

IDÉE RECETTE

Pressé de raie bouclée

Créée par Manon Fouchard



Photo générée par IA. Ne pas jeter sur la voie publique.

Recette proposée dans le cadre des démonstrations culinaires du jeudi 22 octobre 2026.
Une animation organisée dans le cadre du Off du Rhum, par la Région Bretagne,
en présence du chef Olivier Roellinger parrain de l'organisation environnementale Ethic Océan.



Ethic Ocean

**POUR VOUS,
AVEC VOUS,
PARTOUT.**



En toutes saisons, mangeons breton !

En Bretagne, la terre et la mer nous offrent ce qu'elles ont de meilleur. Fruits, légumes, produits de la mer, viandes, produits laitiers... Nous vivons dans une région qui regorge de produits de qualité !

Choisir de manger breton, c'est soutenir une alimentation locale, responsable et de saison.

1^{RE} RÉGION



→ en porc et volaille



→ en œufs et lait, bio et conventionnel



→ en pêche et aquaculture

Plus d'infos ici :



Une Région aux côtés de celles et ceux qui nous nourrissent



La Région agit au plus près du monde agricole pour le soutenir, l'accompagner et préparer l'avenir.

Aide à l'installation et à la transmission, accompagnement dans la transition agroécologique...



La Région s'engage au quotidien pour accompagner la filière pêche et aquaculture.

Aide à l'achat de navires, soutien à la décarbonation, appui à la gestion durable des ressources, accompagnement de la conchyliculture...

IDÉE RECETTE

PRESSÉ DE RAIE BOUCLÉE (4 personnes)

INGRÉDIENTS

- 180 g de chair d'aile de raie
- 40 g de Câpres
- 40 g de Tomates séchées
- 1 Kiwi jaune
- 1 botte de Verveine
- 0,5 l Huile de pépins de raisin
- Épices Roellinger Kawa

Cuisson de la raie

Lancer un bouillon à base de verveine, de sel et d'épice Kawa. Monter à ébullition, puis plonger l'aile de raie. Éteindre le feu et laisser l'aile de raie dans le bouillon jusqu'à refroidissement pour la cuisson.

Huile de verveine

Pendant le temps de cuisson et de refroidissement, préparer l'huile de verveine. Détacher les feuilles des tiges de verveine et les laver. Dans une casserole, verser l'huile de pépins de raisin, puis ajouter les feuilles et les branches. Garder quelques feuilles pour la décoration.

Monter l'huile à 70 °C, puis couper le feu et laisser infuser. Autre possibilité : monter l'huile à petit frémissement, stopper le feu et laisser infuser 20 à 30 minutes. Filtrer. Retirer les branches et mixer les feuilles encore imbibées d'un résidu d'huile. Cette préparation servira au condiment avec les tomates séchées, le kiwi et les câpres. Débarrasser.

Montage du pressé

Retirer la peau et refaire les « filets » de part et d'autre du cartilage central. Émietter grossièrement à la main en ajoutant un peu de purée de feuilles de verveine. Dans un plat à terrine, huiler le fond et les bords avec l'huile de verveine. Placer l'émiétté et presser délicatement. Réserver au frais au minimum 2 heures avant de démouler.

Condiment

Hacher finement les câpres et les tomates séchées. Tailler le kiwi en brunoise. Mélanger le tout avec un peu de pâte de feuilles de verveine ainsi que l'huile de verveine.

Dressage

Démouler la terrine et découper de fines tranches de 2 cm. Les placer dans une assiette, puis déposer le condiment dessus avec un trait d'huile de verveine.