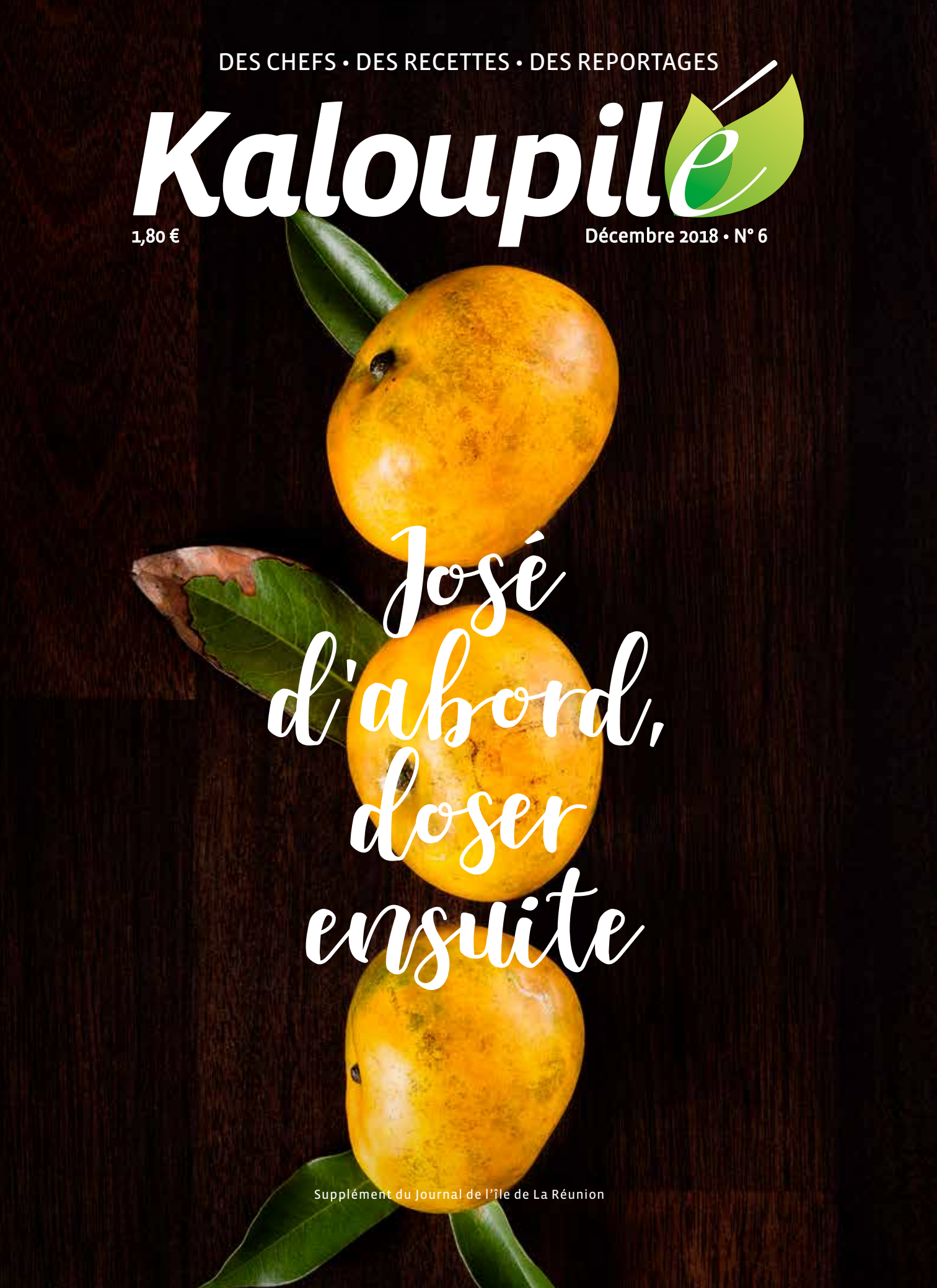
DES CHEFS • DES RECETTES • DES REPORTAGES

Kaloupilé

1,80 €

Décembre 2018 • N° 6



José d'abord, doser ensuite

Supplément du Journal de l'île de La Réunion

BOUCHEES AU CHOCOLAT

CœurCuma

LA VIE AU COEUR DU CHOCOLAT

Bien-être et santé

La boîte de 10 chocolats
5 bouchées au curcuma
+ 5 bouchées
au curcuma + gingembre

La boîte
de 24 bouchées
au chocolat curcuma

Stand CœurCuma au Marché de Noël avec des offres exceptionnelles...

