



# Les Carnets de Grégory

## Food AND Bar, trois mois plus tard...



Il y a trois mois était inauguré le restaurant et Lounge Bar "FOOD AND BAR".

250 personnes s'y étaient retrouvées pour fêter avec nous l'ouverture de ce restaurant.



*Démonstrations de cocktails, dégustation des plats de la carte et musique lounge, sans compter la cerise sur le gâteau, créé pour l'occasion par Raphaël MICHEL notre pâtissier, qui, on doit le dire, avait vraiment été inspiré par la belle silhouette du logo de FOOD AND BAR...*

## Hommage à Patrice Linijer

*Vous êtes nombreux à être charmés par la décoration du restaurant FOOD AND BAR.*

*C'est Monsieur Patrice LINJER, ami de la famille et décorateur de nos restaurants, qui a imaginé le décor et l'atmosphère unique du FOOD AND BAR.*

*Artiste incontesté, apprécié de tous par sa gentillesse, son professionnalisme et son talent, il laisse derrière son passage une griffe notable. Le FOOD AND BAR fut d'ailleurs son dernier "chantier", la décoration qu'il avait imaginée a été respectée dans les moindres détails. Pour preuve, cette ressemblance troublante entre l'esquisse de Patrice LINJER avant les travaux et la photo réelle de Daniel RENAUD.*



*Restaurant Lounge  
Food AND Bar.*

*En haut : photo  
de Daniel Renaud.*

*En bas : esquisse  
de Patrice Linijer.*

*Merci à toi, Patrice, l'artiste. Il te manque de  
cœur et surtout l'ami, qui nous a fait partager  
avec joie de ces moments de bonheur, de partage et de  
talents innés.*

*Avec meilleurs sentiments  
Grégory*



## L'eau à la bouche

### Les cartes nouvelles arrivent sur vos tables !

En avant première, voici un extrait de nos nouvelles cartes, histoire de vous mettre l'eau à la bouche...

**Aux Flots** "Petite cuisine de couteaux et palourdes au beurre espagnol, Gnocchi de pommes de terre Mona Lisa au jus d'herbes fraîches, réduction de volaille".

**Au Comptoir du Sud** une "Tomate noire mozzarella, vinaigrette au pistou et caviar d'aubergines, petite tomate cupidon farcie d'une légère purée à l'ail frais".

Côté desserts, **au Comptoir des Voyages** l'After-eight "revu et corrigé" et **au Food and Bar** "Délire autour du céleri : mousseux, en gelée, en chips".

La date du changement de carte est donc prévue pour le 7 avril 2005 et nous vous attendons nombreux afin que vous fassiez part de vos impressions aux équipes de salles de nos restaurants.



## Nouveau ! Les Rendez-vous du bar du Food AND Bar

A partir de la fin mars se déroulera au bar du FOOD AND BAR une programmation de rendez-vous gourmands.

De "Sur un air de Jazz" à "Autour du chocolat" en passant par "Les yeux fermés", tout un programme distrayant et gourmand !

Le principe ? Réserver une table-découverte dans le cadre cosy du bar puis se laisser surprendre par les mets, boissons et autres conseils éclairés de nos spécialistes.

Détails du programme et réservations : Françoise au 05 46 41 90 79.

## Envie de terrasse ?

*" Tandis qu'à leurs cœurs perverses  
les hommes courent haletants  
Mars qui rit malgré les averses  
prépare en secret le Printemps ... "*

Théophile GAULTIER aurait pu dire la même chose de l'équipe du Comptoir du Sud qui, pendant tout l'hiver, ne rêvait que d'une chose : ressortir sa terrasse !

Eh bien s'est fait ! Adieu manteaux, écharpes, gants et bonnets ! Le Printemps arrive dans quelques jours et déjà le Comptoir du Sud sort jolies tables, nappes blanches et plats de saison ! Face aux Tours et au Vieux Port, laissez-vous tenter !!!



## Envie d'Italie

### Grégory Coutanceau lance la distribution de la gamme italienne Terre Bormane.



Après avoir conquis les étagères des plus grandes cuisines comme celles d'Alain Ducasse à Paris, les huiles et autres spécialités Terre Bormane seront désormais disponibles sur le marché grâce à l'initiative de Grégory.

Reconnus internationalement pour leur qualité gustative et nutritionnelle, les huiles, tapenades, pestos et autres délices ensoleillés ne demandent qu'à se faire inviter à votre table. Les établissements Coutanceau les ont d'ailleurs déjà adoptés et ne peuvent plus s'en passer !

