



RESTAURANTS



VINCENT BOISOT/LE FIGARO

RECH

Repris par Alain Ducasse en 2007, *Rech* a remanié son décor en 2012 et célébré ses 90 ans en 2015. Le zinc du rez-de-chaussée dans la salle-comptoir Art déco et le très beau vitrail dans l'escalier restent d'origine. À l'étage, on passe devant la cuisine avant de rejoindre la salle aux tons blancs et lumineux dont les persiennes filtrent les rayons du soleil, comme une maison des bords de mer. Éric Mercier, l'incomparable directeur des lieux, vous contera, avec gourmandise et dans un langage fleuri, les plats parfumés du jeune et talentueux Anthony Denon (*photo*) : maquereau grillé, oseille, moutarde ; poule, pomme de terre, cordifoles ; aile de raie à la grenobloise, rouget barbet cuit sur écailles, aubergine, condiment aux herbes... La plupart des poissons pêchés à la ligne par des petits bateaux sont fournis par Gilles Jégo, mareyeur à Étrel, qui tient compte des quotas, des saisons de reproduction et de la durée des marées. Pour conclure en beauté, le camembert entier spécialement affiné pour *Rech* et l'éclair géant, des classiques. Carte à 90 €. Menus à 36 € (déjeuner), 54 € (dîner) et 80 €. 62 av. des Termes, Paris XVII^e. Tél. : 01 58 00 22 13.

Mer : options pour une pêche durable

L'océan est une ressource renouvelable, mais, pour qu'il le reste, achetez le poisson autrement : choisissez des espèces non menacées et de saison et découvrez-en de nouvelles

La France consomme 35 kg de poissons par an et par habitant. Selon l'organisation de protection de l'environnement WWF, 90 % des stocks sont aujourd'hui surexploités ou exploités à leur maximum. Afin de préserver les produits de la mer fragilisés, le programme européen de Mr. Goodfish (www.mrgoodfish.com) publie chaque saison une liste d'espèces marines disponibles en abondance, conseillées par des spécialistes en ressources halieutiques. Si chaque Français consommait

une fois par an un produit de la mer recommandé par ce programme, 18 000 tonnes d'espèces menacées pourraient être sauvées !

En reprenant la Poissonnerie du Dôme (4 rue Delambre, Paris XIV^e), il y a quatre ans, Sébastien et Julien Lopez ont continué sur la lancée de leur père, spécialisé dans la petite pêche de ligne de nos côtes françaises. Respectueux de leurs produits, ils ne les posent jamais à même la glace : celle-ci est recouverte d'un film afin de ne pas brûler le poisson.

« Les grands bateaux-usines (pêche minotière) ratissent les

fonds avec des filets monstrueux, ce qui crée des trous dans la chaîne alimentaire et entraîne la disparition ou la raréfaction de certaines espèces », assène Sébastien Lopez. Les pêcheurs doivent respecter la taille autorisée des poissons et rejeter à la mer ceux qui sont trop petits.

La Poissonnerie du Dôme suit le cycle de reproduction (et donc des saisons) des poissons, les interdictions de pêche, qui évoluent selon les densités de poissons, certaines étant favorables sur une côte et interdites sur une autre. « Chaque



pêcheur a droit à un certain nombre de bagues octroyé par le ministère - les ormeaux sauvages et le thon de Méditerranée par exemple sont bagués. À nous, poissonniers, de vérifier que le produit vient d'un lot autorisé. » Interdite un temps, puis très limitée pendant quatre ans, la pêche au thon rouge reste surveillée, mais sa vente est à nouveau autorisée, car sa population s'est multipliée par trois. « Le stock s'est quasiment reconstitué et il est aujourd'hui d'une très belle qualité », dit-il.



VINCENT ROUSSELE FIGARO

Été : les poissons bleus de l'Atlantique

« Il n'y a plus beaucoup de poissons en Méditerranée à part quelques espèces de roche type rascasse ou encornet, poursuit Sébastien Lopez. On ne trouve quasiment plus de daurade rose depuis un moment. Nous nous concentrons sur les pois-

sons de Bretagne, les zones les plus foisonnantes. En Atlantique, entre juin et août, c'est la saison des poissons bleus : sardine, anchois, maquereau, chinchard, bonite (variété entre le thon et le maquereau). C'est aussi la pleine saison des tourteaux et des homards, qui, de fait, coûtent moins cher. »

Parmi les poissons que l'on peut consommer toute l'année, citons la raie, la sole, le turbot, le carrelet.

Une nouvelle tendance a émergé : la technique ikejime. « Il ne faudrait pas qu'elle se réduise à du marketing et que tout le monde s'y mette sous prétexte que c'est à la mode en

faisant n'importe quoi. Il y a des spécialistes pour cela », note Sébastien Lopez. Comme Stéphanie et Nathan Rouillot, à Saint-Guénolé, pêcheurs auprès desquels il s'approvisionne. Le bar est, par exemple, remonté vivant à bord. Le pêcheur le fait déstresser et jeûner un jour ou deux dans ses



bassins. Il l'abat ensuite selon la technique traditionnelle japonaise ikejime, consistant à le piquer derrière la tête avec une aiguille pour paralyser ses centres nerveux. Ainsi, la chair ne se décompose pas. Le bar est vidé de son sang, ce qui lui donne une chair plus translucide, très recherchée et il peut alors mûrir cinq à six jours après la date d'abattage.

Sauvage ou d'élevage

« Pour repérer un poisson d'élevage, à la différence d'un sauvage, on peut partir du principe que moins il est cher, moins il sera bon ! Le consommateur doit faire confiance à son poissonnier, qui a un devoir de transparence, même s'il ne le respecte pas toujours », conseille Sébastien Lopez.

Au restaurant, le tarif n'explique pas forcément l'écart de prix. « Comme les restaurateurs veulent de plus en plus de poissons en filets ou en portions, les cours peuvent fluctuer de 10 € du jour au lendemain. Le poisson d'élevage revient moins cher et les arrivages sont plus réguliers. Une brasserie peut difficilement faire autrement que d'en proposer. »

La Poissonnerie du Dôme fournit les restaurants *Astrance*, *L'Ambroisie*, *Toyo*, *Okuda* ainsi que *Ausonia*, *Sático*, etc. ●

VALÉRIE VIALLET-FAUST

LA MAISON NORDIQUE

Les grands chefs étoilés (Robuchon, Savoy, Le Squer, Fréchon, Vigato...) se fournissent depuis longtemps auprès de celui qui tient à ce qu'on l'appelle Keyan, tout simplement. Même avant d'ouvrir ce restaurant, son nom était devenu synonyme de « caviar de Sologne » : des œufs issus d'esturgeons élevés pendant huit ans dans des étangs jouissant d'un environnement naturel non pollué. Élegante et luxueuse, *La Maison Nordique* se divise en plusieurs espaces : traiteur, épicerie fine, cave à vins, comptoir à pâtisseries et restaurant orné de banquettes et fauteuils en cuir noir, tables vitrées protégeant le revêtement des plateaux, qui imite à la perfection les grains de caviar. De midi à 19 heures, la carte oscille entre taramas, poissons fumés, saumons marinés tranchés à la minute, pommes de terre écrasées et caviar, délicieux coulbiac de saumon, divin king crab grillé sauce curcuma/gingembre/citronnelle/piment et son riz cuit à l'eau de coco parfumé au jasmin... Carte à 65 €. 221 rue du Faubourg-Saint-Honoré, 75008 Paris. Tél. : 01 47 23 00 00.