

CAPRICORNE

Signe du mois

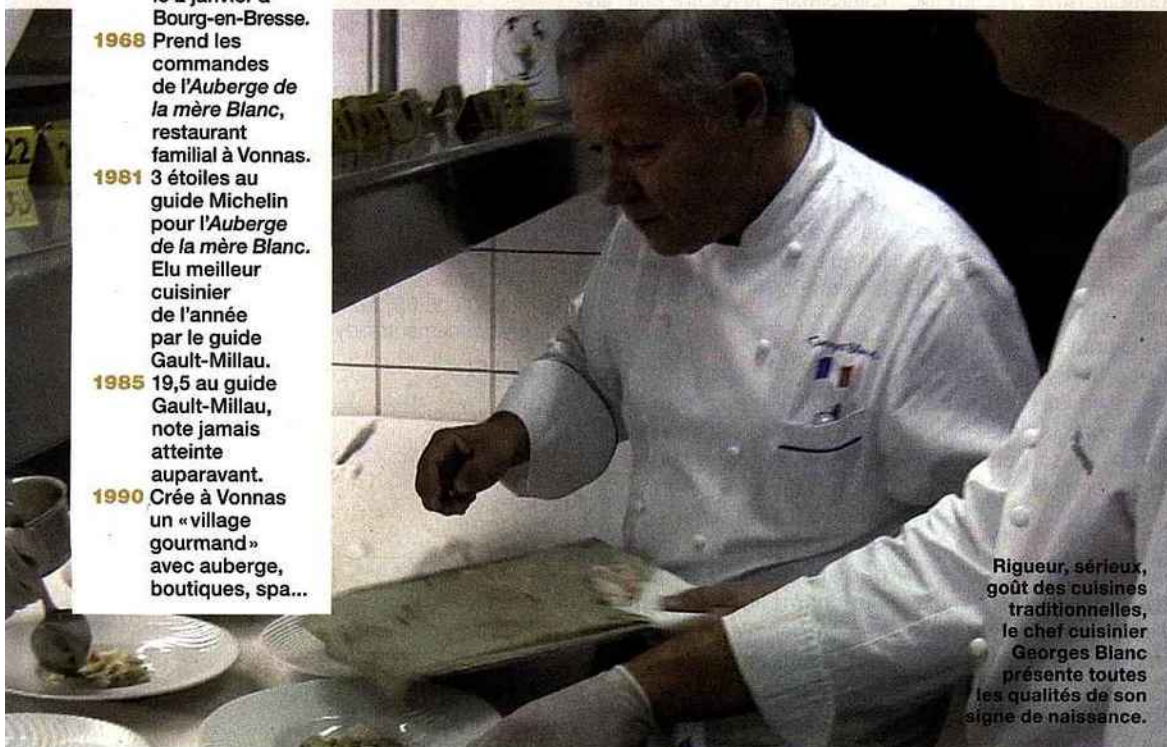
Cuisinez les étoiles !

Georges
BLANC

BIO EXPRESS

- 1943** Naissance le 2 janvier à Bourg-en-Bresse.
- 1968** Prend les commandes de l'*Auberge de la mère Blanc*, restaurant familial à Vonnas.
- 1981** 3 étoiles au guide Michelin pour l'*Auberge de la mère Blanc*. Elu meilleur cuisinier de l'année par le guide Gault-Millau.
- 1985** 19,5 au guide Gault-Millau, note jamais atteinte auparavant.
- 1990** Crée à Vonnas un « village gourmand » avec auberge, boutiques, spa...

Est-ce un hasard si ce sont des étoiles qui récompensent nos grands chefs ? Peut-être pas, car ils n'échappent pas à l'influence de leur signe ! C'est pourquoi nous vous proposons de retrouver, chaque mois, le portrait astrologique d'un de nos rois de la gastronomie.

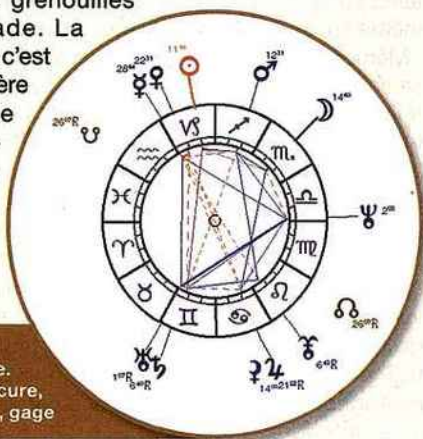


Rigueur, sérieux, goût des cuisines traditionnelles, le chef cuisinier Georges Blanc présente toutes les qualités de son signe de naissance.

