ON A TESTÉ & APPROUVÉ LE BAR D'AQUACULTURE DE NOS RÉGIONS EN CUISINE

étude réalisée pour le CIPA
(Comité Interprofessionel des
Produits de l'Aquaculture)

BANC D'ESSAI

TESTÉ & APPROUVÉ 2012

ÉCRITURE CULINAIRE

CENTRE CULINAIRE contemporain

PROTOCOLE

tester et approuver le bar d'Aquaculture de nos Régions en cuisine

ACTION #1

Analyses sensorielles descriptives à partir de bars grande taille et petite taille (ou portion) ; provenance élevage et sauvage :

- Caractérisation des profils sensoriels des échantillons testés

ACTION #2

Tests culinaires descriptifs à partir de bars grande taille et portion :

- Analyse visuelle et descriptive du produit à cru et au moment du filetage ; appréciation de la texture ; évaluation de différents modes de cuisson (papillote, rôti, grillé, poêlé, croûte de sel)
- Analyse gustative

ACTION #3

Applications culinaires créatives adaptées aux poissons d'élevage :

- Ecriture culinaire et sélection des recettes les plus adaptées au bar d'élevage

Regarder, toucher, sentir, goûter, noter, selectionner... autant de gestes qui constituent la méthodologie du "banc d'essai".

PROTOCOLE

valider l'idée selon laquelle le poisson est un raconteur d'histoires culinaires...

... En croisant les sensibilités, celle d'un cuisinier, puis celles d'un ingénieur R&D, d'un expert en analyse sensorielle, d'un sociologue, d'un photographe et d'un graphiste.

"S'il est une cuisine délicate et sensible, c'est bien celle du bar. Est-il d'ailleurs raisonnable de parler "du" bar comme s'il existait une forme générique? Probablement pas. C'est tout au moins ce que nous invitent à penser les chefs que nous côtoyons.
A les écouter, le poisson a quelque chose d'insaisissable. Plus on cherche à le maîtriser et plus on prend conscience de la complexité de la tâche ; plus on devient expert en matière de cuisine et plus on prend la mesure de la diversité des possibles. Tant et si bien que "les bars" apparaissent pour beaucoup comme un terrain de création culinaire extrêmement fécond."

ON A TESTÉ POUR VOUS

CONDITIONS D'ELEVAGE

Nés du travail rigoureux et respectueux des pisciculteurs, suivis et contrôlés de leur naissance jusqu'au point de vente, les poissons sont pêchés à la commande et livrés sur les étals dans des délais extrêmement courts (entre 24h et 48h), ce qui les place parmi les plus frais du marché.

Ils répondent à la « Charte Qualité – Aquaculture de nos régions ® » qui assure :

- Des poissons élevés et transformés en France pour une qualité et une fraîcheur exemplaires
- Des poissons à la traçabilité totale
- Des poissons dont le bien-être a été respecté
- Des poissons rigoureusement contrôlés
- Des garanties nutritionnelles
- Des qualités organoleptiques
- Des poissons inscrits au cœur d'une démarche de développement durable

LE PRODUIT TESTÉ : LE BAR D'ÉLEVAGE

Noble par excellence, ce poisson à chair blanche et ferme est surnommé loup en Méditerranée.

- **Poids :** de 300 à 450 g et jusqu'à 1 kg et plus
- **Durée d'élevage :** entre 20 mois (300/450 g) et 30 mois (1 kg et plus)
- **Type d'élevage :** bassins à terre en mer du Nord et côte Atlantique, cages en mer Méditerranée

