

cuisiner.

L'Antidote

5, rue Brizeux

09 71 74 00 65

RECETTE

MAQUEREAU MARINÉ, ASPERGES VIOLETTES, FRAISES ET HUILE DE CORIANDRE

Pour 8 personnes.

MAQUEREAU MARINÉ :

4 maquereaux,
1 oignon rouge,
2 gousses d'ail,
1 carotte,
1 fenouil,
1 branche de thym,
2 feuilles de laurier,
10 grains de poivre,
10 g de sel,
50 cl de vin blanc sec,
20 cl de vinaigre de cidre.

ASPERGES VIOLETTES :

32 asperges violettes,
beurre ½ sel,
huile d'olive,
poivre.

HUILE DE CORIANDRE :

20 cl d'huile d'olive,
1 botte de coriandre,
1 gousse d'ail,
2 cuillères à soupe de sauce soja,
1 cuillère à soupe de vinaigre
balsamique,
sel, poivre.

POUR LES MAQUEREAUX :

Lever les filets de maquereau et les désarêter.
Mettre les filets de maquereau dans un récipient
avec la marinade.
Disposer le récipient au réfrigérateur et laisser
mariner 24 à 48 heures.

POUR LES ASPERGES :

Peler les asperges en partant de dessous la tête et
en allant vers le bas, puis couper 1 à 2 cm du pied.
Cuire les asperges à la vapeur 10 à 15 minutes selon
l'épaisseur.
Poêler les asperges avec du beurre et de l'huile
d'olive jusqu'à légère coloration.

POUR L'HUILE DE CORIANDRE :

Mixer tous les ingrédients au blender.

DRESSAGE :

Déposer 4 asperges par assiette.
Disposer un filet de maquereau.
Égoutter et brûler la peau au chalumeau.
Ajouter quelques quartiers de fraises, de pousses
de roquettes et de pignons de pin torréfiés.
Verser l'huile de coriandre par-dessus.



YOHAN PAVESE (chef)

L'ANTIDOTE

Depuis l'été 2021, L'Antidote a investi l'ancien restaurant de paella de la rue Brizeux. C'est un bistrot qui sert le midi une cuisine simple et raffinée à la fois, autour d'une carte resserrée. Le soir, l'ambiance est plus axée sur la convivialité avec des tapas ou des planches à partager. L'Antidote est aussi un bar à vins fort de 350 références et qui propose de la vente à emporter. Cette nouvelle adresse dispose d'un joli patio de 200 m². En intérieur, deux ambiances dans deux salles différentes ; l'une chaleureuse avec canapés et fauteuils bas ; l'autre plutôt cosy. Le patron du restaurant, Pol Orjubin, un sommelier qui a travaillé dans des palaces, a consacré deux ans à rénover ce qui fut jusqu'en 2016 une adresse incontournable dans le centre-ville de Vannes.