



alt. **1886**

LES VIANDES DU
MASSIF

Prenez de la hauteur sur la viande



*Rond de gîte alt.1886 façon sushi,
lentilles blondes de Saint-Flour,
sauce soja, gentiane & miel d'acacia*

Chef Bruno Giral
Restaurant - Le Nautilus
Membre des Toques d'Auvergne

Préparation des lentilles blondes

Commencer par couper la poitrine de porc, l'oignon et la carotte en brunoise. Dans une casserole, faire fondre le beurre avant d'ajouter la garniture (*oignon, carotte et lardons*) et laisser suer quelques minutes. Mouiller les lentilles à l'eau froide avant de les incorporer dans la casserole en remuant bien avec une spatule. Recouvrir le tout d'eau froide.

Une fois que l'eau frémit, laisser cuire sans porter à ébullition au moins 30 minutes. Lorsque la cuisson est terminée, égoutter les lentilles avant de les refroidir sous l'eau froide et de les réserver au frais.

Pour la préparation du riz

Laver le riz à sushi en le rinçant dans une eau froide puis en l'égouttant. Reproduire l'opération trois fois avant de le laisser tremper dans l'eau pendant 20 à 30 minutes. Après l'avoir égoutté, mettre le riz dans une casserole avec 1,5 fois son volume en eau froide et le cuire à couvert, à feu vif, jusqu'à ébullition. Dès que l'eau boue, réduire le feu et laisser mijoter 15 minutes à couvert. Retirer alors la casserole du feu et laisser le riz, toujours à couvert, pendant encore 10 minutes dans la casserole. L'eau doit avoir complètement disparue.

Verser le riz dans un saladier (*en bois de préférence*) et ajouter le vinaigre de riz, le sel et le sucre*. Mélanger avec une spatule en bois jusqu'à complet refroidissement du riz. Cette opération prend 10 minutes environ. Lorsque le riz est froid, incorporer les lentilles et bien mélanger avant de rectifier l'assaisonnement en sel et poivre (*selon les goûts*). Réserver au frais.

Pour la préparation de la sauce, mélanger dans un bol la sauce soja avec la gentiane artisanale et le miel d'acacia. Réserver la sauce au frais jusqu'au service.

Pour la préparation des sushis

Après avoir découpé des tranches très fines de rond de gîte **alt.1886**, les disposer sur un papier sulfurisé. Veiller à ce que les tranches soient à fleur les unes des autres, d'une extrémité à l'autre de la feuille. Faire autant de feuilles que nécessaire. Former ensuite des boudins homogènes de riz au lentilles blondes pour les disposer sur la viande. Rouler le tout à l'aide du papier sulfurisé afin que la viande emprisonne la garniture. Bien serrer les rouleaux à l'aide d'une spatule ou du dos d'un couteau avant de plier les extrémités. Réserver au frais une petite heure avant de retirer le papier sulfurisé du rouleau.

Pour le dressage, trancher des tronçons de 1,5cm à 2cm à l'aide d'un couteau dont la lame a été préalablement trempée dans de l'eau froide. Disposer les sushis ainsi formés dans un plat ou une assiette. Servir avec le bol de sauce et quelques feuilles de mesclun.

Quantité de viande :
200 à 220 g de rond de gîte
alt.1886

Ingrédients pour les lentilles blondes de Saint-Flour :

20g de carottes
20g de poitrine de porc (lardons)
20g d'oignons
60g de lentilles
15g de beurre

Ingrédients pour le riz :

100g de riz pour sushi
Eau 1,5 fois le volume du riz
30g de vinaigre de riz
10g de sucre
2g de sel

Ingrédient pour la sauce soja, gentiane et miel d'acacia :

30g de sauce soja
3g de gentiane artisanale
10g miel d'acacia

* astuce de chef : pour faciliter le mélange des ingrédients, mélanger le vinaigre, le sel et le sucre préalablement dans un bol, puis ajouter le mélange au riz.

Dans la cuisine du Nautilus, à Saint-Flour (15), **Bruno Giral** met un point d'honneur à mélanger les produits du terroire et les saveurs iodées. Un pari audacieux qui fait chavirer les papilles de ses clients.

Sa technique et son savoir-faire permettent au chef de faire partie des Toques d'Auvergne.

