

Saumon-vanille, bœuf-poivre, osez les carpaccios insolites

De saison Idéales en été, ces fines lamelles de viande, poisson, crustacés, légumes ou fruits offrent des variations infinies, des mariages insolites. La seule règle, une qualité et une fraîcheur irréprochables.

Isabelle Bratschi

isabelle.bratschi@lematindimanche.ch

Savez-vous d'où vient le nom de carpaccio? L'histoire mérite d'être relatée. En 1950, la comtesse Amalia Nani Mocenigo se rend au Harry's Bar de Venise. Son médecin lui a prescrit un régime à l'eau et sans viande cuite. Un peu désabusé, le chef Giuseppe Cipriani décide de lui servir du bœuf cru coupé en très fines tranches et relevé d'un filet de citron et huile d'olive. Ravie, la comtesse lui demande comment se nomme ce si bon plat. Le chef se souvient alors d'une exposition du peintre vénitien Vittore Carpaccio (1465-1520) et de son rouge si présent, notamment dans son tableau «La prédication de Saint-Etienne à Jérusalem».

Ainsi était né le carpaccio, un plat que l'on peut décorer, touche par touche, comme un peintre. Ou dont on peut varier les couleurs, passant du rouge vif du bœuf, au blanc des champignons, du vert des concombres au rosé du bar. Car aujourd'hui, le carpaccio se décline à l'envi. Il se compose de fines lamelles de viandes, poissons, crustacés, légumes ou fruits sur lesquelles on ajoute un peu de citron et un filet d'huile d'olive.

«N'hésitez pas à signaler à votre boucher ou à votre poissonnier votre intention de servir cru les aliments achetés»

Marie-Victoire Garcia, auteur du livre «Tartares et carpaccios»

Et tout est possible. Ou presque. Dans les viandes, il est aujourd'hui facile d'imaginer un carpaccio de poulet au citron ou de veau aux graines de coriandre. Dans les poissons, on peut s'aventurer dans des carpaccios de fêra à l'absinthe ou de brochet au vinaigre de pomme, pour rester local, partir plus loin avec des carpaccios de bar aux pêches ou de daurade au citron vert et gingembre.

Avec cette précision importante de viser une qualité irréprochable. «Il faut des produits très frais, souligne Marie-Victoire Garcia

dans son livre «Tartares et carpaccios». N'hésitez donc pas à signaler à votre boucher ou à votre poissonnier votre intention de servir cru les aliments achetés.»

Et il est même vivement conseillé de passer au congélateur les produits délicats pour éliminer les parasites. Un dernier séjour au froid qui permet en plus de faciliter la découpe de la viande, du poisson et des crustacés. Dans une émission du 12 septembre 2006, ABE mettait en garde contre les risques d'intoxication alimentaire et insistait sur le fait de préparer un tar-

Et si vous tentiez un carpaccio de saumon à l'huile de vanille et grains de poivre rose?

Radvaner/Photocuisine

tare ou un carpaccio juste avant la consommation et de le manger impérativement le jour même.

Outre les produits de base, le carpaccio ose aussi des libertés dans les mariages insolites, souvent sucrés salés. Parmi eux, le bœuf et la poire, le canard et l'orange, la fêra et la mangue, le saumon et la pomme ou même la vanille. Sur le site Internet journaldesfemmes.com la recette semble facile.

Encore faut-il qu'elle soit bonne. La subtilité repose sur la préparation de la sauce qui accompagne le poisson. Pour

une préparation de deux personnes il vous faut un pavé de saumon de 300 grammes, deux gousses de vanille, un demi-citron, de la fleur de sel, du poivre et 10 cl d'huile d'olive. Vous devez fendre les gousses de vanille en deux et récupérer les petits grains pour les faire macérer dans l'huile d'olive. A la dernière minute, vous arrosez votre carpaccio de cette huile parfumée, du jus de citron, vous ajoutez la fleur de sel et le poivre. Et le tour est joué.

Pour varier les couleurs et les saveurs, n'hésitez pas à utiliser des herbes aromatiques. On pense à la ciboulette sur les Saint-Jacques, l'aneth sur le bar, la menthe avec le concombre, la coriandre sur les gambas, le persil avec les champignons de Paris, le basilic avec les fraises.