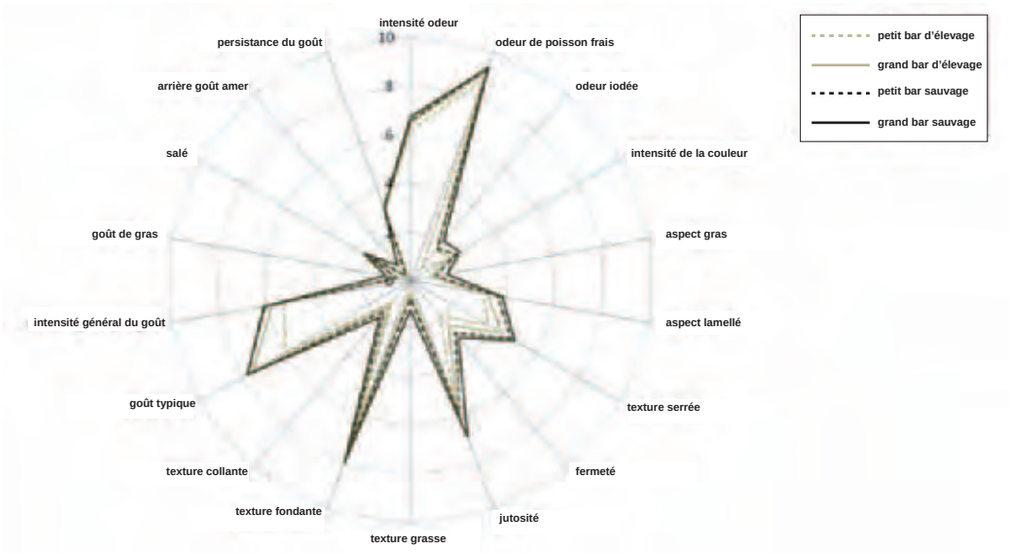
ECHANTILLONS TESTÉS :

- **Bar grande taille élevage/sauvage :** poissons de 1 kg et plus
- **Bar petite taille élevage/sauvage :** poissons entre 300 et 400g

ASPECT VISUEL À CRU :

- **Bar grande taille :** robe argentée, œil vif et brillant, texture ferme, humide avec mucus, couleur de la chair bien blanche
- **Bar petite taille :** robe argentée, brillante, œil vif et brillant, ouïes rouges, texture ferme, humide avec mucus, couleur de la chair bien blanche

TESTS SENSORIELS



LE BAR

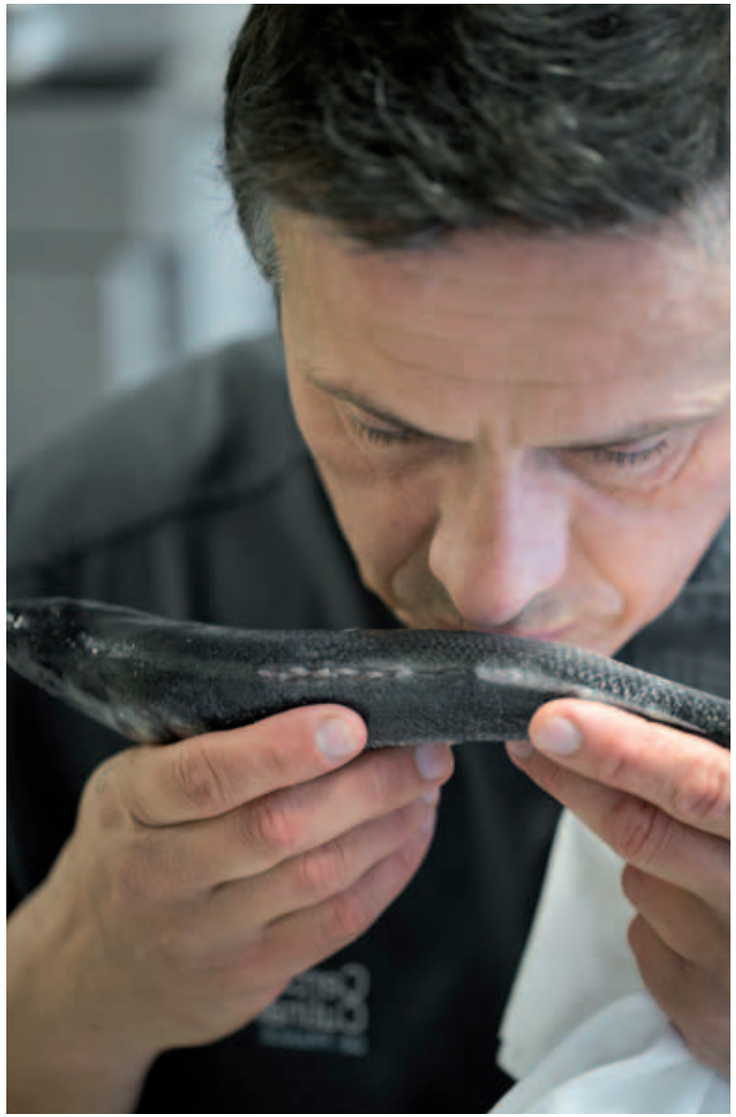
Le bar d'élevage et le bar sauvage ont des profils globalement similaires. Seule l'intensité des critères permet de les différencier. Ils se caractérisent par une odeur de poisson frais intense, une couleur blanche, une texture fondante, juteuse et moyennement serrée et un goût intense et typique. Leur texture est très peu grasse et peu collante.