SUCRÉES AU SUCRE DE COCO (Index glycémique de la pomme)

La boîte de 24 bouchées
au chocolat curcuma + gingembre

Curcuma peï bio 100% racine-mère !

Dans une cascade de saveurs nouvelles et exquises

Des bouchées sublimes pour vos fêtes

DANS LES MAGASINS BIO DE LA RÉUNION
ET SUR AMAZON POUR LA FRANCE MÉTROPOLITAINE

INFO : **0692 12 96 58 - 0262 29 94 58** - bendis@orange.fr - catherine.guyaux@orange.fr

Edito

Osez !

Un terroir riche, des producteurs frileux. Si l'on excepte les artisans qui ont osé se lancer et qui au fil du temps et à force de travail ont réussi à percer sur le marché local et quelques fois métropolitain, il existe une foule de petit producteurs moins connus, déclarés officiellement mais néanmoins discrets, qui fabriquent toute l'année ou de manière saisonnière des produits intéressants, transformés ou non. On les retrouve souvent dans les marchés forains et les marchés de nuit, et parfois au bord des routes. Ils se contentent de leur petite production, sans chercher à grandir, et sont assez rétifs quant à l'opportunité de vendre leurs productions via des épiceries fines. Certains ont du mal à baisser leur prix pour les professionnels, quitte à risquer de stocker (ou jeter) des invendus.

De leur côté, les restaurateurs, entre autres, se désespèrent de pouvoir disposer régulièrement et en quantité suffisante des légumes et fruits nécessaires à leur activité, surtout quand ces produits sortent un peu des sentiers battus, comme la patate-chouchou ou le patole.

Pour leur part des agriculteurs ne veulent investir dans telle ou telle plantation que s'ils ont l'assurance d'écouler leurs marchandises à bon prix. Il faudrait peut-être que les uns et les autres cessent un jour de se regarder en chien de faïence pour voir qui va faire le premier pas vers l'autre.

Nous sommes assis sur un trésor encore trop mal exploité, et c'est un euphémisme si l'on parle d'exportation.

La qualité de nos letchis, mangues, ananas, et fruits plus rares comme la cerise du Brésil, le jamblon, le jaboticaba ; l'excellence de notre ail, de notre curcuma, de notre café, de nos épices, devraient attirer les chefs du monde entier sur notre terre réunionnaise.

Trouvons ensemble les leviers qui permettront de mettre notre île « en lèr » sans avoir toujours à quémander comme des loqueteux l'aide de l'État.

Que les épiceries fines regorgent de produits représentatifs de la richesse et de la variété de notre terroir, et que les restaurateurs puissent créer, inventer, s'exprimer avec des saveurs anciennes et oubliées, ou nouvelles et originales.

Sur ces mots, nous vous souhaitons de passer d'excellentes fêtes de fin d'année.