A ne pas manquer, le riz spécial risotto Carnaroli, qui donnera à votre plat italien un crémeux incomparable, ainsi que les huiles au parfum exceptionnel (voir recette en dernière page).

Produits disponibles pour les professionnels et les particuliers.

Renseignements : Carine au 05 46 41 90 79

## La presse en parle...

Vous êtes nombreux à vous être intéressés à notre livre "Au bonheur des Coutanceau, la cuisine d'hier, d'aujourd'hui et de demain"... et nous vous en remercions. Certains d'entre vous ont même eu la chance de se le faire dédicacer... Il est vrai que les 21 recettes de nos chefs sont alléchantes et le livre en lui-même est gastronomiquement enrichissant.

A offrir (ou à se faire offrir), livre en vente dans nos restaurants au prix de 45 €.



## La sélection de nos sommeliers

Le lundi 31 Janvier 2005, parallèlement au salon des vins de Loire à Angers, nous étions invités au Logis de la Coulée de Serrant pour une dégustation : "Vers une renaissance des A.O.C."

Étaient présents une vingtaine de vigneron passionnés et passionnants. Parmi ceux-ci, Thibault, Jérôme, Samuel et Bernard en ont sélectionné quatre.



### • Nicolas JOLY "Le Maître des Lieux" :

Cet homme est à l'origine de la reconnaissance de la Biodynamie à travers le vignoble Français. En effet, sa philosophie, loin d'être approuvée il y a une vingtaine d'années, porte ses fruits sur ses différentes cuvées tel son Savennières traditionnel et sa célèbre Coulée de Serrant présente sur le site.

Nicolas Joly - Clos de la Coulée de Serrant,  
Château de la roche aux Moines  
49170 SAVENNIERES  
02 41 72 22 32

### • Stéphane TISSOT "Jeune couple de Jurassien" :

Vigneron réputé dans le Jura, il nous livre une sélection très étoffée de ses vins en passant par (entre autres) son Arbois Chardonnay "Les Bruyères" ; s'ensuit le Savagnin "Vin de Voile" (trois ans et demi de vieillissement en fût au lieu des six ans et trois mois réglementaires pour le Vin Jaune) ; sans oublier son Arbois Trousseau et bien sûr le "P.M.G." : 400 grammes de plaisir pur en sucre résiduel !

Nous contacter pour la définition de "P.M.G."...  
Domaine André et Mireille Tissot

### • Mark ANGELI "Paysan de la Vigne" :

Ce modeste petit bonhomme, béret vissé sur la tête, nous présenta sa gamme complète jouant sur le tableau de la complexité, du terroir et de la convivialité du fruit sous les aspects déroutants et envoûtants de la poire. A retenir : son Anjou "La Lune" un très bon rapport qualité prix.

Ferme Sansonnieres 49380 THOUARCE  
02 41 54 08 08

### • Jean-Michel DEISS "Avant-gardiste donc Marginal" :

Un alsacien qui opte pour la complantation (mélange de cépages différents sur un même terroir). Que de l'exceptionnel : "le Burg" très minéral ; "l'Engelgarten" tout en finesse ; "l'Altenberg de Bergheim" le must... mais n'oublions pas son Pinot Noir "le Burlenberg" à la hauteur des vins Bourguignons.

Domaine Marcel Deiss  
15, route des vins - 68750 BERGHEIM

Une première approche pour vous mettre l'eau à la bouche... Promis, on les retrouvera bientôt chez Grégory !

Samuel SAUVÊTRE & Bernard NEVEU



## Portrait de Delphine

Mais que s'est-il passé le 26 septembre 1971 dans le monde ? Rien de très intéressant : une grève des policiers de la sûreté du Québec, des élections sénatoriales en Guyane. Par contre la petite Delphine URLET voit le jour à Blois ce même jour.

Le tonnerre vient donc de tomber dans le Loir et Cher. Pourquoi "Tonnerre" ? Travailler ne serait-ce qu'une seule journée avec elle et vous comprendrez ...

Après des études à Paris dans le commerce et une place dans notre belle capitale, elle finit sur la Côte d'Azur à l'Hôtel Carlton à Beaulieu-sur-Mer. Là voilà donc la tête dans les étoiles où elle rencontre son conjoint Nicolas, à cette époque sommelier au Louis XV d'Alain Ducasse. Fin 2002, ils arrivent tous les deux à La Rochelle : Nicolas rejoint le restaurant de papa et Delphine rejoint nos bureaux. Rapidement, son tempérament, sa volonté et sa détermination sont exposés au grand jour et notre "boule de tonnerre" commence à faire des miracles. Delphine, c'est notre petite souris, notre Madame HACCP et sécurité. Ne vous fiez pas à sa taille, elle mène tout son petit monde à la baguette : une main de fer dans un gant de velours.