PETIT BAR

Le petit bar d'élevage se caractérise par une texture peu ferme et serrée, son goût est moyennement intense et typique, il a une odeur très faiblement iodée.

GRAND BAR

Le bar sauvage a une texture assez serrée. Le grand bar d'élevage a une texture assez juteuse et fondante.



Les profils sensoriels du bar d'élevage et du bar sauvage sont similaires avec une nuance dans l'intensité des critères.

TESTS CULINAIRES

PETIT BAR

Filet en papillote : richesse aromatique et dialogue entre les ingrédients
Filet rôti : la référence - la cuisson sublime les notes aromatiques du bar
Filet grillé : force des notes torréfiées

GRAND BAR

Rôti à la poêle : texture moelleuse et croustillance de la peau
Rôti : la référence - la cuisson sublime les notes aromatiques du bar
Grillé : apport de notes torréfiées
Croûte de sel : côté "iodé" légèrement salé et texture moelleuse

TESTS CULINAIRES

la grillade à partir d'un bar grande taille

Le grillé fait aujourd'hui partie des référentiels de la cuisson du poisson.
Sur les cartes des restaurants, il n'est pas rare de croiser un "bar grillé sauce à l'oseille" ou un "bar grillé au beurre blanc". Si le grillé est si emblématique de la culture culinaire française, c'est certainement parce qu'il est d'abord un mode de cuisson fédérateur.
Un consommateur qui passe à proximité d'un barbecue est tout de suite mis en appétit. Il a le nez levé, il pénètre cette atmosphère si particulière: "Hum ça sent bon !" ; "Ça met en appétit !". Et plus encore si le bar est grillé au sarment de vigne dans une vieille cheminée. A cela s'ajoutent le croustillant et le visuel de la grillade qui – si la cuisson a été réalisée correctement – se caractérise par un quadrillage couleur caramel. C'est simplement beau. La force des notes torréfiées – à condition que le bar n'ait pas été ferré - vient enfin relever le goût du poisson.
C'est déjà toute une histoire !

"Hum ça sent bon !"
"Ça met en appétit !"

TESTS CULINAIRES

la cuisson rôtie à partir d'un filet de bar ou d'un bar portion

Le rôti fait lui aussi partie des cuissons incontournables de la cuisine française. C'est le "bar rôti à l'huile d'olives", le "bar rôti avec des beurres composés". Sur le bar, le rôti a cette particularité de dégager des arômes à la fois "subtils" et "puissants". Il vient sublimer les notes aromatiques du poisson tout en préservant le goût du beurre, des échalotes, du romarin... "Il va y avoir plein de choses qui vont se mettre en place".
Le produit se colore progressivement, il gagne en croustillance : "C'est une gourmandise d'enfant !". A cela vient se greffer toute la force évocatrice du mode de cuisson : "Un cuisinier, c'est un rôtisseur. Ce qui lui importe, c'est de rôtir et de bien rôtir". Le bar est mis au four. L'espace de cuisson est clos, lumineux, chaleureux. Le cuisinier attentionné veille à "nourrir la matière" tout au long de la cuisson. Le geste est généreux : "C'est un petit peu comme une personne qui fait un dessin ou qui va peindre. Rôtir, c'est plein de gestes. Tu passes au four, tu vas ouvrir, tu vas sortir, tu vas arroser, tu vas éventuellement remettre un peu de matières grasses ou un peu d'eau s'il y a besoin d'humidité. En fin de compte le rôti est plus choyé, on y fait attention. C'est comme un enfant, tu vas border les draps correctement pour pas qu'il ait froid". Et touche finale : l'ouverture du four quand le bar est cuit ! L'odeur pénètre la cuisine et "toute la puissance se dégage".

Si le grillé "fait participer l'environnement", le rôti a quelque chose de plus individuel, tourné vers soi et vers les membres du foyer. Le rôti reste la technique de référence pour la cuisson du bar.

