

CUISINE Toutes les deux semaines, Annick Jeanmairet nous invite à aborder la gastronomie sous l'angle de la science. Ce qui n'empêche pas de s'amuser et, au passage, de tordre le cou à de nombreuses idées reçues.

Le ragoût est meilleur le lendemain. Mais comment le faire bon?

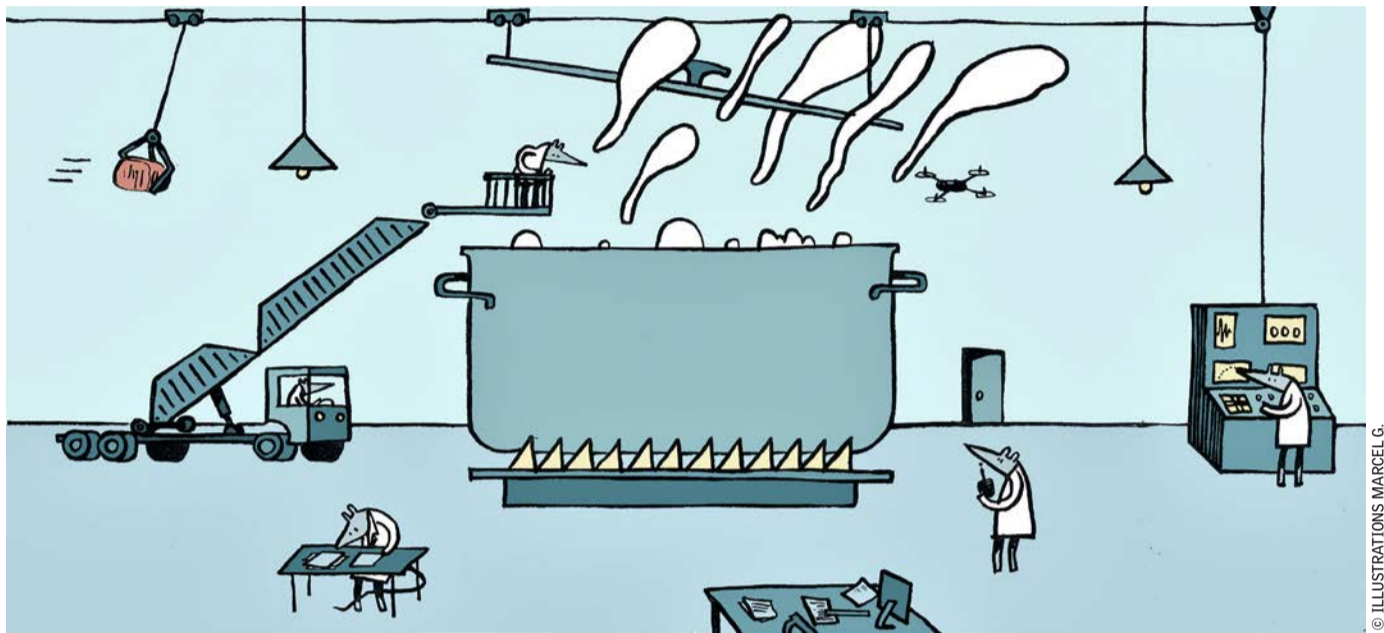


ANNICK JEANMAIRET
Journaliste gastronomique, la Genevoise Annick Jeanmairet est la créatrice de l'émission culinaire «Les Saisons de Pique-Assiette», diffusée sur RTSI. Elle écrit également des livres de cuisine, dont «Best Of Pique-Assiette, 105 occasions de se régaler», qui vient de sortir aux Éditions Favre.

C'est bien connu: le ragoût, c'est bien meilleur le lendemain. Mais pour qu'il se bonifie pendant la nuit, encore faut-il qu'il soit bon. Et un bon ragoût, ce n'est pas gagné d'avance. Alors, que faire – et ne pas faire – pour le réussir?

Pour commencer, on choisira la viande adéquate. Il ne sert à rien de mijoter pendant des heures des morceaux qui n'en ont pas besoin (filet par exemple). Le ragoût est réservé à ce qu'on appelle (injustement) les bas morceaux, soit les morceaux durs à cuire. En les cuisant longuement et doucement, ils finissent par s'attendrir, tandis que le collagène qu'ils contiennent se dissout et se transforme en une délicate gélatine. Autrement dit, l'intérêt des cuissons mijotées est de fabriquer beaucoup d'arômes et d'attendrir des morceaux coriaces.

Ce type de cuisson prend du temps, mais ne se déroule pas d'une traite. Il comporte des étapes bien précises. Tout d'abord, on commence par risoler la viande dans un corps gras (huile ou beurre), afin de la colorer et de lui donner du goût (la fameuse réaction de Maillard, que nous avons



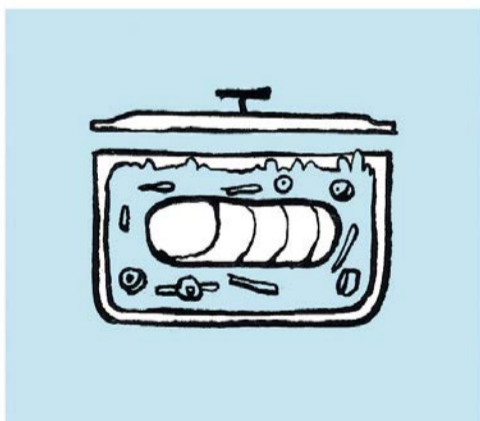
© ILLUSTRATIONS MARCEL G.

récemment décrite ici). C'est la phase feu vif et sans couvercle, afin que la vapeur puisse s'échapper et que la viande puisse colorer. D'où l'importance d'y aller à fond avec le feu. Et de ne pas mettre trop de viande, afin que chaque morceau puisse avoir un contact avec la source de chaleur. Pour décoller les sucs caramélisés issus de cette étape, on déglace ensuite le fond de cuisson avec un liquide.

