



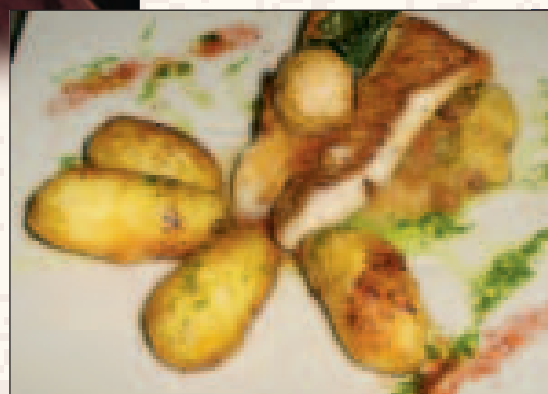
► LA RECETTE du Comptoir des Voyages

**filet de rascasse,
chutney de fruits épicés
et pommes grenaille de l'île de ré,
jus de viande doux aux agrumes
et huile de chlorophylle**

PRÉPARATION DU CHUTNEY DE FRUITS :

- ★ 200 gr de vin blanc
- ★ 630 gr d'oranges
- ★ 750 g de pommes
- ★ 730 gr de poires
- ★ 1.130 kg d'ananas
- ★ 100 gr de raisins noirs
- ★ 40 gr de sucre
- ★ 2 pièces de badiane
- ★ 5 feuilles de laurier
- ★ 6 pincées de cardamome en poudre
- ★ 10 cl d'huile d'olive
- ★ 800 gr de tomates fraîches
- ★ Sel et poivre

Faire saisir à l'huile d'olive tous les fruits préalablement préparés. Déglacer au vin blanc, ajouter la badiane, le laurier et la cardamome. Laisser cuire 20 minutes. Assaisonner en fin de cuisson et réserver.



PRÉPARATION DES POMMES DE TERRE GRENAILLE DE L'ÎLE DE RÉ :

Saisir à l'huile d'olive les grenailles, les faire colorer, ajouter des gousses de d'ail et terminer la cuisson au four. Saler et poivrer. Réserver.

PRÉPARATION DE LA SAUCE AUX AGRUMES :

- ★ 180 gr de sucre
- ★ 2 oranges
- ★ 2 pamplemousses
- ★ 120 gr xérès
- ★ 1 l de jus de viande

Mélanger le sucre, le vinaigre de xérès, le jus de viande, le jus des oranges et pamplemousses et laisser réduire de moitié. Réserver.

DRESSAGE ET PRÉSENTATION :

Déposer dans le fond d'une assiette rectangulaire une cuillère de chutney aux fruits, déposer dessus la rascasse puis ajouter une cuillère à soupe de sauce et trancher avec une cuillère d'huile d'herbes.

En haut de l'assiette, disposer quelques grenailles avec 2 gousses d'ail cuites. Finir par quelques pétales de peau de pamplemousse séchées.

— Le Comptoir des Voyages, 22 rue St Jean du Pérot, 17000 La Rochelle —

**Pour recevoir
la lettre régulièrement ou la faire
découvrir à vos amis,
merci de nous retourner ce coupon.**

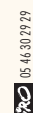
Nom Prénom
Adresse
Code postal Ville
Tél. E-mail



Les Carnets de Grégory :
Directeur de la Publication Grégory Coutanceau
N° ISSN 1636-1938

GCD :
1, rue de la chaîne - 17000 LA ROCHELLE
Tél. : 05 46 41 32 51 - Fax : 05 46 41 90 80
E-mail : contact@les-flots.com
Web : CoutanceauOnline.com

Eurl au capital de 452 200 €
RCS La Rochelle 442 840 369 - N° de gestion 2002 B 307
Siret 442 840 369 00015 - Code NAF 7410 - Domiciliation bancaire
C.E. Poitou-Charente 18645 00401 04937004350 clé 52



La Lettre Gastronomique de G. Coutanceau - Septembre 2003 »»» N°9

Passion, diversité et innovation. Voici résumée en quelques mots ma conception de notre métier.

Passion, parce que la cuisine ne peut être vécue qu'ainsi. Passion de réaliser, de créer, passion également d'être les investigateurs de ces moments d'exception que vous pouvez partager avec votre famille et vos amis autour d'une table - moments devenus de plus en plus rares, mais ô combien importants !