Alexandre Bègue

Sommaire

SOUVENIRS D'ENFANCE

LE CANARD BOURBON
La recette de Noël d'Isabelle Rodzinka p.6

LE SAINT-MICHEL
La recette de Noël de Jofrane Dailly p.8

PORTRAIT EXPRESS

LE BOUCAN CANOT
Victor Pigeon ou le pigeon voyageur p.12

BULLES

LA FABRIQUE
Du champagne, de l'entrée au dessert p.14

DISTILLERIE

Le nectar des anges p.18

LOCAL ET DE SAISON

Court circuit p.24

VÉGÉTARISME

Tofu et caetera p.26

PÊCHE FRUCTUEUSE

La Caverne d'Ali Baba p.32

GOURMANDISE

Amour en sucre p.34

GLUTEN FREE

Kali'x au pays des merveilles p.38

COUP DE COEUR

La pizza de Noël de Valérie Gourreau p.42
Un burger sur mesure p.44

EPICERIE

Martine ouvre une épicerie fine 100% réunionnaise… p.45

FOCUS

Entretien avec Laurent Decool de Sushi Cool Cool p.46

VIN

BACCHUS BOURBON
au rendez-vous des fêtes p.48

ZALTO
ou le vin sublimé p.50

■ Supplément du Journal de l'île édité et imprimé par la S. A. S. LE JOURNAL DE L'ILE DE LA RÉUNION. BP 40 019-97 491 Sainte-Clotilde Cedex. Tél. : 0262 48 66 00 ■ Associé principal : Gamma Cadjee ■ Président : Abdoul Cadjee ■ Directeur Général et Directeur de la Publication : Jacques Tillier ■ Directeur Général Adjoint : Florent Corée ■ Directeur de la Rédaction : Philippe Leclaire ■ Rédaction : Alexandre Bégue, Laïla Bapoo ■ Mise en forme : rectoverso ■ Responsable Qualité, logistique et Diffusion : Franck Pommereul ■ Directeur de la publicité : Grégory Hansmetzger ■ Imprimerie : ICP

DÉPARTEMENT DE LA Réunion

Le Département aux côtés des Réunionnais

Au Bonheur des Enfants

au Jardin de l'État

du 19 au 22 décembre

Entrée libre de 9h à 20h

Structures gonflables, manèges, ateliers culturels et ludiques, animations, spectacle multimédia tous les soirs à 19h30.

La recette de Noël d'Isabelle Rodzinka

Originaire de Rennes, en Bretagne, Isabelle Rodzinka du Canard Bourbon se souvient de repas très simples, mais toujours très copieux lorsqu'elle était enfant. C'est non sans une once de mélancolie qu'elle nous raconte ses Noëls passés.

Laïla Bapoo - Photos Kevin Boisvilliers

LE CANARD BOURBON

Le restaurant est spécialisé dans la cuisine du sud-ouest et comme son nom l'indique, le canard est à l'honneur. Des produits sont également proposés à la vente (foie gras mi-cuit, rillettes, magret fumé, magret frais, manchons confits, cuisses confites, saucisses de canard, foie gras frais et canard entier). En revanche, veillez à passer vos commandes bien à l'avance.

30 rue Vallon Hoarau, Le Tampon.

Tél : 02 62 01 20 11

En entrée, jambon à la russe (du jambon enroulé autour d'une macédoine à la mayonnaise) et salade de tomates. Au repas, beaucoup de volailles essentiellement rôties. Mais le dessert devait absolument sortir des sentiers battus. « Ma mère s'entraînait des semaines à l'avance pour que le résultat soit parfait le jour J. C'était une période euphorique que je chérissais, enfant », confie la cheffe. En grandissant, le choix des viandes de Noël évolue sur la table de fête : rôti de biche, rôti de sanglier, puis tournedos de canard aux marrons et aux champignons dont elle se rappelle parfaitement la recette qu'elle nous dévoile aujourd'hui.

Désormais, elle cuisine le canard pour ses trois fils de métropole lorsqu'ils lui rendent visite à Noël. « Je leur prépare tout ce qu'ils ne peuvent pas manger tout au long de l'année pour leur faire plaisir. Du foie gras évidemment, du magret, mais aussi du poisson et des crêpes bretonnes revisitées à la créole que j'agrémente de saumon, de crème fraîche et de rougail citron », raconte-t-elle.

Cette année, elle fêtera le réveillon en tête à tête avec son mari Jean-Pierre Rodzinka au bord de leur piscine. Au menu : saveurs et simplicité – un plateau de fruits de mer, des toasts de foie gras et de saumon fumé.

Tournedos de canard et sa garniture forestière

Pour 5 personnes

INGRÉDIENTS

- 1 magret par personne
- 1 foie gras de 500 grammes
- 250 g de marrons
- 250 g de girolles
- 1 pain brioché
- 20 cl de fond de canard
- 10 cl de floc de Gascogne (vin de liqueur élaboré par un mélange de moût de raisin et d'armagnac jeune)
- De la graisse de canard

PRÉPARATION :

Fond de canard broyez une carcasse de canard. Faites-la cuire dans une cocotte pour en éliminer la graisse. Sortez vos morceaux de carcasse et videz le gras obtenu. Puis, remettez les morceaux dans la cocotte et couvrez-les d'eau. Laissez réduire pendant une heure.

