



**RECETTES**  
de la cuisine  
au gros sel

JEAN ROBERT

Photographies et stylisme SÉBASTIEN MERDRIGNAC

Éditions **OUEST-FRANCE**



## *Coquelet au paprika en croûte de sel*

*Pour 6 personnes*

1 coquelet  
3 à 4 kg de gros sel gris  
Paprika ou piment d'Espelette

- Couper le coquelet par le dos en deux, mais laisser les deux moitiés se tenir. Disposer sur la partie interne et externe du paprika ou du piment d'Espelette.
- Préchauffer le four au thermostat maximum.
- Tapiser une cocotte avec du papier alu.
- Répartir le gros sel sur le fond avec une épaisseur de 3 cm environ.
- Poser la volaille sur le ventre.
- Remplir la cocotte de sel afin que la volaille soit entièrement recouverte puis mettre au four sans le couvercle pendant 50 min.
- Pour servir, renverser la cocotte sur le plat de présentation, retirer l'alu, casser avec un marteau la croûte de sel.

# Volaille à la salicorne en croûte de sel

1 poulet de qualité

*Pâte :*

150 g de sel fin  
250 g de sel gros  
600 g de farine  
1 blanc d'œuf  
20 cl d'eau  
1 œuf

*Farce :*

100 g de poitrine de  
porc cuite  
50 g de fromage  
blanc  
Un peu de mie de  
pain  
Salicorne  
Sel  
Poivre

## Réaliser de la pâte à sel

- Mélanger le sel fin et le sel gros, ajouter 500 g de farine, mélanger à sec.
- Ajouter un blanc d'œuf et 20 cl d'eau. Pétrir l'ensemble afin de le rendre homogène.
- Étaler la pâte avec un rouleau à pâtisserie, en forme de rectangle.

## Préparer la volaille

- Éliminer les pattes, le cou et l'extrémité des ailes.
- Réaliser la farce : couper le lard en dés, ajouter une poignée de mie de pain, le fromage blanc, la salicorne, sel et poivre.
- Introduire la farce dans la volaille.
- Préchauffer le four à 180 °C (th. 6).
- Recouvrir la volaille de la pâte à sel. S'il reste de la pâte, faire des petits décors.
- Battre l'œuf entier avec un peu de sel. Dorer la pâte avec un pinceau réservé à cet usage.
- Cuire 50 min environ (la cuisson dépend de la taille de la volaille).
- Présenter l'ensemble avec le haut de la croûte enlevé avant de découper.

*Cette façon de cuire conserve particulièrement la saveur des aliments.*

# Beurre blanc à la salicorne

*C'est une variante de l'assaisonnement du beurre blanc.*

60 g de beurre  
2 échalotes

10 cl de vinaigre  
Salicorne

- Si on ne maîtrise pas parfaitement cette recette, prévoir une grande casserole d'eau remplie aux trois quarts et la faire chauffer.
- Mettre les échalotes finement hachées (dans une casserole pouvant rentrer dans la grosse). Les faire cuire sans les dorer avec un peu de beurre.
- Verser le vinaigre et faire cuire à feu doux. Lorsque le vinaigre est presque complètement évaporé, verser hors du feu un peu de beurre et tourner vivement avec une cuillère en bois. Le beurre se ramollit, ajouter d'autre beurre petit à petit et continuer à tourner.
- Lorsque le contenu de la petite casserole n'est plus assez chaud, tremper pendant quelques secondes le fond de la petite casserole dans l'eau chaude de la grande pour ainsi ramollir le beurre que l'on ajoute et cela sans cesser de tourner.
- Quand le beurre a été entièrement utilisé, la préparation doit avoir la consistance d'une crème. À partir de ce moment, on peut chauffer davantage le beurre blanc en trempant plus longuement le fond de la petite casserole dans l'eau chaude sans cesser de remuer (impératif).
- Juste avant de servir, ajouter la salicorne selon le goût.