Voilà un grand chef Capricorne, le plus ambitieux des signes de Terre. Georges Blanc est l'héritier de cinq générations de cuisiniers bressans qui n'ont jamais quitté le village de Vonnas, dans l'Ain. En bon Capricorne, il est très tôt pro et responsable, ce qui explique sans doute qu'il ait reçu les clés de l'affaire familiale à tout juste 25 ans. L'influence de Saturne sur les natifs de ce signe les rend tout particulière-

ment attachés à la tradition, et Georges Blanc ne déroge pas à la règle. S'il a pu transformer une auberge de village en référence gastronomique, c'est qu'il est animé par une farouche volonté de faire honneur à l'héritage familial. A sa carte, Georges a d'ailleurs inscrit un « plat de mémoire en hommage

à la mère Blanc », des cuisses de grenouilles en persillade. La Mère Blanc, c'est sa grand-mère Elisa, et elle a été sacrée en son temps... meilleure cuisinière du monde!



Avec le Soleil, Vénus et Mercure dans ce signe, Georges Blanc est très Capricorne. A remarquer, le « trigone fermé » reliant Mercure, Uranus en Gémeaux et Neptune en Balance, gage

Daube à l'orange, champignons à l'étouffée

Pour 4 personnes

Préparation : 45 mn (plus une nuit au frais)

Cuisson : 2 h 15

- ✓ 1,2 kg de paleron de bœuf
- ✓ 25 cl de bouillon de bœuf
- ✓ 800 g champignons de Paris
- ✓ 1 botte de persil
- ✓ 1 carré de chocolat noir
- ✓ huile, farine

Pour la marinade

- ✓ 75 cl de vin rouge
- ✓ 2 oignons
- ✓ 1 étoile de badiane
- ✓ 10 grains de poivre noir
- ✓ 1 c. à café de coriandre en poudre
- ✓ Le jus et le zeste d'une orange
- ✓ 1 c. à café de sucre cassonnade



SHUTTERSTOCK

● Découpez le bœuf en carrés de 5 cm de côté. Emincez les oignons, mélangez les autres ingrédients pour la marinade. Ajoutez la viande. Couvrez et laissez une nuit au frais.

● Le lendemain, égouttez la viande. Saisissez-la dans une cocotte avec de l'huile. Quand c'est doré, saupoudrez d'une cuillère à soupe de farine et laissez revenir 1 minute.

● Versez la marinade sur la viande puis faites bouillir 5 minutes. Ajoutez le bouillon et salez.

● Couvrez la cocotte et laissez cuire à petits bouillons 1 h 30.

● Quarante minutes avant la fin de la cuisson, épluchez les champignons et coupez-les en deux. Dans une poêle à fond épais, faites fondre 25 g de beurre. Ajoutez les champignons, 10 cl d'eau (les champignons doivent occuper les trois quarts de la casserole). Laissez cuire à feu très doux pendant 35 mn. Egouttez.

● Enlevez le zeste d'orange et la badiane de la daube. Ajoutez un carré de chocolat noir et du persil haché à votre goût. Remuez bien avant de servir chaud avec les champignons.

LE + GOURMAND

*Vous pouvez
préparer cette
daube à l'avance.
Réchauffée, elle n'en sera
que meilleure.*

Et le chef a également réussi à perpétuer la dynastie, puisque que son fils Frédéric le seconde aujourd'hui aux fourneaux.

Côté cuisine, Georges Blanc réinterprète les grands classiques tout en sublimant les produits de son terroir. Il suffit de jeter un coup d'œil à ses menus pour s'en convaincre : la volaille de Bresse, sauce foie gras

au champagne, y côtoie les langoustines cuisinées à l'ail noir et aux cèpes, et les crêpes vonnassiennes, spécialité créée par sa grand-mère.

Pour rester dans cet esprit de cuisine d'auberge ? Nous vous proposons, ce mois-ci, de préparer une daube parfumée d'un zeste d'orange.