Puis on ajoute quelques légumes et on mouille, par exemple avec du vin rouge pour un bœuf bourguignon. Il est temps d'attaquer la troisième phase, celle qui signe véritablement le ragoût et lui donne sa musique: la phase «bloup bloup», ou ébullition lente. Elle suppose deux gestes: remettre le couvercle et baisser drastiquement le feu. Durant cette longue étape en milieu humide, les arômes

de la viande et des légumes nourrissent le liquide de cuisson, qui devient peu à peu un jus savoureux. Jus qui, précise Stéphane Lagorce, l'auteur de l'indispensable *Grand précis des cuissons au poil*, doit constituer environ 50% du plat. Soit davantage que pour une viande braisée. Quoi? Ce n'est pas la même chose? Non, pas tout à fait.

ANNICK JEANMAIRET ■



PETIT LEXIQUE BRAISER

Comme le ragoût, la viande braisée répond aux règles de la cuisson mijotée, avec ses étapes: coloration, déglacage, mouillage, couvercle, puis passage en milieu humide pour la longue cuisson qui va donner tout son sens au plat. Mais alors, quelles sont les différences? D'abord, la taille des morceaux de viande. La viande braisée concerne des morceaux plus gros que ceux du ragoût. Par conséquent, la cuisson va être un peu plus longue. De plus, on met moins de liquide dans une viande braisée que dans un ragoût: seulement 20 à 30% de la masse de la recette, précise Stéphane Lagorce. Cela fait dire à l'auteur Arthur Le Caisne, dans son ouvrage

Pourquoi les spaghetti bolognese n'existent pas?, que la cuisson braisée s'apparente à une cuisson vapeur. La viande cuite dans la vapeur produite par les légumes placés sous elle (ainsi, elle ne touche pas la surface de chaleur et cuit de manière plus homogène) et du peu de liquide (fond, bouillon) qu'on y ajoute. Ce liquide se transforme en vapeur, remonte vers le couvercle, se condense et se retransforme en liquide qui retombe, arrosant la viande. C'est l'effet hammam. Et le tout sans braises. Car oui, pour bien braiser, pas besoin de braises!

+ D'INFOS *Pourquoi les spaghetti bolognese n'existent pas?*, Arthur Le Caisne, Éditions Marabout, 233 pp.



À LA CAVE

LA DÉGUSTATION D'ÉRIC BERNIER

Lorsque Michel Tuor et Didier Fischer ont acquis le domaine des Trois-Étoiles, à Peissy (GE), ils ont choisi un jeune ingénieur œnologue de talent pour prendre la responsabilité du vignoble et des vins: Dorian Pajic. Passionné, fou de cuisine et de vin, dégustateur averti, le trentenaire n'a pas tardé à se distinguer par la qualité de ses créations.



Sauvignon blanc 2020

On l'aime Récolté en plusieurs tries afin d'en étoffer la complexité aromatique et l'éclat de son fruit, ce sauvignon blanc s'impose par un nez explosif, net et précis. Aux premières notes de bourgeon et de baie de cassis succèdent des fragrances de pêche, d'agrumes, de fruits exotiques, de litchi. Une longue aération vient asseoir cette perception avec superbe. Dotée d'une structure charnue, la bouche séduit par son croquant, son dynamisme et son aromatique sur les fruits de la passion, nous donnant l'impression d'en savourer la chair.

On le sert En saison, concoctez-lui une interprétation autour de l'asperge, tandis que les amateurs de saveurs iodées lui offriront quelques huîtres.

On le garde 2 à 3 ans.

On l'achète 18 fr. (prix départ cave).



Viognier 2020

On l'aime De ce viognier, nous avons été sensibles à la délicatesse du nez, loin de toute forme d'opulence. Très floral dans son expression avec ses parfums de fleurs blanches, de chèvre-feuille, il n'en demeure pas moins caractérisé par les marqueurs olfactifs typiques du cépage, la pêche et l'abricot surtout. Nous y avons aussi humé le coing, la lime, les fruits à coque et une fine note de miel. Succédant à une attaque franche, le palais se tapisse d'une matière puissante et persistante, équilibrée, à la finale salivante soutenue par de fins amers.

On le sert Offrez-lui une belle terrine de poisson au basilic thaï ou un risotto crémeux aux fruits de mer.

On le garde 2 à 5 ans.

On l'achète 20 fr. (prix départ cave).



Danaïde 2018

On l'aime Encore un brin austère à ce stade, cet assemblage de merlot, cabernet franc et petit verdot affiche un profil déjà prometteur. Au premier nez se devinent quelques notes boisées dues à son élevage, des accents de réglisse et de cannelle. Estompant ce premier ressenti, le fruit prend rapidement le dessus avec brio. La mûre et la myrtille invitent alors aux festivités les herbes aromatiques et l'olive noire. Souligné par une trame tannique bien présente aujourd'hui, le palais déploie une matière finement poivrée, gorgée d'un fruit juteux.

On le sert On lui réserve un filet de bœuf Wellington ou un carré d'agneau en croûte d'herbes et au concassé d'amandes!

On le garde 6 à 10 ans.

On l'achète 28 fr. (prix départ cave).