

ALIMENTATION La nouvelle tendance en cuisine est aux vinaigres de pulpe de fruits. Quinze chefs ont concocté des recettes surprenantes.

Un livret pour cuisiner comme un chef

ARIANE SCIBOZ

Pas facile de faire preuve d'originalité en cuisine avec des talents culinaires limités! Surtout en ces périodes de fêtes, où flatter audacieusement les papilles gustatives de ses convives est gage de réussite. Apparus récemment, les vinaigres à la pulpe de fruits ajoutent une touche créative et une note savoureuse aux préparations. Des chefs étoilés de Suisse romande présentent ce produit mis en bouteille à Valais.

Vinaigre de pulpe de mangue à la cardamome, vinaigre de pulpe de framboise au poivre de

Tasmanie, vinaigre de pulpe de poire à la vanille ou encore vinaigre de pulpe de cassis noir de Bourgogne, les noms évoquent déjà une invitation au voyage gastronomique. Rassemblés dans un livret de recettes conçu pour faire découvrir ces nouveaux types de vinaigre, quinze cuisiniers font découvrir l'une de leur création aromatisée de façon spectaculaire avec un vinaigre à la pulpe de fruits. Associé au projet, le Valaisan Damien Germanier raconte: «Le vinaigre de pulpe de fruits est un très beau produit, facilement utilisable pour tous ceux qui ne pourraient pas passer des

heures en cuisine. Il permet de rehausser leurs mets de manière très originale.»

Né de l'idée de Nathalie Kropf-Albrecht, directrice de la boutique Oil & Whisky de Sion, le livret de recettes a rencontré l'engouement des participants. «Les cuisiniers qui travaillent régulièrement avec nous sont tous très enthousiastes. Le vinaigre est un atout notamment pour le déglacage, la marinade ou en salade. Moi-même, j'associe le vinaigre de pulpe de pomme et badiane à une compote de pommes accompagnée d'une mousse au chocolat blanc, ou plus simplement d'une boule de glace. Le vinaigre de pulpe de framboise s'associe très bien avec du foie gras. Le vinaigre à la

pulpe de fruits est très riche en saveur de fruits. Il contient 43% de pulpe de fruits, pour la plupart bios, mélangé à un vinaigre de seigle, bio également.»

Texture plus épaisse

Le vinaigre à la pulpe de fruits présente une texture plus épaisse qu'un vinaigre traditionnel. Fabriqué de façon artisanale en France, il ne contient aucun additif, ni colorant. Un produit 100% naturel donc. La boutique Oil & Whisky, qui détient les droits d'importation exclusifs pour la Suisse, pratique manuellement la mise en bouteille dans son atelier d'Uvrier. Le vinaigre à la pulpe de fruits est commercialisé également dans les épiceries fines et les boucheries de Suisse romande (une quinzaine d'adresses en Valais).

La liste complète et le fascicule sont disponibles sous la rubrique «Retrouvez-nous» du site www.oilandwhisky.ch.



Recette Fruite au vinaigre pulpe de mangue

Pour 4 personnes:

TRUITE BASSE TEMPÉRATURE, CITRONS EN CONDIMENTS, NAVETS CONFITS EN COPEAUX CRUS ET FAÇON PICKLES

NAVETS CONFITS

Peler 2 raves, les couper en quartiers et laisser mijoter 30 minutes à feu doux dans 1 dl de bouillon de bœuf. Réduire la moitié en fine purée.

PURÉE DE CITRONS RÔTIS

Déposer 3 citrons non traités et lavés dans une cocotte. Enfourner 1 heure à 106°C à couvert. Mixer avec 50 gr. de sucre et 5 cl de vinaigre de pulpe de mangue. Passer au chinois.

TRUITE

Déposer 4 filets de truite préalablement tempérés dans un plat légèrement beurré, saler et enfourner à 90°C durant 20 minutes.

