



## Mi-cuit de thon, consommé de légumes et yaourt basilic

### Pour 2 personnes

500 gr de thon albacore  
10 cl de vin blanc  
100 gr de yaourt grec  
1/2 jus de citron  
huile d'olive  
beurre  
1 botte de basilic frais

### Légumes

2 carottes  
1 fenouil  
150 gr de céleri-rave  
concombre  
1 botte de côte de blettes  
400 gr de pommes de terre grenailles

### En décoration

feuilles de moutarde  
oignons frits

### CONSOMMÉ D'ÉPLUCHURES

Épluchez les légumes et réservez les épluchures, elles serviront pour le consommé. Mettez à ébullition de l'eau, de la sauce soja (sucrée et salée) et recouvrez. Puis ajoutez les épluchures et laissez cuire à feu doux pendant 10 minutes. Passez à chaud le contenu de la casserole au chinois, pour ne garder que le jus.

### CUISON DES LÉGUMES

Taillez ensuite les légumes en brunoise et blanchissez-les avec un peu de bouillon préparé précédemment. Pour blanchir, portez à ébullition et réservez immédiatement après pour conserver le croquant des légumes. Enfournez les pommes grenailles pendant 35 minutes à 180 °C, sur une plaque, avec un filet d'huile d'olive et du sel. Puis, à mi-cuisson, roulez-les dans le beurre pour obtenir un aspect rôti.

### MI-CUIT DE THON

Réalisez une marinade pour votre thon avec 10 cl de vin blanc et une cuillère à soupe d'huile d'olive. Puis saisissez le poisson à la poêle ou plancha et finissez la cuisson au four, 2 à 3 minutes à 170 °C.

### LE YAOURT GREC AU BASILIC

Mettez un trait de vinaigre de xérès dans votre yaourt grec, ainsi qu'un jus de citron et du sel fin. Ciselez 3 à 4 feuilles de basilic pour parfumer.

### DRESSAGE

Versez le consommé de légumes et ajoutez à l'aide d'une petite cuillère quelques morceaux de légumes. Disposez votre mi-cuit de thon et décorez avec des feuilles de moutarde et des oignons frits. Complétez l'assiette avec des pommes de terre grenailles et le yaourt grec dans un petit bol à côté.

**Derrière**  
2, rue Porte-Poterne  
02 97 40 97 35



Ophélie et Simon, en salle, sont les gérants du Derrière, tandis que Jean-Marc Bardet officie en cuisine.

## Derrière

"On a gardé le nom", s'accordent Ophélie Ropion et Simon Huet à la tête du Derrière. Ambiance bistrot de quartier pour cette adresse qui se décline en café, bar, restaurant. En cuisine, Jean-Marc Bardet s'exécute sur des recettes anti-gaspillage composées grâce à un circuit-court. Habitué à cuisiner avec des produits régionaux, il a notamment passé 18 ans au Castel Clara de Belle-île et obtenu deux fois le titre de maître-restaurateur. Fier de mettre à l'honneur de la saucisse d'Ouessant, des chèvres de Séné, ou encore des légumes de Baden, le chef mise sur une cuisine terre à terre qui a du sens. Et pour les plats du jour, il se fie à son instinct et son expérience. Côté bar, le barman écailleux Nono se charge de remplir les verres ou ouvrir les huîtres. Et en salle, Ophélie et Simon butinent de table en table au milieu de leur mobilier dépareillé qui peut accueillir 80 couverts. Pour la déco, clin d'œil au derrière, sans pour autant que ce ne soit "cul-cul", au contraire, du second degré pour coller à cette idée de bistrot décontracté. Celui où on vient manger une bonne bavette, ou prendre un pot et grignoter quelques tapas.

► Fermé les dimanches et lundis. Ouvert à partir de 10 h pour le café, puis restauration jusqu'à 14 h 30 et de 18 h à 23 h 30 pour le bar-restaurant.