



À lire aussi :

Géant vert

Imaginez croquer un navet cru et découvrir une saveur douce et fruitée. Imaginez remplir votre bouche de tomates aussi fines que des groseilles. Le...

Jouni fait le bœuf

Sa cuisine n'est pas une chasse gardée. Bien au contraire ! Depuis avril, il a donné carte blanche à Fabrice Biasiolo, David Zuddas et Enrico Cripp...

Kitchen victims

Ses journées sont aussi longues que ses listes de courses. Ses rêves les plus fous sont peuplés de robots KitchenAid et de beurre Bordier au sel fu...

Le jeune chef et la mer

DÉJÀ DIX ANS QUE GRÉGORY COUTANCEAU A PRIS LES FLOTS, RESTAURANT AMARRÉ AU PIED DE LA TOUR DE LA CHAÎNE, À LA ROCHELLE, FACE AU VIEUX-PORT. UNE BONNE RAISON DE RENCONTRER, LE TEMPS D'UNE DÉGUSTATION VINTAGE, CELUI QUI OSA LE BAR CRU AU PAYS DE LA CUISINE AU BEURRE.

Paru le 06.08.2008, par Lucile Escourrou

(1/3)

De la lignée Coutanceau, La Rochelle connaît bien le père, restaurateur renommé, qui vient de laisser les fourneaux à Christopher, son petit dernier. Mais l'électron libre de la famille, c'est Grégory, l'aîné. À 22 ans, il met les voiles et ouvre Les Flots, la première de ses trois affaires. Déjà, sa cuisine bouscule les codes et s'ouvre à vif sur la mer qui claque au pied de son établissement : le jeune chef travaille le poisson brut de décoffrage et joue avec l'huile d'olive au pays du beurre... Mille tonnerres ! Dix ans plus tard, le moussaillon est bien devenu le capitaine du Vieux-Port de la Rochelle et, sans mélancolie, il jette un regard sur sa cuisine d'hier et d'aujourd'hui.

Lefigaro.fr/madame. – 10 ans, ça se fête ! Qu'avez-vous prévu pour l'occasion ?

Grégory Coutanceau. - Cette année, certains plats qui ont marqué l'histoire du restaurant reviennent à la carte : le bar de l'Atlantique et le turbot sauvage, des recettes de mes débuts, sont remis à l'honneur. Les emblématiques **épaisses tranches de bar à cru** sont, elles, toujours présentes. C'est vraiment une autre façon de manger le poisson cru, en gros morceaux, loin du carpaccio... Quand j'ai ouvert, il y a dix ans, c'était vraiment un plat étonnant.

Le style vintage a-t-il la cote en cuisine ?

Oui, ça plaît. Les habitués ont été ravis de redécouvrir certains plats. D'une façon générale, aujourd'hui, les gens veulent une cuisine plus traditionnelle, qui fasse fonctionner la mémoire, mais qui soit revue et réinterprétée. Exactement comme dans la mode ! Ma sole correspond parfaitement à cette idée : c'est une recette de tradition que je fais évoluer grâce à sa garniture. En ce moment, elle est accompagnée de légumes de saison avec un beurre au vinaigre de Xérès.

Le jeune chef et la mer

« LES GENS ATTENDENT DE PARTAGER UNE VÉRITABLE CULTURE GASTRONOMIQUE »

(2/3)

Comment votre cuisine a-t-elle évolué depuis dix ans ?

Elle s'est affinée et, comme moi, elle est plus mature. Ce que j'ai gardé, ce sont les bonnes bases apprises avec mon père. Par exemple, les cuissons des poissons sont les mêmes qu'il y a dix ans. Ce qui a vraiment changé, c'est qu'aujourd'hui nous travaillons autant que possible avec des produits naturels ; ça toujours été un idéal, mais c'est une démarche qui se construit petit à petit. Je travaille par exemple avec un maraîcher qui est un véritable artisan de la terre. Je lui suggère de nouveaux légumes et, ensemble, nous essayons.

Les attentes des clients ont-elles changé ?

