

# FEUVIA

10

LA GASTRONOMIE INSPIRÉE



UN JOUR AVEC  
**Simone Zanoni**  
en famille

TRADI-TRENDY  
**François  
Gagnaire**  
Le pot-au-feu

LONG COURT  
**Lyon**  
Ville rouverte



# FLORENT PIETRAVALLE DU MULET D'ÉTOILÉ

Par Florian Domergue  
Photos François Deladerrière



**Nous étions curieux de voir comment le jeune étoilé d'Avignon associe café et mullet de Méditerranée. Vous ne serez pas déçus.**

« Le mullet, ce n'est pas ce qu'on attend comme poisson dans un étoilé. Pourtant sa chair est ferme et très fine en bouche, presque comme du loup. Pêché dans des conditions optimales, loin des ports pollués, ça devient un produit génial ! » Génial, et polymorphe ! Braisé, en garum ou encore en charcuterie, exhaussé au café pour jouer des notes acides ou terreuses et associé à du local et du bio.

Sa seule limite ? Celle des 100 km qu'il a tracée autour de la Mirande, l'institution avignonnaise lovée au pied du Palais des Papes, pour laquelle il décroche la première étoile au Guide Michelin, en 2019, à 32 ans,

seulement trois ans après avoir investi les cuisines. Coup de chance, au Grau-du-Roi, qui rentre dans le cercle de son compas, il rencontre, il y a trois ans, Mathieu Chapel, cofondateur de Côté Fish, première plateforme française de vente de poisson extra-frais de Méditerranée, « grâce à qui je peux avoir des poissons sortis de l'eau trois heures avant ». Car la cuisine, c'est d'abord la mise en valeur d'un territoire pour ce natif de Montpellier, formé auprès de Joël Robuchon, Pierre Gagnaire et Jean-Luc Rabanel. « Pour moi, le luxe ce n'est pas de faire comme tout le monde, le meilleur homard ou le meilleur caviar... C'est de préparer des produits qui sont à côté de chez toi. » ●

LA MIRANDE  
4, place de l'Amirande  
84000 Avignon  
La-mirande.fr







## Poutargue d'Albert, ris de veau, algues du Grau-du-roi

### Ingrédients

- 100 g de ris de veau
- 100 g de panko
- 50 g de farine
- 2 œufs
- 1 poutargue
- Crème fraîche
- 100 g d'algues
- Huile d'olive
- Sel/poivre
- Huile de tournesol

Nettoyez le ris de veau à cru, boulez celui-ci en forme de pomme dans un film alimentaire, pocher les ris de veau au four vapeur 1 h à 48 °C, les refroidir puis les paner à l'anglaise avec le panko, avant de les frire dans une négresse\*.

Nettoyez les algues à l'eau claire plusieurs fois, pour enlever le sel. Hachez les algues, incorporez la crème fraîche, assaisonnez.

Taillez le ris de veau en deux, assaisonnez avec fleur de sel et poivre, déposez sur une moitié la crème d'algues et sur l'autre moitié, râpez la poutargue généreusement.

\*Négresse: bassine à friture de forme cylindrique



## Asperge, orties, charcuterie de mulet

### Ingrédients

- 4 asperges vertes + t22
- 100 g d'orties fraîches
- 1 filet de mulet
- Sel/poivre

### Laquage

- 150 g de vinaigre de Xérès
- 150 g de miel
- 100 g de sauce soja
- 5 oranges à jus

### Sauce œuf

- 4 œufs
- Mirin
- Sauce soja

### Réalisez une bigarade

Caramélisez le vinaigre de Xérès et le miel, déglacez avec la sauce soja et le jus d'orange, réduisez afin d'avoir une consistante sirupeuse. Nettoyez les asperges et baguez les pieds. Les blanchir dans une eau frémissante durant 3 minutes, les rôtir au barbecue et les laquer avec la bigarade.

Pour la charcuterie de mulet, recoupez le filet de mulet désarêté, mettez au sel durant 12 heures. Rincez les filets, enduisez-les de poivre moulu et laissez-les sécher durant 1 semaine.

Pour la sauce œuf, faites cuire les œufs durant 15 minutes à 70 °C, clarifiez les blancs des jaunes, fouettez les jaunes avec une goutte de mirin et de sauce soja.

Dans une assiette, disposez l'asperge au centre, déposez quelques feuilles d'orties roulées dans l'huile et quelques lamelles de charcuterie de mulet. Finissez avec quelques points de gel de vinaigre. Sur le côté, déposez la sauce œuf.





« Je voulais boucler une boucle entre les morilles et le café : elles poussent à la cave de la Mirande sur du marc »



### Morilles, mousse de mullet, café, ail des ours

#### Ingrédients

- 2 filets de mullet
- 100 g de crème
- 50 g de blanc d'œuf
- Sel/poivre
- Jus de café frais
- 4 morilles
- 200 g de fumet de mullet
- 100 g de crème
- 50 g de lait
- 25 g de beurre
- 25 g de farine
- 10 g de café moulu
- Ail des ours
- Pain de mie

Dans une cuve de robot coupe, préalablement passé au frigo, mixez par à-coups les filets de mullets et le blanc d'œuf, ajoutez petit à petit la crème fraîche et le café frais jusqu'à obtention d'une consistance bien lisse. Passez la mousseline au tamis, et rectifiez l'assaisonnement, avant de la mettre en poche. Bien rincer les morilles, les farcir avec la mousseline de mullet. Filmer et cuire au four vapeur à 58 °C durant 15 minutes. Réduisez le fond blanc d'un tiers, crèmez, réduisez de nouveau d'un tiers, liez avec un beurre manié, rajoutez le café moulu, une pointe de lait et émulsionnez pour obtenir une écume.

Taillez les pains de mie très fin (2 mm d'épaisseur), emporte-piéciez le pain de mie d'un diamètre de 2 cm et de 3 cm, mettez les cercles de pain de mie beurrés entre deux plaques et faites cuire au four à 180 °C durant 5 minutes pour obtenir des croûtons bien dorés et croustillants. Emporte-piéciez les feuilles d'ail des ours, comme les croûtons.

Dans le fond d'un bol, disposez l'émulsion de sauce café, la morille farcie laquée au jus de veau, et mettez par-dessus les croûtons et l'ail des ours.



## Mulet à la braise, sauce xo, moelle de bœuf

### Ingrédients

- 2 filets de mulet
- Laquage
- 1 moelle de bœuf
- 40 g sauce XO
- Pain de mie

Découpez les filets de mulet en deux, sectionnez la peau de petites entailles afin d'éviter que le filet se rétracte à la cuisson. Pochez les filets dans une huile neutre à 35 °C durant 10 minutes puis faites cuire les filets au barbecue.

Trempez la moelle de bœuf dans l'eau et le vinaigre durant 24 heures en changeant l'eau toutes les 4 heures. Blanchissez la moelle départ eau froide. Dès qu'elle est cuite, la séparer de l'os et la faire refroidir. Détaillez la moelle d'un diamètre de 1 cm et disposez entre deux croûtons cylindriques de pain.

Dans une assiette, disposez le filet de poisson, et placez sur le côté une quenelle de sauce XO, et le petit toast de moelle préalablement réchauffé.

