

UN CONCENTRÉ DE BONS PRODUITS LA GASTRONOMIE BRETONNE

UN FESTIVAL DE CRÊPES, DE DÉLICES AU BEURRE, DE FRUITS DE MER MAIS ÉGALEMENT DE BIÈRES...



La cuisine bretonne puise son authenticité dans les terroirs et la mer. Le lait généreusement transformé en beurre salé, les poissons, les fruits de mer, le blé noir sont naturellement au menu des tables bretonnes. Une petite douceur pour terminer le repas avec des crêpes ou des pâtisseries bretonnes comme le kouig-amann ou le far breton. Côté restaurants, des chefs inventifs hissent la Bretagne parmi les premières régions gastronomiques Ils mettent l'eau à la bouche ! Langoustines, araignées ou tourteaux, palourdes, crevettes, bigorneaux... sont les incon-

tournables des plateaux de fruits de mer. Avec ou sans eux, les huîtres sont les fleurons de la gastronomie. Si on les aime plus ou moins iodées, au goût de noisette plus ou moins prononcé, on ouvre des plates du Belon, des Prat-Ar-Coum de la rade de Brest, des Cancale ou des Pleine mer de Quiberon. Une douzaine, du pain-beurre, un verre de muscadet... la vie est belle !

C'est cela la gastronomie bretonne, simple authentique et pleine de saveurs, à goûter sans modération.

LES GALETTES ET LES CRÊPES

Ce n'est pas parce que la Chandeleur est passée que les Bretons ne mangent pas de crêpes. Car il y a autant de variétés que de villages et, même, de familles, puisque certaines recettes se transmettent de génération en génération.



Dans le Finistère, on utilise le froment pour de fines crêpes ciselées avec accompagnement sucré, et le blé noir pour le salé. Elles doivent être bien croustillante et accompagnées de saucisses, fromage, oignons, etc. De nombreuses crêperies proposent maintenant des galettes plus sophistiquées avec des produits bretons comme la noix de Saint Jacques, le tourteau ou l'andouille de Guémené mais la galette « complète » (œuf miroir, jambon, fromage) reste l'incontournable à goûter absolument. Venir en Bretagne sans goûter les galettes n'est aucunement envisageable.

La gastronomie bretonne ne se résume pas aux galettes, crêpes, poissons ou fruits de mer, c'est également une gastronomie de découverte et de partage avec une recherche incessante de nouvelles saveurs à travers les épices. Kari gosse, « gomasio breton » mélange de sarrasin de Bretagne et de sésame d'Égypte, nigelle, coriandre et autres viennent admirablement accommoder les plats bretons.

ET SI VOUS APPRENEZ À FAIRE DES GALETTES ?



La galette se prépare aussi facilement qu'elle se mange.

Il est tout à fait possible d'apprendre à faire ses galettes pour les préparer à la maison grâce à Véro, qui vous donne rendez-vous à ses ateliers crêpes et galettes à Bénodet. Dans un cadre plein de charme, cette finistérienne « pur beurre » vous initie aux secrets des crêpes 100% bretonnes et perpétue l'histoire de ses grands-mères.

✦ www.tourismebretagne.com/s-inspirer/vivez-une-experience-bretonne/partagez-de-savoureux-moments-aux-ateliers-crepes-de-vero

L'Atelier de la crêpe à Saint-Malo vous initiera également à l'art de manier le bilig ou la rozell dans son nouvel espace entièrement dédié à l'art de faire ses galettes et ses crêpes.

✦ www.ateliercrepe.com

LES MICRO-BRASSERIES EN BRETAGNE

IL N'Y PAS QU'EN BELGIQUE QUE L'ON TROUVE D'EXCELLENTE BIÈRES !

Troisième région productrice de bières, la Bretagne compte aujourd'hui plus d'une centaine de microbrasseries. Blondes, brunes ou rousses, chaque bière a sa propre identité. Un site entièrement dédié à la découverte des bières de Bretagne a même été créé en 2012 par un groupe d'amateurs dont la volonté est de partager son intérêt pour ce breuvage.

Si la première brasserie artisanale de France, Coreff, a vu le jour en 1985 à Morlaix, elles sont aujourd'hui plus d'une centaine en Bretagne. Les microbrasseries ont apporté la dimension artisanale, réveillé les terroirs, les saveurs et les palais. La bière se veut locale, élaborée à partir des matières premières produites sur place et consommées dans la région. A base d'orge, d'avoine, de blé et de houblon, selon les cultures de la zone de brassage, les bières bretonnes offrent une grande diversité de goûts.

✦ EN SAVOIR PLUS www.bieresbretonnes.fr



UNE "CALE AUX ÉPICES" DU MONDE À PAIMPOL, VANNES ET BIENTÔT RENNES

Une goélette lui sert d'étendard, en clin d'œil au passé maritime de Paimpol.

Créée en 2015 dans cette cité des Côtes-d'Armor, "La Cale aux épices" est née des voyages au long cours de Christophe Lemaire. Passionné d'épices et lui-même "tritrateur", le globe-trotteur y partage ses découvertes et ses propres créations. Après Paimpol, l'enseigne vient d'ouvrir à Vannes et est attendue très prochainement à Rennes. Dans ses boutiques à la déco rétro, façon "comptoir d'apothicaire", Christophe Lemaire propose une vingtaine de curry de sa composition, une trentaine de mélanges pour marinades ainsi que quelque 80 poivres et baies. Des produits qu'il continue de sélectionner lui-même à travers le monde, revenant de chaque périple avec de nouvelles recettes.

✦ EN SAVOIR PLUS www.lacaleauxepices.com