

Les légumes anciens au goût du jour

Autor(en): **Rapaz, Jean-Marc**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Génération plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): - **(2012)**

Heft 34

PDF erstellt am: **17.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-831502>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



Côtes de bette



Topinambours



Potimarron



Racines de persil

Les légumes anciens... au goût du jour

Après celles des grands chefs, nos tables accueillent panais, topinambours, potimarrons, côtes de bette rouges et racines de persil. Effet de mode?

Le topinambour a souffert d'une très mauvaise réputation. Légume des années de guerre, consommé jadis jusqu'à la lie, il avait tout simplement disparu de la carte. Mais depuis quelque temps, sous l'impulsion des grandes toques, il revient en force avec d'autres oubliés. Et ce n'est somme toute que justice.

A une époque où les responsables de la santé publique incitent à manger plusieurs fruits et légumes par jour, à une époque où tout un chacun est incité à consommer «local», panais et topinambours permettent de varier les plaisirs, à côté des sempiternels poireaux, endives et pommes de terre.

Question santé toujours, les légumes anciens regorgent de vertus. Ils sont riches en antioxydants, en vitamines B et C, notamment. Comme toute leur famille, ils possèdent des molécules protectrices contre le cancer et favorisent le transit intestinal. Qui dit mieux?

Saveurs et goûts différents

Reste à déterminer si ce retour en force est fait pour durer et, surtout, à examiner de près leurs qualités gustatives. Un questionnement qui amuse Carlos Crisci, le chef de l'Auberge du Cerf à Cossonay (VD), classé deux étoiles Michelin et 18 sur 20 au Gault&Millau. «Nous, on travaille ces légumes depuis vingt ou vingt-cinq ans. En fait, si on a l'impression qu'ils deviennent à la mode, c'est qu'ils arrivent enfin dans la grande distribution.» Enfin, pas tous, puisque les grandes toques appréhendent volontiers des légumes comme l'artichaut sauvage ou la raiponce, des délices trop rares pour figurer dans le menu d'une famille.

Mais Carlos Crisci n'en démord pas: topinambours et autres tubercules présentent vraiment des «saveurs sympathiques, des goûts différents». Par ailleurs, il reconnaît que c'est le rôle des cuisiniers professionnels de mettre à leur carte des légumes qui sortent de l'ordinaire. «Quand les gens font leur course, ils n'achètent pas un produit qu'ils ne connaissent pas.



Le chef Carlos Crisci aime les saveurs «sympathiques» de ces délices injustement critiqués.

C'est notre mission de faire découvrir aux clients des saveurs nouvelles.» On veut bien le croire. Mais quand même, comment expliquer la détestable réputation du topinambour? «Ce sont des souvenirs liés à des années de privation. Et puis, vous savez, si vous deviez manger du caviar tous les jours, vous finiriez par en être dégoûtés...»

Qu'allons-nous alors manger comme légumes anciens de saison en ce mois d'avril? C'est normalement trop tard pour les topinambours et panais. «Il y a encore la racine de persil, par exemple, que l'on trouve sur les marchés.» C'est un tubercule qui ressemble vaguement au panais, qui présenterait un goût doux et entêtant rappelant le cerfeuil. Comment l'apprêter? «La racine de persil se combine très bien avec des cuisses de grenouille ou alors, on peut la consommer en soupe par exemple», explique le maître. Un autre gastronome conseille de la râper crue sur une salade, pour rester simple. D'autres suggèrent un carpaccio ou alors, une poêlée avec des lardons. Bon appétit!

Jean-Marc Rapaz