Diversité, car notre métier est en pleine évolution et mutation. De nos jours, la gastronomie ne s'arrête plus à la vision très classique que certains peuvent s'en faire, mais elle nous montre, bien au contraire, différentes facettes. C'est donc riche de cette diversité que nous voulons décliner au sein de nos restaurants une "Gastronomie à géométrie variable".

Innovation, parce que je suis convaincu que c'est ce que vous attendez de nous : être surpris, voyager et être étonnés, le temps d'un repas qui doit laisser dans l'esprit de chacun un souvenir de ce moment de convivialité partagé autour d'une bonne table.

Aujourd'hui Évolution et Tradition ne doivent plus se repousser, mais, bien au contraire, être complémentaires. Alors, laissons tomber ces barrières pseudo-intellectuelles dépassées et laissons la tradition culinaire française nous conduire vers un avenir innovant, diversifié et passionnant.

Amitiés Gourmandes.

Grégory COUTANCEAU



LES NOUVELLES CARTES SE PEAUFINENT... elles arrivent bientôt

Toutes les équipes de cuisines mettent la main à la pâte pour finir au mieux, régler les derniers détails, apporter les petites touches finales de l'ensemble des nouvelles cartes des restaurants, faisant la part belle aux produits d'automne qui nous emmèneront doucement vers les douces et chaleureuses soirées d'hiver passées devant la cheminée.



Juste pour vous donner un petit aperçu et vous mettre l'eau à la bouche, on vous présentera aux Flots « Ravioles terre/mer et gnocchi Mona Lisa au parmesan sur un velouté de cèpes, jus de viande à l'oignon rôti, chantilly de foie gras » et pour suivre des « Noix de coquilles Saint Jacques grillées à la plancha, risotto à la truffe noire écrasée, jus de viande aux sucs de crustacés ».

Au Comptoir des Voyages, on mettra entre autre le cap sur l'île Maurice avec « Tempura de crevettes, un vindaye de bananes vertes et curcuma, chatini de tomates et coriandre » et bien sûr l'Asie avec « Blanc de seiche cuit/cru aux graines de sésame, légumes Chop Suey au wok, sauce Saté ».

Au Comptoir du Sud, l'originalité est de rigueur et vous découvrirez « Beignets de sardines marinées, croquant vert à la vinaigrette de Betteraves et réduction de Marsala aux amandes », pour finir « Carbonara de pâtes au cacao, châtaignes, fruits d'hiver et glace aux épices », à déguster absolument avec un petit verre de Marsala Fine Ruby de l'île de Sicile.

Alors, on prend son agenda et on note le **jeudi 9 octobre 2003** pour les Flots et le Comptoir des Voyages et le **mercredi 15 octobre 2003** pour le Comptoir du Sud.



LA SÉLECTION DE NOS SOMMELIERS

Ça y est, les vendanges et les senteurs d'automne commencent déjà à envivrer cette fin d'été. Pour précéder les premières fraîcheurs, nous avons sélectionné pour vous un vin rouge chaleureux : un vin du Sud...

Nous nous sommes dirigés vers le Languedoc, aux alentours de la ville de Béziers et avons retrouvé cette appellation qui surplombe les contreforts des Cévennes : Faugères. Une petite production, très largement inexploitée, qui a un potentiel de grands terroirs. Sous cette appellation, deux frères s'adonnent aux plaisirs de la viticulture et de la vinification. Pour le domaine Jean Michel Alquier, est ainsi née « Réserve de la Maison Jaune ».

Aujourd'hui, nous vous présentons le millésime 2000, produit avec une base de grenache noir en vieilles vignes assemblée à la syrah et au mourvèdre.

A l'œil, ce vin est déjà superbe : il a une robe pourpre profonde aux nuances violacées avec des reflets rubis. La première approche est orientée sur

les épices douces avec des notes de poivre noir, puis après aération, ce vin se décline vers les petits fruits rouges, tels la myrtille, le cassis et la fraise des bois. En bouche, l'attaque est très souple et les tannins sont bien fondus. Ce vin joue sur une partition de griottines à l'eau de vie, très longue en bouche et se termine sur des influences truffées. Un très bel équilibre pour ce vin qui n'a pas oublié ses notions de terroir...

