

CUISINE

# À GRAND FRAIS !

SAVEURS DE SAISON ET IDÉES DE RECETTES : LA SÉLECTION D'ALEXIA CHARRAIRE, QUI FOURNIT DES PRIMEURS D'EXCEPTION AUX PLUS GRANDS CHEFS. par ESTÈRELLE PATANY



## 1 • LA FRAISE

Jaqu'en j'ai! les variétés se succèdent : gonguette, charlote, nana des bois... Mon coup de cœur ? Les fraises de Cléry, dans le Vesin. Ces fruits étant très fragiles, préférez des productions locales.

**La recette** : rincez les fraises rapidement sous un filet d'eau avant de les équeuter. Ajoutez quelques gouttes de jus de citron, cela suffira elles sont mûres à point.

## 2 • LE PETIT POIS

Sa coque doit être verte et craquelée, sans ridges. Pour tester sa fraîcheur, croquez-en un cru, il doit être sucré et sans amertume.

**La recette** : il est excellent en jardinière de légumes. Mélangez petits pois, carottes lances, cœurs de laitue, oignons de printemps émincés et gousses d'ail frais dans une cocotte en fonte. Laissez mijoter 25 mn dans de l'eau sa liée à hauteur, assaisonnez et, quand il ne reste plus d'eau, nappez d'un filet de bonne huile d'olive.

## 3 • L'AIL DES OURS

Il a une saveur très douce, avec des notes vertes et végétales. Comme il est très fragile, on le conserve dans une barquette plastique, un papier absorbant humidifié par-dessus.

**La recette** : ne le cuisinez pas. Ciselez-le sur une salade ou ajoutez-en dans un pesto.

## 4 • LA RHUBARBE

On la choisit bien rouge et on la prépare en ne pelant que les tiges épaisses, comme pour les blettes. Les tiges fines se mangent entières.

**Son conseil** : faites-la cuire en compote avec un peu d'eau. Sucrez après cuisson.

## 5 • L'ASPERGE

Les meilleures sont les blanches de la ferme de Nagaret (Vaucluse), très onctueuses, et la paysanne verte de Gers. Évitez les « asperges sauvages », moins goûteuses.

**La recette** : faites-les cuire à la poêle 10 mn dans un peu d'huile d'olive et d'eau. Servez-les avec un peu de lard de Colonnata ■

### OÙ ACHETER SES PRODUITS ?

- Le Comptoir des producteurs  
25, rue Mouton-Duvernet, Paris-14<sup>e</sup>.
- Milleux Filon  
90, boulevard Beaumarchais, Paris-3<sup>e</sup>.

### OÙ LES DÉGUSTER ?

- Relais Plaza, 21, avenue Montaigne, Paris-8<sup>e</sup>.
- Chez Gérard, 31, rue Vial, Paris-10<sup>e</sup>.
- La 39<sup>e</sup>, 39, avenue George-V, Paris-8<sup>e</sup>.
- La Nigétole, 48, avenue Jean-Moulin, Paris-14<sup>e</sup>.

### LE VIN DE LA SEMAINE

par SANDRINE GOEYVAERTS



PARFUMÉ & LÉGER

NOTES D'ALBÉPINE

DOMAINE PIERRE LUNEAU-PAPIN, 100% CEVAGE, MEÛN DE BOURGOGNE

### MUSCADET NOUVEAU

Nul n'est censé ignorer la Loire et encore moins le muscadet... Que voit pourtant une appellation décriée ? Mal connue, celle-ci est trop souvent mal aimée. Sans goût, contaminé aux bouches, le muscadet pâlillon issu du cépage melon n'avait rien de folklorique. Les Luneau-Papin et quelques autres ne s'y sont pas laissés : ils ont entrepris de redonner au vin croquant et classe. Le Clos des Allées, exposé plein sud, montre la voie. Direct, franc, du fruit blanc et une brassée d'aulépine le confirment : prenez le melon, c'est bon !

### À SAVOURER AVEC

Des asperges vertes, des encomets, du poisson grillé...



### CUVEE CLOS DES ALLÉES, 9 €

Domaine Pierre Lunneau-Papin,  
La Grange, 44430 La Lande-sur-Loire.  
tél. : 02 40 04 45 37.

domainealuneeu.com  
En vente chez Un Pavé dans la vigne,  
119, boulevard Magenta, Paris-10<sup>e</sup>.