



La table de Bruno



Blogueur énergique (Food Intelligence), Bruno Verjus crée une table événement, jouant le produit d'exception et les saveurs nettes. Bonite à l'infusion de sauge, morilles sauce vin jaune ou paleron de bœuf rôti sur l'os valent le déplacement. Table, 3, rue de Prague, Paris 12^e. 01.43.43.12.26. Carte: 45 € (déjeuner), 65-90 € (dîner).

La folle Septime



C'est la table la plus prise d'assaut de Paris. Bertrand Grébaut cuisine à l'inspiration dans un cadre rustique chic. Maquereau aux asperges, seiche au chou-fleur ou cabillaud aux épinards et bulots. Septime, 80, rue de Charonne, Paris 11^e. 01.43.67.38.29. Menus: 28 € (déjeuner), 55 €.

Le terroir d'Alzérat



Chef grande gueule de L'Opportun, « beaujolothérapeute », Serge livre sa vie, ses amis, ses recettes. Et quand Alzérat se raconte, ça vaut son pesant de gras-double et de petit salé. Un ouvrage savoureux, plus délicat qu'il n'y paraît. « Le meilleur du terroir, la vraie cuisine de bistrot », de Serge Alzérat (Albin Michel, 144 pages, 18 €).

LA BOUTEILLE

Le soda coquelicot

Une limonade parfumée aux aïrelles et au coquelicot qui plaît aux petits et aux grands. Elle est promue par la maison M. de Turenne à Bergerac. Une boisson douce, colorée, euphorisante. www.aff.fr



Iodé sel camarguais

C'est à la fois un delta, un marais, une île. Sur 145 300 hectares, entre les deux bras du Rhône et la Méditerranée, la Camargue est un monde à part. Salin-de-Giraud, Saintes-Maries-de-la-Mer, Port-Saint-Louis-du-Rhône, sans omettre l'étang de Vaccarès, bordé, le long de la mer, d'étangs salés, livrent un territoire unique. Sa végétation est riche en salicornes et plantes halophiles, c'est-à-dire friandes de sel, telle la lavande de mer, qu'on nomme ici saladelle. Son écosystème s'équilibre entre marais et plans d'eau salée.

Le sel de Camargue ? Une richesse dont la fleur est le « caviar ». Il imprègne terre et eau. Avec l'évaporation naturelle de l'eau au soleil et grâce à l'action du vent, il se détache avec aisance. Les sauniers le récoltent en douceur avec de longues spatules, comme à Guérande.

En cuisine, le sel de Camargue apporte fruité et douceur, autant que parfum marin. On le marie souvent aux herbes provençales (thym, romarin, laurier, persil, basilic, estragon). Il fait un bien joli compagnon pour les barbecues d'été.

LA RECETTE

Grillades de bœuf

Recette de l'huilerie Richard
Pour 4 : une belle pièce de bœuf (côte ou entrecôte), 25 g de beurre, 2 c à soupe d'huile d'olive, 4 c à soupe de crème fraîche, 1 c à soupe de sel de Camargue aux trois poivres (poivre noir, coriandre, baies roses).

Faire fondre une noix de beurre dans une poêle. Ajouter 2 c à soupe d'huile d'olive. Faire dorer la pièce de bœuf. Ajoutez 4 c à soupe de crème fraîche et 1 c à soupe de sel de Camargue.

Mélanger doucement jusqu'à disparition complète du sel, en retournant régulièrement la viande.

Servir chaud, avec une ratatouille ou un gratin dauphinois.