

Sushi guérandais



Pour 6 personnes

Pour le sarrasin : 50g d'échalotes • 1 gousse d'ail • 200g de kasha (sarrasin grillé) • 200g d'eau de source froide • 75g de vinaigre de riz • 8g de sel.

Pour le mullet : 1 filet de mullet de Loire (ou daurade grise, bar de ligne) • 70g de sel fin de Guérande • 1l d'eau.

Pour le condiment : 2g de raifort • 30g de crème épaisse fermière.

Pour la vinaigrette au caramel beurre salé : 125g de sucre • 2g de fleurs de sel de Guérande • 50g de beurre demi-sel • 40g de vinaigre de riz.

1 pomme Elstar • 5g d'algues du Croisic, nori et aonori • 50 g d'huile d'olive • 1 citron vert • Pousse du moment. Sel et fleurs de sel de Guérande • Huile d'olive • Poivre du moulin.

Le mullet

Désarreter le filet de mullet. Mélanger le sel et l'eau et plonger le filet 15 minutes dans la saumure. Bien le rincer et le sécher avec un linge propre puis le réserver au frais.

Le sarrasin

Éplucher et ciseler l'échalote. La faire revenir à feu doux avec un filet d'huile d'olive environ 5 minutes.

Ajouter le kasha et mélanger encore 2 minutes. Puis, incorporer les liquides et le sel, cuire à feu doux environ 20 minutes jusqu'à évaporation totale des liquides. Débarrasser dans un récipient.

Le condiment

Râper le raifort à l'aide d'une microplane. Le mélanger à la crème puis bien le saler.

La vinaigrette

Démarrer un caramel à sec avec le sucre et la fleur de sel dans une casserole à feu moyen sans mélanger, une fois arrivé au stade de caramel déglacé, avec le beurre puis le vinaigre, laisser refroidir et monter avec 50g d'huile d'olive. Débarrasser dans une pipette.

Laver la pomme, réaliser une brunoise régulière.

L'huile d'olive au citron vert

Râper un citron vert, presser le jus et mélanger avec 50g d'huile d'olive.

Le dressage et les finitions

Dans une assiette, ajouter le kasha à l'aide d'un emporte-pièce rectangulaire.

Tailler le mullet en fine tranche et l'assaisonner avec l'huile d'olive citron.

Ajouter sur le kasha la brunoise de pomme, poser joliment le mullet, puis les algues du Croisic et finir avec les pousses du moment. Mettre une pointe de caramel et de condiment raifort.