



Ici, Christopher aux fourneaux.
À droite, une lotte à la royale,
avec son fenouil en croûte
de sel et algues marines.
Un des plats signatures du chef.



Christopher Coutanceau, l'engagé

Chef étoilé dans son restaurant de La Rochelle, restaurant qui fut en plus le premier établissement auréolé de l'étoile verte de la gastronomie durable, Christopher Coutanceau défend l'océan et sa faune avec conviction, réservant la viande aux jus, pour accompagner et magnifier les poissons de sa carte. Et non seulement il ne sert à ses tables que des poissons prélevés localement par des artisans pêcheurs, mais surtout en respectant les saisons. *« En fonction des saisons, des périodes de reproduction, les poissons ne doivent pas être pêchés ou consommés. Il faut comparer la mer à une forêt, avec ses saisons. On ne mange pas des truffes toute l'année... Si je vous sers un bar de ligne en mars, c'est une bêtise. Il aura fait son gras entre novembre et décembre, durant la période de gavage qui précède la saison de la reproduction, et sera épuisé, maigre, fibreux au printemps ; ça n'aura aucun intérêt, ni gustativement, ni pour la nature. Nous devons nous adapter à ce que la nature nous donne, en la respectant. Et en respectant les caractéristiques des poissons qui, pour certains, ne supportent pas la cuisson ou la congélation. Un chinchard par exemple, c'est délicieux, mais cru... D'ailleurs, c'est comme cela que les Japonais le mangent, en le payant 190 € le kilo, alors que chez nous c'est un poisson pour faire de la nourriture pour chiens et chats vendu 2,50 € le kilo, parce qu'on n'arrive pas à le cuire. Le tacaud, pareil, même les pêcheurs disent que c'est un poisson pour chat. Le truc, c'est qu'il ne supporte pas le frigo ou la congélation. Cuisinez-le juste au retour de pêche, c'est somptueux... »* En attendant de venir déguster certains de ses plats fabuleux, vous pouvez toujours acheter et dévorer son livre, passionnant.