PICKLES DE NAVETS

Couper une rave en deux. Détailler la moitié en petits triangles et réserver l'autre moitié. Dans une casserole, faire bouillir 5 cl de vinaigre de pulpe de mangue, 5 cl de vin blanc, 2 grains de poivre et une pointe de couteau de safran. Verser les légumes détaillés. Laisser refroidir.

COPEAUX DE NAVETS

détailler très finement le demi navet restant à la trancheuse ou à la mandoline.

Info NF



LE CHEF PROPOSE...

DAMIEN GERMANIER, 17/20 au Gault&Millau pour son restaurant à Sion, ancien du restaurant Le Pont de Brent de Gérard Rabey, partage une de ses créations au vinaigre de pulpe de fruits. Pour plus d'informations: www.damiengermanier.ch

L'AVIS DE



FABIENNE DÉLÈZE
CONSEILLÈRE DE SANTÉ ET NUTRITHÉRAPEUTE À SION, WWW.CABINETNUTRISANTE.CH

Le fruit atténue l'acidité du vinaigre

En votre qualité de professionnelle de la santé, pourquoi avoir choisi ce produit?

Les vinaigres à la pulpe de fruits sont différents des autres vinaigres, car ils sont moins acides, donc beaucoup moins agressifs pour l'organisme. Le fruit atténue l'acidité du vinaigre car il s'agit de vinaigre de seigle bio déjà peu acide et 43% de pulpe de fruit dans la plupart des cas bio. Le fait qu'il s'agisse d'un produit naturel m'a également séduite. Et le goût qu'il apporte, bien sûr!

Pourquoi l'acidité est-elle mauvaise pour notre organisme?

L'excès d'acidité amène des douleurs dans le corps (arthrose, ostéoporose, crampes, goutte, etc.), car l'organisme, pour s'équilibrer, puise dans les réserves de minéraux alcalinisants des os, puis des organes (magnésium, calcium, potassium, etc.), qui a pour conséquence une déminéralisation.

Les facteurs correcteurs d'acidité sont une alimentation saine, un sommeil suffisant et de qualité, l'aération quotidienne et un esprit positif.

Quel est le bon dosage pour un vinaigre normal et pour un vinaigre à la pulpe de fruits?

Il faut en mettre très peu. Pour une salade faite au moyen d'un vinaigre usuel, je recommande de mettre une cuillère à café de vinaigre pour trois cuillères à soupe d'huile. Avec un vinaigre à la pulpe de fruit, il est possible de mettre une cuillère à soupe de vinaigre pour trois cuillères à soupe d'huile.

PUBLICITÉ

Mon journal où je veux, comme je veux!

Découvrez toutes nos offres d'abonnements sur abo.lenouvelliste.ch



Le Nouvelliste

le trait d'union des Valaisans



ABOpremium

dès CHF 35.- / mois

Oui, je souhaite m'abonner à l'ABOpremium (journal + contenu en ligne + E-paper + application iPad) pour 1 année au prix de CHF 398.-* et je reçois en cadeau 1 mois supplémentaire.

* Offre valable jusqu'au 30 novembre 2014 réservée uniquement aux non-abonnés en Suisse. Ne peut pas prolonger un abonnement existant. Prix valable la première année d'abonnement. TVA incluse.

ABOdécouverte

2 mois pour CHF 35.-

Oui, je souhaite m'abonner à l'ABOdécouverte (journal + contenu en ligne + E-paper + application iPad) pour 2 mois pour le prix de CHF 35.-**

** Offre valable uniquement aux non-abonnés en Suisse et n'ayant pas bénéficié d'une offre spéciale au cours de ces 24 derniers mois. (Ne peut pas prolonger un abonnement existant. TVA incluse.)

Monsieur

Madame

Nom

Prénom

Adresse

NPA/Localité

Tél. fixe

Tél. mobile

E-mail

Date

Signature

NF14.12.2013

Renvoyez ce coupon à:

Le Nouvelliste, Service des abonnements, Case postale 1054, 1951 Sion

Ou abonnez-vous:

sur www.lenouvelliste.ch

à clientele@nouvelliste.ch

au 027 329 78 90

au 027 329 76 10