blanc de poireaux et l'oignon, ajouter le fumet et le jus de coquillage. Cuire à couvert pendant 20 minutes, puis ajouter le lait et la crème, le jus d'huitres et les huitres. Mixer le tout, passer au chinois étamine, vérifier l'assaisonnement en terminant par le jus de citron.

CHIPS DE PEAU - À l'aide d'un couteau, racler la peau en ôtant toutes les chairs restantes, passer au sel pendant 10 minutes, rincer et sécher. Badigeonner d'huile d'olive et la mettre entre deux feuilles de papier sulfurisé, puis entre deux plaques. Enfourner à 140° pendant 20 minutes, tailler à la forme souhaiter, puis remettre à sécher.

FINITION ET DRESSAGE - Faire 4 belles quenelles de caviar, tailler le bar en tournedos, placer le bar au centre de l'assiette, disposer par-dessus le caviar, puis verser l'émulsion iodée autour, terminer par la chips de peau et décorer d'herbes et fleurs suivant la saison.

