

cuisiner.

RECETTE

## MERLU AU SUMAC RISOTTO À L'AIL SAUVAGE

Pour 4 personnes

### 480 gr de merlu frais

4 cuillères à café de poudre de sumac

2 cuillères à soupe d'huile d'olive extra-vierge

1 noix de beurre demi-sel

### 300 gr de riz arborio

2 échalotes ciselées

40 gr de beurre demi-sel

5 cl de vin blanc sec

900 gr de bouillon de légumes

80 gr de parmesan

### Pistou ail sauvage

2 bottes d'ail sauvage

20 gr de pignons de pin

50 gr de parmesan

30 gr d'huile d'olive extra-vierge

Quelques glaçons

### Garnitures

12 asperges vertes

1 betterave jaune

radis vert, violet & noir

zestes de citrons & orange

feuilles de moutarde,

mouron, oseille sanguine

### LE PISTOU

Mélangez tous les ingrédients nécessaires à la préparation du pistou à l'ail sauvage. Mixez et réservez au frais.

### POUR LA GARNITURE

Taillez les betteraves jaunes en triangle et laissez macérer dans le sel et le sucre pendant 30 minutes. Blanchissez ensuite les asperges dans l'eau frémissante pendant 5 minutes. Puis arrêtez la cuisson en les immergeant dans de l'eau froide avec des glaçons. Découpez les différents radis et réservez.

### LE RISOTTO

Ciselez deux échalotes et faites-les fondre dans une casserole avec le beurre demi-sel. Ajoutez le riz, faites-le suer quelques minutes et déglacez au vin blanc. Laissez le riz absorber et ajoutez petit à petit un fond de légumes pendant 15 minutes. Et en fin de cuisson, ajoutez quatre cuillères de pistou.

### LES MERLUS EN CUISSON UNILATÉRALE

Parsemez vos filets de merlus d'un trait d'huile d'olive, sumac et sel et cuisez-les à la poêle, côté peau à basse température avec une noix de beurre. La peau sera croustillante et la chair juteuse. Avant la fin de la cuisson du poisson, ajoutez les asperges dans la poêle pour les faire rôtir.

### LE DRESSAGE

Mettez le risotto au fond de l'assiette et posez délicatement le merlu dessus. Disposez la garniture, ainsi que des lamelles de parmesan et dégustez ! ●

Restaurant Le Petit Refuge

2, rue Thomas-de-Closmadeuc

Vannes

09 67 02 71 38



Erez Levi a obtenu le titre de Maître-restaurateur en 2022.

## LE PETIT REFUGE

Erez Levi, cuisinier-pâtissier et voyageur a posé ses valises en 2016 à Vannes, au Petit refuge. Passé par différentes cuisines étoilées Michelin à Paris, à chaque voyage il en profite pour découvrir de nouvelles recettes, techniques et goûts d'ailleurs.

*"Je prends des plats classiques d'autres pays, auxquels j'ajoute ma touche personnelle"*, raconte le Maître

restaurateur. Sa cuisine, légère, riche en saveurs et en textures, met toujours le produit en valeur. Erez Levi fonctionne en circuit court en travaillant des ingrédients de saison, tout en respectant une démarche antigaspillage.

Le restaurateur propose ses plats de 11 h à 18 h, avec la possibilité de s'adapter aux gourmets végétariens et végétans. *"Je m'applique à ce que ce soit rapide, bon et équilibré."* A l'heure du goûter, ses pâtisseries peu sucrées se marient avec des boissons maison comme le chaï latte pour se réchauffer ou la limonana pour se rafraîchir.

► Le Petit Refuge est ouvert du mardi au samedi de 11 h à 18 h et propose des plats à emporter, ainsi qu'un service traiteur.