

L'Instinct Gourmand à Nantes (44)

- [Restaurants](#)
- [Nantes et 44](#)
- 27 février 2015
-



Depuis décembre 2012, le duo Sylvain Le Bras en cuisine et Thomas Brunel en salle suit son...instinct, faisant du lieu une adresse nantaise des plus recommandables.

Une assiette doit nous emmener quelque part, nous donner des sensations, taper dans notre imaginaire, comme ici ces noix de Saint-Jacques snackées, huître ouverte 'flashée' à la salamandre, purée de cresson et coraux de Saint-Jacques. Ciré de rigueur, nous voilà gentiment fouettés au visage par les embruns (bretons bien sûr), de l'iode plein les narines. Fondantes Saint-Jacques juste prises, boostées par l' huître au – dessus, plat plein de fraîcheur, pas besoin d'avoir le pied marin pour apprécier ces jolis produits de l'océan. Un remontant contre la grisaille de cette journée que cette raviole ouverte aux œufs pochés, tombée d'épinards et champignons, chips de topinambour, qui, elle, nous emmène sur la terre ferme. Cuisson(s) maîtrisée(s), le champignon s'exprime joliment, entraînant l'épinard dans sa bonne humeur, le jaune de l'œuf s'écoule voluptueusement sur la tombée d'épinard et de champignon.



On ne s'arrête pas en si bon chemin et un carré d'agneau, carottes violettes et choux de Bruxelles retravaillés en mousseline garde le cap d'une cuisine cohérente option gourmande. Le tendre et savoureux agneau ne laisse pas indifférent, escorté de l'onctueuse mousseline et de carottes insufflant du peps, pas sucrées les carottes mais...peps. Un vin de Bourgogne 2012 Louis Chenu père et fils complète par ses notes fraîches ce plat bien balancé. Pour clore, un pressé de poire façon tatin à la bergamote s'inscrit aisément dans les papilles, le parfum persistant de la bergamote, la douceur de la poire tiède dans son pressé, la suavité d'un Jurançon Uroulat 2012 semblent la combinaison évidente. Passé par de belles maisons dont Bernard Loiseau, Sylvain le Bras envoie une cuisine qui n'est pas dans la démonstration mais qui va à l'essentiel, sincère et juste...



Ce que l'on déguste:

Raviole ouverte aux oeufs pochés, tombée d'épinards et champignons.
Risotto de potimarrons, crème légère citron et thym, chips de châtaigne.
Filet de daurade, chou kale et mousse légère à l'ail.
Carré d'agneau, carottes violettes choux de Bruxelles en mousseline.
Magret de canard, cuisse confite, hélianthe et épinards.
Pressé de poires façon tatin à la bergamote.
Sphère aux 2 chocolats nougatine et praliné.

Infos pratiques:

Menus.

Formule midi, la P'tite monnaie, 10,90 euros / 13,90 euros / 15,90 euros.
Soir et samedi, 27 euros et 32 euros.

Recette : **Pressé de poires à la bergamote**

L'Instinct Gourmand.

14, rue Saint Léonard. 44000 Nantes.

Tel. 02 40 47 41 64.

www.linstinctgourmand.com

photos et texte Luc Sellier