

CUISINE

## On a rétréci les légumes!

Ce n'est pas la taille qui compte, et la mode est au riquiqui, plébiscité pour sa tendreté. Finement coupés au couteau, les formats ordinaires rivalisent cependant de caractère

Stéphanie Hoblet

### Mini-carottes, gingembre, miel et rasarin

— pour 4 personnes —

Lavez 84 mini-carottes de couleurs (orange, jaune, pourpre) et coupez les fines à 1 cm. Éliminez l'extrême point de la racine si besoin seulement. Dans une poêle, sur feu moyen, faites chauffer 10 g de beurre doux AOP et 1 cuillère à café d'huile de pépins de noix. Lorsque le beurre devient moussoux, ajoutez les carottes et une demi-cuillère à café de gingembre râpé. Salez légèrement, faites colorer, puis déglacez avec 15 g de miel (buyotte ou toutes fleurs). Versez 5 cl de bouillon de légumes, et terminez la cuisson en sautant les carottes avec la pointe d'un couteau pour arrêter quand elles deviennent fondantes. En fin de cuisson, emburrez avec 15 g de beurre doux infusé au pain de Voûtispenfery et à la five tonik. Disposez les carottes sur l'assiette, saupoudrez de 1 cuillère à café de graines de sarrasin torréfiées et concassées. Pour un contraste de textures, ajoutez quelques copeaux de caecote crue assaisonnée.

(Recette simplifiée, inspirée de celle d'Anne-Sophie Pic pour le site [Epicurymarche.com](http://Epicurymarche.com))

Le potager est un terrain où les géants, les costauds ne sont pas les plus à même de remporter la palme. Sur la balance, certes, ils écrasent tout le reste — les grandes courges font figure de championnes. Mais dans l'assiette, les poids lourds de la catégorie légumière ne s'en sortent que dans l'épreuve des farcis. Pour le reste, ils se retrouvent souvent éclipsés par des gabaïris plus modestes et plus vifs, qui compensent leur nature chétive par une supériorité gustative.

On a assisté au retour en grâce, il y a deux décennies, des légumes dits « oubliés » (topinambours, rutabagas, panais, cerfeuil tubéreux, etc.). Puis à la diversification chromatique d'une même espèce (carotte, betterave, chou-fleur, etc.). Enfin à la réhabilitation, récente mais encore timide, des légumes moches, au nom de l'antigassi et de la lutte contre les discriminations esthétiques. Aujourd'hui, la mode est au riquiqui.

Toutes sortes de spécimens légumiers miniatures ont fait leur apparition dans les rayons, dont les silhouettes filuettes en mini-portions suscitent l'interrogation : s'agit-il de variétés spécifiques ou du résultat de manipulations OGM? À dire vrai, ces bébés végétaux calibrés et alignés dans leurs barquettes de polystyrène n'inspirent pas confiance de prime abord. Surtout quand, malgré leur jeune âge, ils comptent pas mal d'heures de vol — l'importation provient fréquemment d'Afrique du Sud.

En France, la Maison Salés, héritière d'une longue tradition maraîchère familiale à Perpignan, a été précurseur dans la production de mini-légumes au milieu des années 1980. D'autres ont suivi, comme Eric Roy, à Saint-Genouph, en Touraine, qui s'est spécialisé dans cette culture en 2015 et a obtenu la certification bio en 2017. Il fournit de nombreux chefs locaux, mais aussi Pierre Gagnaire, Anne-Sophie Pic, William Leduel, Olivier Nasti (Le Chambard), à Kaysersberg) ou Alexandre Navarro (Racine des prés, à Paris), qui plébiscitent ces juvéniles gracieux apportant élégance et délicatesse à leurs assiettes. Poireaux, carottes, navets, panais, radis, betteraves, fenouils, salisifs, etc., ces croyons ou toppers multicolores doux et échevelés sont issus des mêmes graines que leurs aînés, mais résultent d'une cueillette précoce (50 jours en moyenne pour une mini-carotte, contre 90 habituellement). Le personnel a été formé pour effectuer des semis plus serrés et évaluer, en fonction du collet et du feuillage, le stade optimal de puberté déclenchant la récolte.

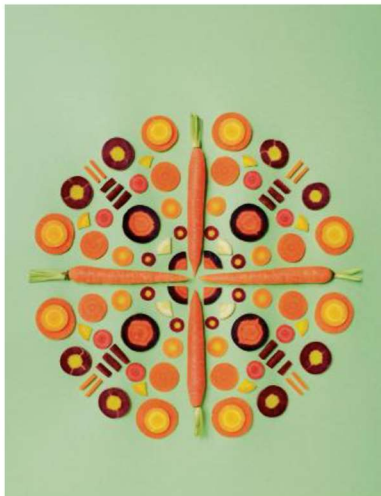
« Le succès des mini-légumes tient à leur libellé dans l'assiette — leur silhouette reste intacte — et à leur facilité de préparation, explique Eric Roy. Mais aussi et surtout à leur extrême tendreté, qui les fait apprécier par des mangeurs réticents, et notamment les enfants. » Moins d'arumette et de fibres, plus de douceur et de saveurs : ces petits peuvent rendre gaga, d'autant qu'ils se dégustent de la racine au feuillage, sans épluchage ni découpe, crus ou après un bref passage à la poêle avec peu d'huile ou de beurre et un fond d'eau ou de bouillon. Tout cela a un prix (beaucoup plus élevé) et souffre d'une grande fragilité — les petits légumes gèlent dès qu'ils déshydratent rapidement — mais c'est une manière de offrir des produits tout au long de l'année.

