

— La recette facile d'un chef —

Poulpe barigoule d'artichauts



**Christophe
Ducros,
La Maison
d'Uzès (30)**

Trois ou quatre saveurs par assiette autour d'une présentation légère. Ainsi va l'élégante cuisine de Christophe Ducros. Sans tapage, le chef chuchote son art, murmure ses créations, afin de laisser la vedette aux produits. *Son étoile au Michelin prouve qu'à voix basse, il sait parfaitement capter l'attention du gastronome.*



PHOTO: ALAIN GELBERGER, STYLISME: CATHERINE BOUILLOT

Pour **4 personnes**

Préparation **45 min**

Prix **€** par personne

Ingrédients : barigoule : 4 artichauts Calico, 4 artichauts violets de Provence, 1 orange, 1 carotte, 1 branche de céleri, 1 gousse d'ail, 1 oignon doux, 1 citron jaune, 1 verre de vin blanc sec, 1 badiane, 20 grains de coriandre, 100 g de poitrine de porc fumé, 2 branches de thym frais. Poulpe : 1 poulpe de 1 kg, huile d'olive, ail, thym, laurier, piment d'Espelette, fleur de sel de Camargue.

- Nettoyer puis congeler le poulpe au moins 12 h. Le mettre à décongeler au réfrigérateur, puis le cuire en cocotte 30 à 40 minutes au four à 150°C avec un peu d'huile. Ajouter l'ail, le thym, le laurier, le piment et la fleur de sel.
- Barigoule. Couper la queue et les grosses feuilles de l'artichaut pour ne garder que le blanc. Les citronner pour éviter l'oxydation. Les tailler en quarts.
- Tailler la garniture (carotte, céleri, oignon, ail) en brunoise. Saisir la poitrine dans un sautoir. Ajouter la garniture, puis les artichauts. Faire suer à feu doux sans coloration. Déglacer au vin blanc, puis au jus d'orange.
- Ajouter badiane, peau d'orange, thym et coriandre. Cuire à couvert 15 min.
- Tailler le poulpe en petits morceaux. Dresser avec les artichauts.

€: moins de 5€ - €€: entre 5 et 10€ - €€€: plus de 10€.

Réalisation : Lionel Bret

On boit quoi avec ?



Un blanc. Un modèle d'équilibre et de parité : moitié roussanne, moitié marsanne (cépages). L'alliance de la délicatesse et de la puissance, de la rondeur et de la rigueur. Résultat : un vin aux notes florales, légèrement miellé. Un bonbon acidulé, à faire saliver d'envie.

Saint-Péray,
Le Tram, 19€,
Domaine Courbis

PHOTO: SERVICE DE PRESSE

L'ABIS DALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. A CONSOMMER AVEC MODÉRATION.