Les moissons du miel

Longtemps appelé « blé noir », avant que la classification de Linné ne lui donne une autre destinée botanique, le sarrasin réserve une douce surprise. Hautement mellifère, le nectar de ses fleurs délicates permet un petit miracle gastronomique. Du champ à l'assiette, portrait d'un miel de caractère. Un Breton en somme...

Stylisme culinaire Bérengère Abraham. Texte Valérie Sevenet Gentil. Photos Valérie Lhomme.

Page de gauche, gros plan sur une floraison de sarrasin. **Page de droite,** bouillon de langouste et coquillages au sarrasin grillé, petits légumes et miel de sarrasin, dans des coupes en grès émaillé Nathalie Sonnet.

NAGE DE LANGOUSTE AU SARRASIN

Page de gauche, la poularde laquée au miel et aux épices est accompagnée de légumes-racines confits au miel, dans un plat en grès émaillé, Nathalie Sonnet. Couverts anciens, Patricia Lafougère, île d'Oléron. **Page de droite,** Jean-Luc Hascöet visite ses ruches, avant de partir extraire son miel de sarrasin.

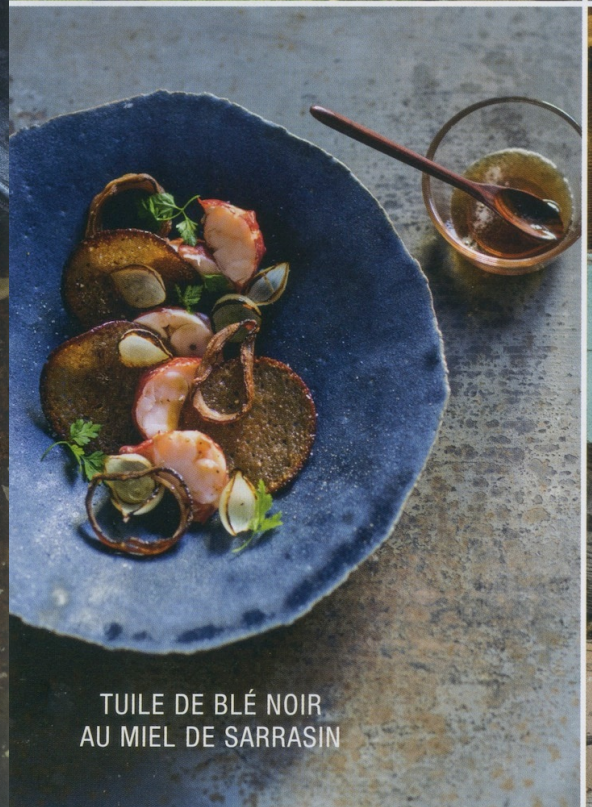
POULARDE LAQUÉE AU MIEL

Entre la baie de Douarnenez et le bassin de Châteaulin, Jean-Luc Hascoët, autrefois responsable du rucher du Conservatoire de l'abeille noire d'Ouessant, est revenu tutoyer, dans la ferme de ses aïeux, les reines de ses propres ruchers. Le ciel bleu vibre du vrombissement frénétique des abeilles dites « ouvrières » dans le champ de sarrasin. Aussi noir que ses tiges sont rouges, ce blé qui n'en est pas un aime les terres bretonnes pauvres et acides. C'est aux Croisés qu'est attribuée cette découverte, rapportée de la province du Sichuan en Chine du Nord. La plante est baptisée *« sarrasin »*, qui désigne à l'époque *« ce qui vient d'Orient »*. Ces abeilles noires en font un miel atypique, velouté, subtil et racé à la fois. Riche en sels minéraux, en oligo-éléments et en pollen, il a également la particularité d'afficher une étonnante teneur en polyphénols, ces composés qui déterminent la capacité antioxydante des aliments. Il a vraiment tout pour plaire. C'est la réflexion que certains chefs se sont d'ailleurs faite, tel Olivier Belin, à L'Auberge des Glazicks, qui l'avait fait entrer dans la composition de ses madeleines. À Douarnenez, c'est Philippe Clauss, du restaurant L'Insolite, qui en fait une glace caramel et sarrasin. La dégustation de ce miel est une invitation à la découverte d'un terroir, un voyage dans l'histoire et, inévitablement, une incitation à la cuisine. Pour embarquer, une petite cuillère suffira. En quelques recettes merveilleusement habillées des céramiques de Nathalie Sonnet, nous vous emmenons dans l'univers d'une cuisine habituée aux embruns, dont les accents salés viennent s'abandonner avec étonnement et délice à la douceur du miel. ◇ *Le miel de Jean-Luc Hascoët est vendu, notamment, à : L'Atelier des Saveurs, Bénodet ; Ty Prod, Pont-l'Abbé ; Le Loup Garou Gourmand, Locronan. Céramiques Nathalie Sonnet, Villerville, tél. 06 74 68 26 97. Mint and Lilies, 27-29, rue Daguerre, 75014 Paris, tél. 01 43 35 30 25.*

Page de gauche, Saint-Jacques lutées au sarrasin grillé, beurre safrané et girolles, dans des coupelles en grès émaillé Nathalie Sonnet ; serviette, Caravane. **Page de droite,** Jean-Luc, son enfumoir à portée de main, va relever les hausses, ces tiroirs en bois où sont intercalés les cadres.

SAINT-JACQUES
AU SARRASIN

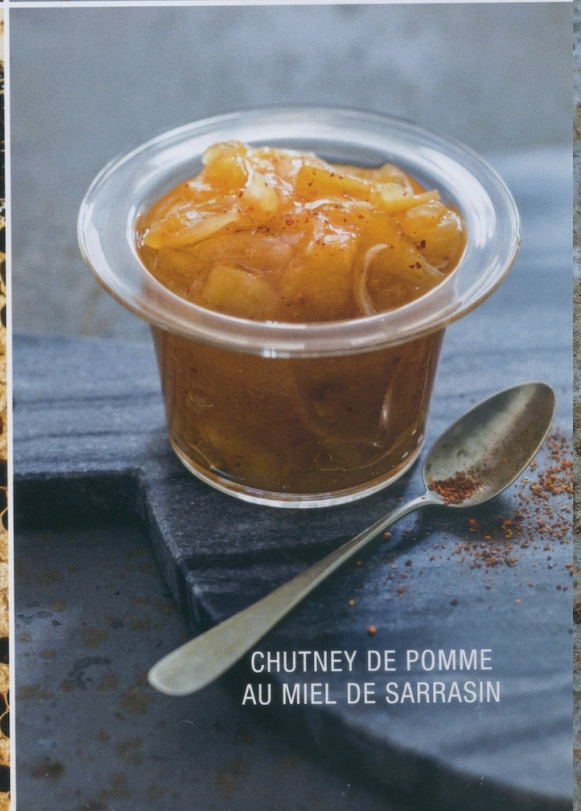
DORADE ROYALE
AU MIEL DE SARRASIN



TUILE DE BLÉ NOIR
AU MIEL DE SARRASIN

CRÈMES BRÛLÉES
AU SARRASIN ET MIEL

GÂTEAU TATIN POIRE
ET MIEL DE SARRASIN



CHUTNEY DE POMME
AU MIEL DE SARRASIN

Page de gauche, le travail de précision des abeilles fait écho à la délicatesse de la céramique de Nathalie Sonnet. **Page de droite**, une tarte au miel, noix de pécan et pommes confites comme des roses. Un dessert comme une poésie, un cadeau, un bouquet d'automne. Planche à découper Mint and Lilies.

TARTE ROSE AU MIEL

RECETTES PAGE 126.