



©K19



RECETTE

MAQUEREAU MARINÉ AU VINAIGRE DE RIZ, JUSTE GRILLÉ • GASPACHO DE BETTERAVE, NOISETTE ET ROQUETTE

Pour 8 personnes

- 4 maquereaux bien frais.
- 1/4 de litre de vinaigre de riz.
- Gros sel de mer gris de Bretagne.

GASPACHO

DE BETTERAVES:

- 250 g de betteraves rouges,
- 20 g de noisettes torréfiées,
- 20 g de roquette,
- 50 ml d'huile d'olive,
- 10 ml de vinaigre balsamique,
- 10 ml de vinaigre de Xérès sel et poivre.

TUILE DE PAIN

POUR LA DÉCO:

- 160 ml d'eau,
- 20 g de farine
- 40 ml d'huile d'olive,
- sel et piment d'Espelette.

DÉCO:

- Pousses de betterave,
- moutarde pourpre,
- pousses de roquette,
- fleur de sel.

Pour la marinade

Lever les maquereaux et retirer les arêtes. Les mariner au gros sel pendant 1 h. Les rincer puis les mariner une seconde fois pendant 1 h au vinaigre de riz. Les égoutter et réserver au frais.

Pour le gaspacho de betteraves

Rassembler dans un blender tous les éléments de la recette. Mixer jusqu'à obtenir une purée homogène, rectifier l'assaisonnement et réserver.

Pour la tuile de pain

Rassembler dans un bol tous les éléments de la recette, mixer. Les cuire de la même façon que des crêpes dans une poêle anti-adhérente. Après avoir obtenu une coloration suffisante, les égoutter sur un papier absorbant.

Pour le dressage

Dresser joliment le gaspacho de betteraves (comme sur la photo). Brûler les filets de maquereau au chalumeau côté peau, jusqu'à obtenir une belle coloration. Disposer les filets de maquereau sur l'assiette. Décorer ensuite l'assiette avec les pousses de betterave, de moutarde pourpre et de roquette ainsi qu'avec des morceaux de tuile de pain. Parsemer légèrement de fleur de sel et servir aussitôt.

Le K19, 19 rue de la Boucherie - Vannes. 02 97 61 50 90.

FRÉDÉRIC ET CHRISTELLE LE GUERN

LE K19

Frédéric et Christelle Le Guern ont repris à Vannes, en août 2014, Le K19, rue de la Boucherie. Alliant élégance et décontraction, ce restaurant gastronomique propose « une cuisine gourmande et raffinée, entre tradition et modernité. » « Nous ne travaillons que des produits frais et de saison, achetés principalement sur le marché local », précise le chef. Le K19 se fournit notamment auprès de la ferme de Kermabio, à Monterblanc, pour les fruits et les légumes. Frédéric Le Guern, qui a tenu avec sa femme un restaurant dans l'Orne, a travaillé, entre autres, chez Joël Robuchon et obtenu, dans sa jeunesse, un titre de "Meilleur apprenti de France".