Car le carpaccio se conjugue aussi en dessert, pommes et fromage de chèvre frais, melons et amandes ou encore oranges et chocolat. Autant de couleurs vives dans l'assiette, de compositions fraîches et délicates. Une peinture vénitienne à déguster par les yeux et le palais. ●



Carpaccio de bar au fenouil

Ingrédients (4 personnes)

600 g de filet de bar
1 petit bulbe de fenouil
Le jus d'un citron
5 c.s. d'huile d'olive
¼ de c.c. de graines d'aneth
1 gousse d'ail émincée
1 c.s. de vin blanc
1 c.c. de sucre blanc
Sel et poivre blanc

Préparation

Placez le filet de bar, enveloppé dans un film plastique, 30 minutes au congélateur. Mélangez le jus de citron, les graines d'aneth, le vin blanc, l'ail, le sucre, le sel, le poivre blanc et l'huile d'olive. A la sortie du congélateur, découpez le poisson en très fines lamelles. Disposez-les au fur et à mesure sur les assiettes. Coupez le bulbe de fenouil en petits morceaux que vous disposerez dans les assiettes. Utilisez également les brins du bulbe de fenouil pour en parsemer le poisson. Au moment de servir, versez l'assaisonnement sur les lamelles de poisson. «Tartares et carpaccios», par Marie-Victoire Garcia aux Editions Marabout.

Gourmandises par Pascal Gauthier

Florian Cella



Le chef Pascal Gauthier, du Restaurant du Jorat, à Mézières (VD), ravit ses convives avec un carpaccio de brochet. Une pure merveille de fraîcheur.

Au Restaurant du Jorat, à Mézières, le carpaccio de brochet est tout un poème, une histoire que l'on nous raconte à travers des parfums délicats. Chaque bouchée est un voyage de fraîcheur relevé par une tombée de vinaigre de pomme et agréablement de dés de poireaux crus pour le côté croquant. Normal, les brochets que le chef Pascal Gauthier cuisine lui sont apportés par le célèbre écrivain vaudois Jacques-Etienne Bovard. «En fait je travaille avec trois pêcheurs, nuance Pascal Gauthier. Mais les brochets, il est vrai, me sont fournis par Jacques-Etienne, un ami fidèle de l'endroit.»

Carpaccio de brochet Le Restaurant du Jorat offre de belles balades gustatives et visuelles. Le cadre en bois conjugue classique et modernité. A l'image de la cuisine de ce chef créatif qui affiche 16 points au Gault & Millau depuis 2012. Il est l'un des seuls - si ce n'est le seul - à proposer un carpaccio de brochet. «Je l'ai à la carte depuis de nombreuses années. Depuis le jour où Jacques-Etienne Bovard a débarqué dans mon restaurant avec un brochet de plus d'un mètre, pêché dans le Léman. J'ai alors imaginé le faire de plusieurs manières, en ballottine, en quenelle, en acra et... en carpaccio. Avec les carpaccios de

poisson, vous pouvez vous faire plaisir, jongler avec des huiles d'olive parfumées aux agrumes, des vinaigres de mangue ou des jus aux fruits de la passion et pamplemousse pour ajouter un soupçon d'amertume.»

Et encore... L'endroit est aussi réputé pour le filet de bœuf en mironton et son os fondant à la moelle au pinot noir. Ou la truffe de chanterelles à l'œuf mou et velouté de pomme de terre. Ou encore ces délicieuses «illusions de tagliatelles aux fruits». Que d'émotions! **Restaurant du Jorat, Grand-Rue 16, Mézières (VD). Ouvert du mardi au samedi. Tél. 021 903 11 28, www.restaurantdujorat.ch**

Un vin L'amigne

En Valais, Jean-René Germanier, patron de la cave éponyme, propose une amigne Vétroz Grand Cru -bio avec un carpaccio de poisson.

«J'ai choisi l'amigne, un cépage typique de Vétroz (VS), pour accompagner un carpaccio de poisson. Ce vin blanc, à la robe jaune pâle, offre des arômes de fleurs sauvages, acacia, abricot et mandarine. Notre amigne Grand Cru est élevée en biodynamie dans des vignes



Olivier Maire

de 20 ans d'âge situées au cœur de Vétroz. Elle possède une belle persistance en bouche et une harmonie entre l'acidité et le moelleux. Cette amigne Grand Cru fait partie de la catégorie «une abeille», signifiant qu'il s'agit d'un vin plutôt sec.» **Médaille** Lors du concours du Vin Bio Suisse 2015, cette amigne s'est classée parmi les six meilleurs blancs. **Domaine Jean-René Germanier, route cantonale 285, Vétroz (VS). Tél. 027 346 12 16, www.jrgermanier**