

Soupe façon « Tom kha kai » au poulet aux épices, kombu breton et sésame grillé



Christophe Le Coq est le chef cuisinier de la Maison Flow.

Maison Flow
8, avenue Favrel-et-Lincy
0221812950

La spécialité du Café-bar et Restö de la Maison Flow? La pâte à choux! Version sucrée, avec plus de huit saveurs originales (passion-mangue, Rocher noir...) au choix. Et aussi salée, « sur une base de gougère revisitée et déclinée en plat veggie, marin ou carné », détaille Christophe Le Coq, chef cuisinier et ancien second du restaurant étoilé Le Gavrinis à Baden. Quartier de la gare, le vaste espace Restö de la Maison Flow est ouvert du petit déjeuner à l'apéritif. En plus des gougères, tartes et bols complètent une carte salée et toujours de saison (disponible dès 11h30). À l'heure du déjeuner, l'offre s'étend d'un plat du jour élaboré par un chef souvent inspiré par ses nombreux voyages. « Mais avec toujours une note bretonne: algue, sarrasin... », insiste-t-il. Sur la carte, une soupe vietnamienne twistée avec une algue Kombu peut ainsi succéder à une plus classique saucisse lentilles... repimpée. Une cuisine colorée, conviviale qui fait la part belle aux produits, frais, sourcés en Bretagne et aussi riches en nutriments, antioxydants, fibres... propre à la philosophie « bien-être » de la Maison Flow.

→ Ouvert du lundi au samedi de 8h30 à 20h.

Pour 4 personnes

300 g de filet de poulet
250 g riz thaï
1 oignon
3 gousses d'ail
1 piment frais
1 bâtonnet de citronnelle
Gingembre
Coriandre
1 citron vert
½ jaune d'œuf
curry
curcuma
paprika
1 cuillère à soupe de concentré de tomates
75 cl lait de coco
30 cl crème de coco
sésame grillé
huile de sésame
vinaigre
balsamique blanc
2 feuilles de kombu
poivre sauvage

La soupe

Mixez au robot oignon, ail, citronnelle, gingembre et piment afin d'obtenir une pâte. Faites revenir à feu doux les épices dans l'huile, puis ajoutez votre pâte et le concentré de tomates. Complétez avec le lait et la crème de coco.

Les filets de poulet

Détaillez le poulet en petits morceaux et laissez mariner dans les mêmes épices que la soupe. Cuisez rapidement tout en veillant à conserver la viande moelleuse.

Cuisson du riz

Versez dans une casserole juste l'eau nécessaire à la cuisson du riz thaï, pour qu'il absorbe le liquide.

Le condiment

Taillez en bâtonnet très fin les feuilles de kombu. Ajoutez le sésame grillé, l'huile, ainsi qu'une pointe de vinaigre balsamique blanc et du poivre sauvage.

Le dressage

Ajustez l'assaisonnement de la soupe avec les zestes et le jus du citron vert. Grillez légèrement le riz au four. Dressez la soupe et le poulet dans un plat et le riz dans un autre (pour que le riz n'absorbe pas toute la soupe). Et parsemez de coriandre fraîche.