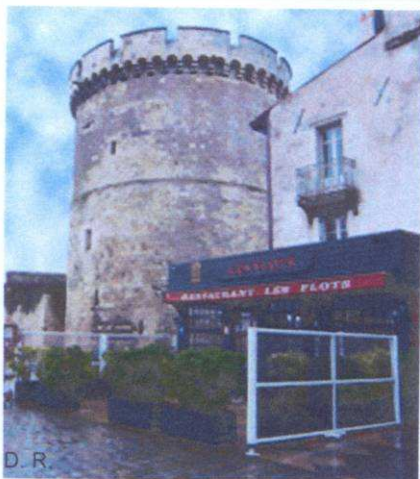
Ils sont plus exigeants aujourd'hui, et tant mieux. En tant que clients, ils veulent un meilleur service, et ils ont raison : vous allez au restaurant pour passer un moment avec vos proches et nous, restaurateurs, devons faire de ce moment une réussite. En tant que consommateurs, les gens veulent connaître l'origine des produits. Nous servons du beurre A.O.C. Charente-Poitou : les Rochelais sont heureux de l'identifier à leur région. Et pour les clients qui viennent d'ailleurs, nous nous devons de leur présenter les beaux produits du coin : les huîtres Marennes Oléron, les pommes de terre de l'île de Ré, le lapin Rex du Poitou, l'agneau de pré-salé, le cognac, le pineau... Aujourd'hui, les gens attendent de partager une véritable culture gastronomique : c'est le rêve !

Et dans dix ans, où en serez-vous ?

Dans dix ans, je serai là et Les Flots aussi ! C'est mon premier restaurant, l'établissement que papa voulait... C'est un endroit chargé de souvenirs et d'émotions, cela me semble impossible de m'en séparer. Quant à la façon dont cela va évoluer, nous verrons bien... Je fais les choses au feeling : je sens les produits, je m'imprègne de ce qui se passe autour de moi, je me laisse aller, et nous en reparlerons dans dix ans !

Restaurant **Les Flots**, environ 70 € à la carte. 1, rue de la Chaîne, 17000 La Rochelle. Tél. : 05 46 41 32 51.

www.coutanceaionline.com



D. R.
Le restaurant Les Flots, à La Rochelle.

À lire aussi :

[Géant vert](#)

Imaginez croquer un navet cru et découvrir une saveur douce et fruitée. Imaginez remplir votre bouche de tomates aussi fines que des groseilles. Le...

[Jouni fait le bœuf](#)

Sa cuisine n'est pas une chasse gardée. Bien au contraire ! Depuis avril, il a donné carte blanche à Fabrice Biasiolo, David Zuddas et Enrico Cripp...

[Kitchen victims](#)

Ses journées sont aussi longues que ses listes de courses. Ses rêves les plus fous sont peuplés de robots KitchenAid et de beurre Bordier au sel fu...

Le jeune chef et la mer

L'ASTUCE DE GRÉGORY COUTANCEAU : RÉUSSIR LE SALAGE D'UN POISSON

(3/3)

« Pour éviter que la chair du poisson en contact avec le gros sel ne brûle et devienne opaque, car cuite en surface, je la badigeonne d'un léger filet d'huile d'olive, puis je sale. Ainsi, la chair est protégée, elle garde sa transparence.

Le temps de salaison dépend de la taille du filet et pas de la quantité de sel. Pour un bar de 3 kilos, comptez 40 minutes de salaison. Pour 1 kilo, une salaison de 15 à 20 minutes suffit. Et, bien entendu, il faut ensuite rincer le filet. Puis, vous pouvez le faire mariner 24 heures dans de l'huile d'olive avec un ménage de poivres et d'herbes (mon mélange : persil plat, aneth et estragon). Ensuite, il n'y a plus qu'à découper en tranches. On sent en bouche tous les arômes, mais ils restent délicats car le roi de ce plat, c'est quand même le poisson ! »

L'adresse de Grégory Coutanceau :

« L'ostréiculteur Yves Papin, parce qu'il fait un travail exemplaire. Il a des méthodes d'élevage traditionnelles et respecte son métier... Il prend le temps, et ça se sent dans ses huîtres ! »

Huîtres **Yves Papin**, La Route neuve, BP 36, 17390 La Tremblade. Tél. : 05 46 36 12 72.

[Page précédente](#)

[Accès direct](#) **L'astuce de Grégory**