PLAT

Tartare de fraises, avocat et sérac et son mesclun estival

Recette de Patricia Lafarge

Pour 4 personnes

Ingrédients:

- 160 q de fraises bien fermes
- •100 g de sérac de vache ou de brebis
- 1/2 avocat
- Sel, poivre du Sichuan
- Piment
- d'Espelette •2 cc d'huile
- d'olive
- •1 cc de vinaigre balsamique
- ¹/₂ citron pour l'avocat
- •1concombre
- 200 g de mesclun
- ¹/₂ avocat
- 20 g de mélange de graines
- Huile d'olive et vinaigre

balsamique

Préparation

- 1. Le tartare: Découper le sérac en petits dés (5 mm), dans un récipient, ajouter l'huile d'olive, le balsamique, le poivre du Sichuan et le piment d'Espelette, laisser macérer 15 minutes. Découper les fraises et l'avocat légèrement citronné en petits dés (5 mm), les ajouter au sérac et mélanger délicatement.
- 2. La présentation: Découper huit fines tranches de concombre dans la longueur qui serviront à entourer le tartare dans chaque assiette.
- 3. L'accompagnement: Faire griller les. graines dans une poêle bien chaude (les torréfier). Mélanger les graines refroidies avec le mesclun, ajouter l'huile d'olive et le vinaigre balsamique.
- 4. Le dressage: Sur chaque assiette faire un cercle de 6 cm de diamètre avec les 2 tranches de concombre, y incorporer le tartare, garnir l'assiette de la salade de mesclun. Le reste de l'avocat peut être déposé en garniture autour de l'assiette sous forme de carpaccio avec quelques fraises en alternance.





UN VIN LE ROSÉ

«Après quelques dégustations, le rosé La Maraude, de Dominique Passaguay, nous est apparu comme une évidence pour accompagner notre tartare de fraises et sérac sur un lit de salade», précise Patricia Lafarge du restaurant de la Gare, à St-Maurice (VS). Ce rosé, obtenu à partir de gamay et de pinot noir, possède un bel équilibre de fruits et une jolie harmonie de fraîcheur qui rendent

justice au travail de cet artisan-vigneron de talent.» Sur un domaine de 4 hectares, situé à Saxon (VS). Dominique Passaquay propose une dizaine de cépages dont un extraordinaire viognier, mais aussi un pinot blanc, ample et corsé ou un expressif gamay vieilles vignes qui accompagnera à merveille une viande séchée du Valais.

Dominique Passaquay, route du Montet 5, Choëx (VS). Tél. 024 471 18 01. vinspassaquay.ch

GOURMANDISES, PAR PATRICIA I AFARGE

Chez Patricia Lafarge, au café-restaurant de la Gare, à Saint-Maurice, on n'a plus envie de reprendre le train et encore moins de repartir.

Depuis trente ans l'endroit est prisé des gourmands qui se font plaisir avec une cuisine tout en fraîcheur, originale et créative. Que ce soit sur la jolie terrasse, côté bistro ou côté gastro, l'accueil sera toujours aussi sympathique. Pour la nouvelle carte, et en prévision des beaux jours, Patricia Lafarge et sa brigade toute féminine ont concocté des plats légers et ensoleillés. «Nous avons imaginé un tartare de fraises avec du sérac sur une salade. Nous sommes aussi en train d'envisager un gaspacho de fraises. C'est la saison, elles sont délicieuses et pour ceux qui les préfèrent nature, nous les servons toute la journée en coupe.»

Le café-restaurant de la Gare a encore un vrai rôle social. Boire un café, prendre sa pause à midi en piochant dans le joli choix de trois propositions du jour, s'arrêter pour l'apéritif avec des amis ou venir le soir déguster de bonnes choses, comme l'agneau d'alpage ou l'entrecôte de bœuf rassie sur l'os... c'est tout cela qui fait le charme de l'endroit. Construit en 1906 pour abriter un hôtel, le bâtiment n'a pas perdu sa tradition d'accueil chaleureux. Les bonnes choses sont intemporelles en gare de St-Maurice.

Café restaurant de la Gare, av. de la Gare 9, Saint-Maurice (VS). Tél. 024 485 13 60. caferestaurantdelagare.ch