



(LP/FRÉDÉRIC DIGIT)

SUR LE GRIL DU CHEF PAR SÉBASTIEN DEMORAND

Poisson et inspiration japonaise chez Alexandre Bourdas

L'été, c'est le temps des grillades en plein air. Chaque semaine, un chef de talent nous fait partager ses astuces pour réussir une recette au barbecue. Aujourd'hui, Alexandre Bourdas à Honfleur.

On a rarement besoin d'un dictionnaire franco-japonais pour décrypter une enseigne mais, avec Sa.Qua.Na, c'est à peu près indispensable.

■ **Le lieu.** En français dans le texte, on dira donc Saveurs, Qualité, Nature : programme assez alléchant, déjà. Pour le versant nippon, sachez que le « sakana » est, chez Alexandre Bourdas, particulièrement bien traité. Du poisson, donc — quoi de plus normal en plein Honfleur, à deux pas des flots ? Dans une atmosphère extrêmement zen, élégante et modeste.

■ **L'homme**
Alexandre Bourdas n'est pourtant pas un marin dans l'âme. Aveyronnais d'origine, il a pas mal bourlingué, des Landes à l'Aubrac en passant par... le Japon. C'est le génial chef de Laguiole, Michel Bras, qui l'envoie là-bas au début des années 2000 pour y lancer la réplique de son restaurant : Alexandre Bourdas y restera trois ans, le temps de s'imprégner de cette fantastique culture gastronomique. L'homme est aujourd'hui l'un des meilleurs connaisseurs de

la cuisine japonaise, mais n'allez pas pour autant imaginer qu'il se contente, chez lui, de débiter du sashimi.

On croiera bien ici ou là quelques impressions de Soleil-Levant, mais là n'est pas l'essentiel. Alexandre Bourdas cuisine avant tout avec ses souvenirs, son goût du produit brut et son inspiration.

Deux assiettes racontent mieux que les mots ce qu'il est : la lotte pochée à la livèche et à la coriandre, servie dans un bouillon translucide mais dense à base de noix de coco et d'huile de combava (un agrume aux notes de citronnelle), et cette espèce de trou normand nommé simplement Direct, où quelques palourdes assaisonnées de citron vert et d'huile de gaillet vous font littéralement boire la tasse.

■ **La griffe**
Dernière leur indéniable sophistication, les assiettes d'Alexandre Bourdas témoignent aussi d'une évidente goumandise. Le chef n'a d'ailleurs que ce mot à la bouche et préfère dire qu'avant d'être « pensée » la cuisine se doit surtout d'être mangée. Soit : grillons donc quelques sardines ce dimanche, mangeons, et on en reparle.



(JEAN-PIERRE MAUGER)

■ **Sa.Qua.Na**,
22, place Hamelin,
14600 Honfleur.
Tél.
02.31.89.40.80.
www.alexandre-
bourdas.com.
Fermé lundi,
mardi et mercredi.
Menus : 65-95 €.

SA RECETTE

Brochettes de sardines grillées au soja, yaourt, radis et coriandre



(JEAN-PIERRE MAUGER)

de 1,5 cm d'épaisseur, arrosez-les d'huile d'olive et faites-les légèrement dorer au toaster. Emincez les radis en très fines rondelles, disposez-les dans un bol d'eau glacée et réservez au frais. Récupérez les pluches de coriandre.

■ **Mélangez** dans un bol trois cuillères à soupe de sauce de soja avec une cuillère à soupe d'huile d'olive. Mettez les sardines à griller pendant huit minutes, puis badigeonnez-les en fin de cuisson du mélange soja-olive. Remettez les sardines sur le grill pour quelques secondes (si vous les laissez trop longtemps, le soja risque de développer des notes amères). Egouttez les rondelles de radis.

■ **Disposez** vos sardines sur les tranches de brioche, retirez les piques puis répartissez harmonieusement le yaourt, les rondelles de radis, les pluches de coriandre avant de terminer par un trait d'huile d'olive, quelques gouttes de jus de citron et de la fleur de sel. Croquez à belles dents.

L'ATOUT VIN

Un minervois blanc ? « Inattendu ! » rigole Alexandre Bourdas. Et c'est justement le nom de cette cuvée élaborée par Nicole et John Bojanowski, à la fois riche et minérale.

■ **Clos du Gravillas**,
34360, Saint-Jean-de-
Minervois.
Tél. 04.67.38.17.52.
www.closdu-
gravillas.com



(JEAN-PIERRE MAUGER)

POUR 4 PERSONNES

- 12 sardines moyennes, vidées et étêtées.
- 1 brioche de boulanger.
- 1 poignée de radis ronds.
- 2 yaourts fermiers.
- 1/2 botte de coriandre.
- 1 citron jaune.
- Huile d'olive.
- Sauce de soja japonaise.

■ Fleur de sel, sel fin.

Rincez soigneusement les sardines avant de les sécher délicatement dans un torchon. Disposez-les trois par trois et tête-bêche sur une grande plaque avant de les piquer de deux piques à brochette pour les retenir entre elles. Salez légèrement l'ensemble au sel fin et réservez au frais.

■ **Coupez** quatre tranches de brioche

RETROUVEZ
SÉBASTIEN DEMORAND SUR
SAMEDI & DIMANCHE à 9H15
RTL