## ADRESSES

► **ZE KITCHEN GALERIE**  
4, rue des Grands-Augustins, 75001 Paris  
[Zekitchen-galerie.fr](http://Zekitchen-galerie.fr)

► **ERIC ROY, LE JARDIN DES ROYS**  
40, rue de l'Auberdrière, Saint-Genouph (Indre-et-Loire)  
[Ericroy-marche.fr](http://Ericroy-marche.fr)

► **MAISON SALÉS**  
1000, chemin de la Rivière, Perpignan  
[Maisonsales.fr](http://Maisonsales.fr)



AMELIE LOMBARD POUR LE MONDE

Pourtant, ce jeunisme maraîcher fantaisiste et revigorant ne pourra supplanter la vieille garde légumière nourricière, saisonnière et démocratique. Avec l'essor du végétarisme, du bio et des circuits courts, et le concours de producteurs engagés, l'offre s'est diversifiée et améliorée pour qui fait l'effort de s'approvisionner aux bonnes sources. Raison de plus pour mettre en valeur ces légumes bien nés, grâce à des découpages adaptés. Sans formation spécifique, c'est le plus souvent à la va-comme-le-te-pousse que l'on s'attaque au premier poireau ou oignon venu. En rondelles ou tronçons grossiers, ça passe pour un pot-au-feu, une blanquette ou la préparation d'une soupe, moins dès qu'il s'agit de faire suer les légumes pour en extraire le meilleur.

Le petit format n'est donc pas l'apanage des mini, tant s'en faut. Il s'applique aux légumes ordinaires, de façon plus précise et poussée, par l'entremise de l'homme et de son couteau. Tailler, émincer, ciseler, hacher, tourner, c'est voyager en terres de beunoise, duocelles, maédoine, salpicon, mirepoix, tout en passant par matignon — autant de découpages endus, de formats croissant (de 2 mm à 15 cm). Sans oublier la paysanne (section triangulaire), la jardinière (bûchettes courtes), la julienne (mince filamente) ou le sifflet (section en biseau, parfaite pour le poireau). Il y a une beauté imprégnée dans le geste du cuisinier qui taille avec minutie en un mouvement souple et régulier.

Il faut aussi tester, à la cuisson, la différence entre un oignon éparpillé à la va-vite et un autre ciselé dans les règles (ou, ciselé, sans ciseaux mais avec un couteau émitoucre, c'est-à-dire quadrillé en petits dés) pour comprendre l'importance du geste : le premier expulse sauvagement ses composants suaves et risque de cramer, le second libère doucement son eau de végétation en restant bien hydraté. « Les tranches extrêmement fines ont une importance déterminante pour le goût, dans la confection d'une garniture aromatique ou d'un bouillon, souligne William Leduel, qui magnifie le végétal, légumes et agrumes en tête, depuis vingt ans dans son restaurant parisien Ze Kitchen Galerie (une étoile Michelin). Et pour cela, l'essentiel, c'est la qualité du couteau, comme on l'observe au Japon. C'est souvent ce qui manque aux cuisiniers non professionnels : un bon couteau qui coupe, une mandoline et des légumes ultra-frais et fermes, ça change tout ! » Le chef avoue s'affranchir des découpages codés pour « laisser libre cours à l'inspiration en fonction de la taille du légume, du mode de cuisson et du type de plat : charme des légumes résidés aussi dans leur potentiel architectural ». Petit à petit, chaque humble cuisinier peut ainsi voir les choses en grand.

## ALLEZ, ENCORE UNE HISTOIRE !

## Un atlas des saveurs pour éveiller les sens des jeunes lecteurs

Clara Georges

Quel parent ne s'est pas déjà retrouvé, à mi-chemin entre la boulangerie et la maison, avec une baguette de pain grignotée, diminuée de moitié par une petite bouche gourmande? Le plaisir du pain chaud est inimitable. Et comme le raconte la chef Olivier Roellinger dans la page de ce livre, en matière de nourriture, « tout commence avec le plaisir » : « Respirer, humer, mâcher, avaler, déguster... » C'est pourquoi le petit ours qui croque dans son pain frais à la page suivante a tenu les uns en éveil. De sens, il sera beaucoup question dans ce grand album, avec des associations inhabituelles et audacieuses.

Chaque double page prend en effet le parti de rassembler des aliments en fonction de leur saveur. Il y a d'abord le sucré, bien sûr : aux côtés des bonbons trônent une patate douce, une betterave et du ketchup. On reste dans le classique avec le sirop, l'orange et le jus de citron. Mais c'est ensuite qu'on s'ouvre en terre inconnue. Les enfants sont invités à découvrir l'umami, la « cinquième saveur » japonaise si difficile à définir en mots. C'est plus facile avec des exemples : on trouve de la sauce soja, des anchois séchés, du parmesan ou du bouillon d'algues.

Vient ensuite les goûts : épics, gros beignets, fondue et saumon (spécial indigestion), fraise et riz, fumé, frais (concombre, lait et menthe à l'eau...). Mais aussi des pages qui feront nécessairement hurler les nez intolérants des moins de 18 ans : le goût « ça pue » (lour-



gent, en anglais, car tout l'ouvrage est bilingue) et des délicieux et odorant tiramisù tropical, le goût « dégoûtant » : huile à cervelle et maïs sués de no-quefort... Et un autre, parfaitement bilingue, où chacun pourra faire l'inventaire de ses souvenirs : le goût de l'enfance. « Un régime que cet album grand format, doté en plus d'un super menu-page en forme de baguette croquillante. « Les Goûts extraordinaires de monsieur Bear », de Virginie Anclil (Bayard jeunesse, 42 p., 16,90 €), Dès 3 ans.