Alors merci à toi pour ton courage, ta détermination et ta volonté à nos côtés à porter loin, ensemble, les projets qui nous tiennent à cœur. Amitiés

PS : Bonjour à Capucine, sa petite fille !

Grégory

Pour 4 personnes



## Petite cuisine de cuisses de grenouilles, façon meunière, risotto crémeux à la purée de cresson, girolles et sucs de viande

### Préparation des grenouilles :

- ★ 32 cuisses de grenouilles
- ★ Fleur de sel
- ★ 100 g de beurre clarifié
- ★ 1 citron jaune
- ★ 100 g de farine

Réaliser l'ensemble des préparations habituelles sur les grenouilles. Les disposer sur une plaque et les conserver au frais.

Au moment, assaisonner de fleur de sel les cuisses de grenouilles, les passer dans la farine et retirer à l'aide d'une passoire les excédents de farine. Faire chauffer 50 g de beurre clarifié dans une poêle et saisir les cuisses de grenouilles. Aux trois quarts de la cuisson, rajouter 50 g de beurre et finir la cuisson des cuisses de grenouilles en leur donnant une belle coloration.

### Préparation de la purée de cresson :

- ★ 1 botte de cresson
- ★ Gros sel gris de mer

Effeuilier le cresson. Porter une casserole d'eau à ébullition, y plonger les feuilles de cresson, les refroidir dans un bain d'eau glacée et les presser. Passer au mixer puis au tamis afin d'obtenir une purée très lisse. Débarrasser dans un récipient propre et la conserver au frais.

### Préparation du risotto :

- ★ 150 g de risotto
- ★ 1/2 oignon
- ★ 75 g de vin blanc

- ★ Fond blanc
- ★ 40 g de beurre
- ★ Parmesan
- ★ Sel, poivre blanc
- ★ 1 cuillère à soupe de crème montée
- ★ Huile d'olive extra vierge
- ★ Purée de cresson

Dans une sauteuse, faire fondre le beurre et faire légèrement cuire l'oignon ciselé. Ajouter le riz et le nacrer légèrement. Déglacer avec le vin blanc. Laisser évaporer puis faire cuire en mouillant petit à petit avec le fond blanc. Arrêter quand le riz est pratiquement cuit. Couvrir d'un papier film et réserver.

Au moment du service, prélever la quantité de riz nécessaire, ajouter une bonne louche de fond blanc, une belle noix de beurre et réchauffer le tout en remuant. Ajouter au dernier moment une belle cuillère de crème montée pour assouplir le riz. Rectifier l'assaisonnement en sel et poivre. Enfin ajouter un trait d'huile d'olive extra vierge et lier l'ensemble. Au tout dernier moment, avant de servir, ajouter une bonne cuillère à soupe de purée de cresson. Bien mélanger.

### Finition et présentation :

Sur une assiette plate, mettre le risotto crémeux au cresson au centre. Répartir les cuisses de grenouilles de façon harmonieuse. Disposer également quelques girolles, pluches de persil frit et copeaux de vieux parmesan.

Mettre ensuite autour du risotto un cordon de jus de viande. Finir en assaisonnant avec fleur de sel et le poivre du moulin.



### LA RECETTE du Bar...

## Frozen Daiquiri

- ★ 8 cuil.à soupe de glace pilée
- ★ 1 cl de jus de citron
- ★ 1 cl de sirop de fraise
- ★ 4 cl de nectar de fraise Granini ou 6 fraises équeutées
- ★ 4 cl de rhum cubain
- ★ Décor

Matériel : 1 mixer

1 verre à cocktail

Dans un mixer, verser la glace pilée, le jus de citron, la sirop de fraise, le nectar de fraise ou les fraises entières et pour finir le rhum. Mixer 10 secondes le mélange à basse vitesse puis 20 secondes à forte vitesse. Vous obtenez une consistance onctueuse et glacée. Verser rapidement la préparation dans un verre à cocktail rafraîchi. Décorer de quelques fruits rouges, de menthe fraîche et d'une tranche de carambole. Ce cocktail se déguste à la paille ou à la petite cuillère. Servir et déguster immédiatement.

Créé à Cuba dans les années 20 au bar La Floridita, le Frozen Daiquiri représente, par sa forme pointue et sa fraîcheur, les montagnes enneigées de la Sierra Nevada.



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](mailto:contact@les-flots.com)

Web : [CoutanceauOnline.com](http://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-Charentes 18645 00401 04937004350 clé 52