ÉCRITURE CULINAIRE

Le triptyque taillage / cuisson / assaisonnement conditionne la lecture du plat et son goût final. Les recettes sélectionnées ci-après proposent différentes narrations culinaires autour du bar et de ses attributs sensoriels. Elles sont autant d'interprétations possibles du bar par le cuisinier.

	INTITULÉ	TAILLAGE	MARQUEURS CULINAIRES	MODE DE CUISSON
1	Bar doux acide	Filet de bar	Crème d'oseille, carottes, chou nouveau, citron	Poêlé
2	Loup de mer breton	Bar portion	Etrilles, morue, fenouil, pastis, réglisse	wGrillé
3	Bar à la méditerranéenne	Pavé de bar	Atoli, myrtille, haricot vert, poivron	Grillé
4	Triskel de bar en croûte de sel	Bar portion	Pâte à sel, grenailles, beurre salé	Croûte de sel
5	Bar et tomate confite	Pavé de bar	Tomate coeur de boeuf, radis, sucre, Rapadura	Grillé
6	Bar meunière artichaut abricot	Bar portion	Abricots, artichauts camus, artichauts poivrades, thé Matcha	Meunière

ÉCRITURE CULINAIRE

Loup de mer breton

PUBLIC : UNE RECETTE PLUTÔT POUR LES PROS ET LES CUISINIERS AVERTIS

Cette recette est un concentré de puissance. L'histoire commence par l'évocation du "loup de mer" que l'on croise sur les cartes de restaurants du sud de la France. Puis une envie, celle de lui proposer une rencontre avec deux vieilles comparses bien connues des côtes bretonnes, la morue et l'étrille. La discussion promet d'être musclée mais joyeuse ! L'étrille est certainement l'un des crabes les plus aromatiques. En coulis, la puissance est déjà là. Et la narration de s'accélérer crescendo, car l'étrille ne vient pas les pinces vides. On va lui ajouter une touche de réglisse, puis de la vergeoise brune : "Je voulais une sauce avec beaucoup de caractère". Le ton monte. Attiré par les notes anisées de la réglisse, un fenouil cuit fondant s'invite à la discussion. Certes, l'anis, il connaît.

Mais aujourd'hui, il en veut davantage. On l'arrose donc de quelques gouttes de Pastis et on l'accompagne d'anis étoilé, d'aneth et d'estragon ciselés. La morue arrive enfin, forte de son caractère bien salé. Avec les notes aromatiques apportées par la brindille de thym, les oignons nouveaux, le piment d'Espelette et les gousses d'ail, elle n'en est que plus remontée : "En général, le côté anisé fonctionne toujours avec l'ail et le thym". La discussion peut s'engager alors, et tout se met en place entre les ingrédients à mesure que la cuisson passe à l'orage : "On a de la puissance dans le coulis d'étrille, on a de la puissance dans la crème de morue, dans l'ail, le thym. On a de la puissance dans le fenouil... En fin de compte, dans chaque ingrédient, il y a de la puissance". La beauté de l'écriture culinaire consiste à rendre possible ces rivalités tout en créant le liant indispensable qui fait que le tout fonctionne.

C'est une recette qui demande un engagement du cuisinier et qui peut déstabiliser les palais les moins avertis : Si je fais cette recette-là, c'est que je connais bien mes convives, car je sais que je vais leur faire manger beaucoup de puissance". Reste à trouver le vin qui accompagne notre "loup de mer" : "Je suis sûr que le caviste va se gratter la tête". Pas de doute, le bar saura tirer son épingle du jeu.

