



## FOOD STORY BISTROTS

RÉALISATION : **MARIE-CAROLINE MALBEC**  
(COOKISSIME.COM)

### SANS POIREAU PAS DE BISTROT



Voilà comment les Anglais en parlent. « C'est un plat français classique toujours servi dans les cafés et les bistrots traditionnels.

Pour préparer le plat, une vinaigrette à la moutarde est servie sur des poireaux bouillis. » Ce qu'ils ne disent pas, c'est que le poireau doit être jeune, de provenance française et bio de préférence, bien cuit mais encore un peu ferme au cœur, bien égoutté, nappé d'une vinaigrette aussi relevée que douce à base de bonne moutarde de Dijon, d'huile et de vinaigre de qualité.



### STÉPHANE PEYRAUD BISTROTIER DE L'ANNÉE

Chef et copropriétaire de *Oui mon général*, élu Bistrot de l'année 2021 par le Guide Lebey, il est l'un de ces cuisiniers qui attachent leurs clients à leur établissement. Il aime son métier et ça se sent ! Ses plats nous rassurent, nous relient à la vie et nous rendent tout simplement heureux. De son grand-père, charcutier, il a hérité l'amour du travail bien fait, et une de ses phrases toujours résonne en lui : « Pour avoir de beaux animaux, il faut de belles personnes. » On peut l'adapter à Stéphane « pour avoir une belle cuisine, il faut de beaux produits », ceux qu'il sélectionne avec rigueur et cuisine avec ferveur.  
14, rue du Général Bertrand, 75007 Paris. Tél. : 01 47 83 76 66



### RECETTE EXPRESS

#### L'OS À MOELLE

Demander au boucher de beaux os à moelle en gouttière. Compter un os par personne, les cuire à la vapeur pendant 10 min. Couper du chorizo, une tranche épaisse par personne, en petits cubes. Hacher un bouquet de ciboulette. Disposer ce mélange sur les os, puis les passer au grill 5 min. Parsemer de fleur de sel. Servir avec du pain grillé. L'accompagnement de l'os à moelle peut varier en fonction de vos envies, n'hésitez surtout pas à tester d'autres associations. Recette de Stéphane Peyraud, extraite du livre *Bistrotier*.

### UNE INSTITUTION : LES BISTROTS

C'est un état d'esprit, un mode de vie, un sens de la convivialité hors du commun. Bien sûr il y a la cuisine mais aussi, le cadre, l'ambiance, l'accueil, les patrons et les habitués qui deviennent des amis, une famille. C'est l'endroit dans lequel on s'engouffre l'hiver au petit matin pour un café, pressé au comptoir à lire le journal, ou assis en terrasse l'été pour regarder une ville s'éveiller. Le meilleur exemple à Paris, c'est le *Bistrot Paul Bert*, le patron Bertrand Auboyneau y sert la cuisine qu'on aime, traditionnelle, parfaitement maîtrisée avec des beaux produits 100 % français.  
18, rue Paul Bert, 75011 Paris. Tél. : 01 43 72 2401



### DEUX LIVRES À AVOIR

**Charcuterie.** Quand Sébastien Zozaya, MOF charcutier, nous donne les clefs des techniques de base, on le suit sans hésiter et quand en plus il nous apprend à avoir la main légère sur le sel et le gras, on fonce! (*Le Chêne* 59,90 €).  
**Bistrotier.** Que serait la France sans ses bistrots? Nous le découvrons au fil des recettes de Stéphane Reynaud qui fleurissent bon notre beau pays, son terroir et sa culture, de quoi se sentir fiers de notre cuisine. (*Le Chêne* 39,90 €).





## FOOD STORY ŒUF MAYO



### VERSION SIGNÉE BRAS

Pour 1 personne

PRÉPARATION : 10 MN. CUISSON : 7 MN

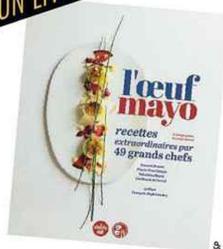
**FACILE**

• 1 œuf frais • tofu • jeunes pousses  
selon saison • huile de votre choix

- Prendre un œuf bien frais, le rincer, le plonger délicatement dans une eau frémissante, le cuire 7 min, sachant que la durée dépend du calibre, afin d'obtenir un jaune légèrement pris, non dur.
- Émulsionner une huile de votre choix avec du tofu soyeux, (2/3 pour 1/3), assaisonner. Couper légèrement l'œuf à la base pour qu'il puisse tenir debout, le trancher délicatement au 1/3 supérieur, réserver le haut.
- A l'aide d'un emporte-pièce, (ou d'un vide-pomme) évider du blanc d'œuf jusqu'au jaune, appuyer légèrement sur l'œuf pour faire perler du jaune sur le côté.
- Garnir l'œuf de l'émulsion, puis des pousses et couvrir du chapeau.

La version ci-dessus est l'adaptation de celle conçue par Michel et Sébastien Bras, extraite du livre *L'Œuf mayo* publié au Cherche-Midi.

UN LIVRE



#### Recettes de chefs

Grâce à l'initiative de l'Association de Sauvegarde de l'Œuf Mayonnaise (ASOM), initiatrice de ce livre, partez à la découverte des 49 recettes de chefs qui ont réinventé cet œuf, grand classique des comptoirs de bistrot. Et découvrez la faculté de transcender une recette simplissime en plat sophistiqué et à travers elle le style de ces chefs. On y trouve également toutes les réponses aux questions qu'il est possible de se poser sur l'œuf, la mayonnaise et l'alliance du gras et du goût. *L'œuf mayo, recettes extraordinaires par 49 grands chefs.* (Le Cherche-Midi 24,90€).

### IL A AUSSI SON CHAMPIONNAT

Organisé par L'ASOM, c'est au chef de *La Rôtisserie de La Tour d'Argent*, Sébastien Devos, que revient le titre de champion cette année pour sa recette à base de pomme de terre assaisonnée d'une vinaigrette au jus de volaille, d'un œuf bio cuit 8 min 40 exactement et d'une mayonnaise à l'huile de tournesol et huile d'arachide, bien moutardée avec quelques pickles de graines de moutarde, des feuilles de moutarde et du poivre du moulin.



**ASOM**  
ASSOCIATION DE SAUVEGARDE  
DE L'ŒUF MAYONNAISE

*Le temps passe, les œufs durent.*



### LA CHARTE DE L'ŒUF MAYONNAISE DE L'ASOM

Un œuf de gros calibre cuit à cœur mais sans excès de façon à ce que le jaune, sans être coulant, conserve du fondant. La mayonnaise doit être maison, souple, nappante et servie en quantité suffisante pour recouvrir toute ou partie de l'œuf, avec un petit surplus permettant de la saucer avec un morceau de pain. L'œuf mayonnaise peut être accompagné de crudités et/ou de légumes cuits de saison. L'ensemble doit être d'une parfaite fraîcheur. L'aspect de l'assiette doit être appétissant et généreux. (ASOM [lebey.com](http://lebey.com)).