Nous voyons pleinement ce vin accompagner une bécasse rôtie à l'ancienne ou une pièce de bœuf braisée au feu de bois et garnie de simples pommes de terre cuites dans un fond de graisse d'oie avec une sauce légèrement crémée, jouant sur un contraste sucré salé, sans oublier la noix de gelée de groseilles.

Nous vous conseillons une température de service entre 12 et 14 °C et vous recommandons le carafage au dernier moment, pour assouplir quelque peu son aspect alcooléux. Bonne dégustation.

Samuel SAUVETRE et Thibaut BERTON

Les délices des Comptoirs

L'automne arrive...ses couleurs de rouge et d'orange vont bientôt faire de nos paysages de véritables palettes de peintres, et c'est peut-être à cette saison que les couleurs ont inspirées l'Epicurien à faire de si délicieuses confitures...

Ce maître artisan confiturier est installé depuis 1982 dans le sud de la France, là où les fruits sont les meilleurs ! Et tout ceci dans le but de faire revivre, tout en respectant la tradition de fabrication artisanale, les confitures d'antan et c'est au chaudron que les confitures sont cuites afin d'extraire toute la richesse des couleurs et la subtilité des saveurs...

Tout ceci pour nous offrir des confitures hautes en couleurs et en saveurs ! Pour vous aider dans vos choix nous avons sélectionné quelques confitures : de la pomme cannelle, de la poire aux abricots secs et au miel de garrigues, sans oublier de la tomate verte, ou bien encore de la mûre sauvage et de la cerise noire, autant de saveurs pour enchanter votre goûter ou votre cuisine, car si la confiture se mange sur une tartine, elle peut tout aussi bien agrémenter une sauce ou se déguster avec du fromage...

Et puis un petit conseil de dégustation : la confiture est bien meilleure si on la mange avec les doigts...



ÉVÉNEMENTS

Mariage de Nathalie

Eh oui ! Ça y est, elle est casée. Alice et Elisa ont pu assister au mariage de leurs parents le samedi 26 juillet 2003. Alors toutes mes félicitations à Nathalie et Alain, tous mes vœux de bonheur, de joie et de réussite. C'était tellement bien parti que ça ne peut que continuer ainsi. Bon vent à tous les quatre.

Grégory



Naissance de la fille de Dimitri

Dimitri connaît enfin les joies d'être père depuis le 8 février 2003. C'est Fanny qui fait donc aujourd'hui partie de la petite famille et comble de bonheur Nadège et Dimitri. Bravo à tous les trois et que la petite Fanny, sous le modèle de ses parents, connaisse une belle réussite et coule des jours heureux.

Grégory

LES FLOTS : une vision moderne de la gastronomie

Tout d'abord un cadre magique : ce vieil estaminet s'est abrité depuis le XVIII^{ème} siècle à l'ombre de la tour de la Chaîne et vous laisse comme spectacle, grand écran, le Vieux Port de La Rochelle avec ses lumières, son histoire et sa vie.

Ensuite une cuisine vive et innovante : on extirpe ce que l'océan nous offre de plus beaux, puis on lui ajoute ce petit coup de pepsi et de technique, qui donnera au produit toute son importance et le mettra au centre de notre cuisine et de nos attentions. Alain Ducasse disait : " Le rôle du cuisinier commence là où s'arrête le travail de l'artisan, l'œuvre de la nature. Il consiste à rendre très bon ce qui, déjà, est très beau. "

Voilà un bon résumé de notre cuisine.



Puis, un service dynamique et attentif : la mise en scène de notre cuisine ne serait possible sans un ballet de salle bien rôdé, attentif aux souhaits de nos clients, présent, mais discret afin de vous servir au mieux tout en s'effaçant pour laisser uniquement place aux bons moments que vous partagez avec les gens qui vous entourent.

Enfin, une cave aux petits oignons : élément majeur de notre restaurant, conduite par une passion de découverte et de recherche, elle renferme aujourd'hui quelques petits trésors bien gardés et fera également le bonheur de ceux qui, sous les conseils avisés de Samuel et Thibaut, désireront se laisser séduire par un vin surprise.

La gastronomie peut donc avoir plusieurs visages. A nous de l'imaginer, de la découvrir, de la revisiter, ayant comme but suprême de faire de vos moments passés à notre table un souvenir de bonheur partagé.