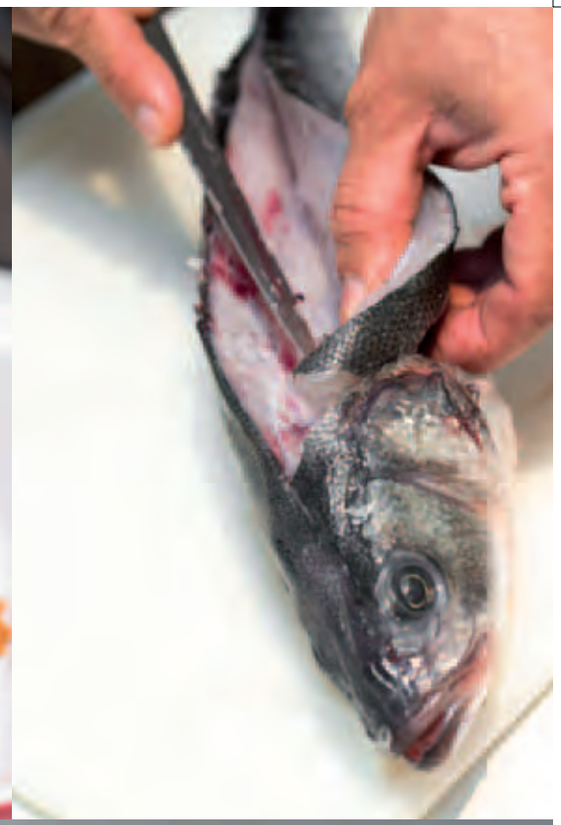
ÉCRITURE CULINAIRE

Bar et tomate confite

PUBLIC : UNE RECETTE POUR TOUS, Y COMPRIS LES ENFANTS

Il est souvent difficile de tout dire en quelques mots. La problématique est la même en cuisine. Comment magnifier le bar en le préparant avec des ingrédients simples, peu nombreux mais bien pensés? La recette bar et tomate confite propose un parti-pris culinaire astucieux. Quoi de plus délicat qu'un poisson? Quoi de plus tendre qu'une tomate? Le mariage est heureux. Pour cet événement, le bar s'apprête des notes torréfiées de la grillade. De son côté, la belle tomate se fait confire entière avec de l'huile d'olives, du citron et du sucre Rapadura : "Le but, c'est de la confire longtemps, tout doucement". Et derrière, "il n'y a pas forcément besoin de grand-chose". Le radis vient ajouter son croquant et son piquant à la cérémonie. Le pain frit, quant à lui, amène du craquant et de la surprise : "C'est une recette autour du bar que j'adore parce qu'elle est simple et elle est pleine d'arômes".

La touche champêtre de ce mariage estival vient des variantes de vert apportées par les petites feuilles de radis, celles de moutarde, celles de basilic, puis par la ciboulette et ses fleurs. Les mariés sont simplement beaux, juste heureux d'être là, posés au centre de l'assiette. Que le bal (des sens) commence.



ON A APPROUVÉ

ON A APPROUVÉ LE BAR D'AQUACULTURE DE NOS RÉGIONS EN CUISINE :

Ses qualités gustatives

Ses champs d'applications culinaires

Sa force évocatrice

IMAGINONS ENSEMBLE LA CUISINE DE DEMAIN

UNE AMBITION
Renforcer les capacités d'innovation des "filières du manger" à partir des usages culinaires.

UNE "BOÎTE À OUTILS"
Une infrastructure technique multifonction de 3500m2 design, durable et digitale.

LES SERVICES
EXPLORER / INNOVER / TRANSMETTRE
- Décrypter les usages culinaires
- Générer des idées
- Créer de nouveaux produits
- Tester et approuver
- (Se) former à la carte
- Bâtir les réputations

UN LABORATOIRE D'EXPÉRIMENTATION PERMANENTE
- Mettre les usages culinaires au cœur du processus d'innovation
- Et encourager la co-création

CENTRE CULINAIRE contemporain

EQUIPE PROJET :
Marie-Loïc GARIN
chef de projet R&D / Ingénierie Culinaire
Philippe JUDÉAUX
chargé de mission
Fabrice CLOCHARD
sociologue, chef de projet "Recherche & Etude"
Tugdual DEBÉTHUNE
chef, conseiller culinaire
Franck HAMEL
photographe culinaire
Virginie BRÉGEON
graphiste
Freddy THIBURCE
directeur général

CONTACT :
Marie-Loïc Garin
mgarin@centreculinaire.com
Tél. 02 99 31 45 08
Centre Culinaire Contemporain – CS 41208 – 35012 Rennes cedex

Étude réalisée pour le CIPA (Comité Interprofessionnel des Produits de l'Aquaculture), sur des produits conformes au cahier des charges, du mois de mars au mois de septembre 2012.

CONTACT :
Véronique Éhanno
CIPA – 32 rue de Paradis
75010 PARIS
Tél. 01 40 58 68 00

AQUACULTURE de nos régions

l'Europe s'engage en France

FranceAgriMer