## Sablés au beurre doux à la fleur de sel

75 g de beurre doux en  
pommade  
75 g de sucre glace (impératif)  
125 g de farine  
1 jaune d'œuf

Fleur de sel  
Écorce râpée d'un citron,  
d'une orange ou d'un  
pamplemousse

- Mélanger le beurre, le sucre et l'écorce, puis incorporer la farine le plus rapidement possible.
- Rouler en boule, couvrir d'un plastique et réserver au froid un petit moment.
- Sur le plan de travail fariné, abaisser la pâte à 4 mm d'épaisseur maximum puis découper les sablés avec un emporte-pièce de 4 cm de diamètre.
- Les poser sur une plaque légèrement beurrée ou sur une feuille de cuisson, les dorer au jaune d'œuf et saupoudrer de fleur de sel.
- Cuire à four moyen th. 6 (180 °C). Surveiller attentivement leur cuisson car ils doivent à peine dorer.
- Dès refroidissement, conserver dans une boîte en fer hermétique.

*Le mélange des agrumes rappelle le parfum des panettone italiens.*



# Table des recettes

## ***Apéritifs et entrées..... 4***

Feuilleté au jambon.....	4
Anchois de M. Guérin.....	4
Sacristains.....	5
Chouquettes à la salicorne.....	6
Foie gras de canard au gros sel.....	8
Margarita.....	10

## ***Coquillages et crustacés ..... 11***

La cuisson des crustacés et le sel.....	11
Berniques sur lit de sel.....	11
Huitres farcies sur tuiles.....	12
Palourdes farcies.....	14
Carpaccio de Saint-Jacques au foie gras.....	15
Crevettes cuisson à l'ancienne manière de Douarnenez.....	16
Langoustines aux aromates.....	18

## ***Poissons ..... 19***

Chinchard à l'oseille.....	19
Bar en croûte de sel.....	20
Bar au sel en chemise.....	20
Maquereaux en marinade sèche.....	21
Maquereaux au thym.....	22
Saumon en marinade douce du bord de mer.....	24
Dorade aux agrumes en croûte de sel.....	25
Truite aux deux fleurs : sel-thym.....	26
Thon à l'émincé de feuilles de laurier.....	27
Vieille au barbecue de Mme Teisseire.....	27

## ***Volailles..... 28***

Cuisses de poulet farcies.....	28
Poularde en croûte de sel.....	29
Coquelet au paprika en croûte de sel.....	30
Volaille à la salicorne en croûte de sel.....	32
Carpaccio de magret de canard à la fleur de sel.....	33

## ***Viandes..... 34***

Poitrine ou travers de porc en croûte de sel.....	34
Le mignon de porc en croûte de sel.....	35
Saucisse en papillote.....	35
Bœuf gros sel.....	36
Côte de bœuf gros sel.....	38
Entrecôte gros sel.....	38
Tendron de veau au gros sel.....	39
Gigot d'agneau en croûte de sel.....	40

## ***Accompagnements et desserts..... 41***

Pain au beurre et au gros sel.....	41
Compote d'oignons rouges aux aromates.....	42
Pommes de terre au four de Mme Anne Randier.....	42
Beurre blanc à la salicorne.....	43
Sablés au beurre doux à la fleur de sel.....	44

## ÉGALEMENT AUX ÉDITIONS OUEST-FRANCE



Éditions **OUEST-FRANCE**  
Rennes

Éditeur Jérôme Le Bihan  
Coordination éditoriale Marine Le Ruyet  
Collaboration éditoriale Cédric Le Brun  
Conception graphique et mise en page  
Studio graphique des Éditions Ouest-France  
Photogravure Graph&Ti, Rennes (35)  
Impression Pollina, Luçon (85)

© 2016, 2018, Éditions Ouest-France  
Édilarge SA, Rennes  
ISBN : 978-2-7373-7804-1  
Dépôt légal : mai 2018  
N° d'éditeur : 8899.01.1.5.05.18

Imprimé en France  
[www.editionsouestfrance.fr](http://www.editionsouestfrance.fr)