Sauce foie gras Faites colorer deux échalotes dans un peu de graisse de canard. Ajouter 10 cl de floc, 20 cl de fond de canard et quelques morceaux de foie gras frais. Laissez

réduire. Mixez le tout et ajoutez un peu de crème fraîche à la préparation.

Tournedos de canard coupez le magret dans le sens de la longueur. Enlevez les extrémités pour lui donner une forme arrondie en entourant votre magret avec de la peau. Salez et faites cuire votre tournedos en commençant par la peau. Puis, colorez la viande jusqu'à ce qu'elle soit rosée.

Accompagnements Poêlez une tranche de foie gras frais. Faites cuire les marrons dans la graisse de canard. Procédez de même avec les girolles en y ajoutant une persillade.

Dressage Poser votre tournedos sur une tranche de pain brioché aux noix légèrement dorée à la poêle au préalable. Ajoutez votre sauce au foie gras. Placez vos marrons et vos girolles dans l'assiette. Et déposez quelques feuilles de mesclun.

La recette de Noël de **Jofrane Dailly**

Les Noëls d'enfance du chef du Saint-Michel Jofrane Dailly célébraient la famille autour du cochon. La recette qu'il a choisi de nous dévoiler pour les fêtes se révèle donc être un carri de porc revisité à sa façon à travers son expérience culinaire.

Laïla Bapoo - Photos Kevin Boisvilliers

LE SAINT-MICHEL
196, chemin Summer
Saint-Gilles-Les-Bains
0262 33 13 33

Quatre jours avant Noël, toute la grande famille de Jofrane avait pour coutume de se réunir à la Plaine des Cafres, dans la maison de ses grands-parents maternels. Il se souvient de son beau-père qui tuait le cochon, des cochonnailles (boudin, fromage de tête et autres) préparées par les adultes qui veillaient tard pour l'occasion, mais aussi de la balle de letchis de 25 kg dans laquelle tout le monde piochait avec gourmandise. Telle était la tradition. Avec le recul et non sans une pointe de nostalgie, le jeune chef prend conscience de tout le travail que sa famille abattait pour faire de Noël un moment exceptionnel. « Mes derniers souvenirs remontent à l'âge de 10 ans. Je crois que c'est le dernier Noël que nous avons passé à La Plaine des Cafres. La famille était alors très soudée. L'ambiance était légère et chaleureuse », raconte Jofrane, avec émotion. C'est lorsqu'il perd des personnes particulièrement importants dans sa vie que ses Noëls n'ont plus jamais été les mêmes. Mais perdure, dans son cœur, ce souvenir d'enfance. Là, où tout n'était encore qu'insouciance.

Aussi, aujourd'hui, il est devenu cuisinier et les réveillons de Noël, pour lui, ne sont plus vraiment d'actualité. Il est toujours aux fourneaux les 24 au soir. Toutefois, depuis que son fils est né, il met un point d'honneur à le fêter. Même deux jours après. Il rejoint son frère aîné et tous deux enfilent leur tablier. Lui aussi est cuisinier. Au menu, différents mets pour flatter le palais de toute la tablée. Et tout le monde, petits et grands, se régale sans se faire prier. « Il est de notre devoir de retrouver l'esprit de Noël pour nos enfants et de profiter pleinement des gens qu'on aime pendant qu'il en est encore temps », conclut le chef.

Carré de porc péi et sa salade russe créole

(pour 2 personnes)

INGRÉDIENTS

- 400 g de carré de porc

La marinade

- Sel
- Poivre
- Thym
- 30 ml d'huile végétale
- 30 ml de sauce soja
- 50 ml de miel de baie rose
- 45 ml de vinaigre balsamique
- 2 gousses d'ail

La sauce « le tigre qui pleure »

- 1 branche de coriandre
- 1 gousse d'ail
- 1 citron vert
- 1 échalote
- 1 petit piment
- 10 ml de nuoc mam

La salade russe

- 1 betterave
- 1 carotte
- 1 pomme de terre
- 1 œuf
- 1 oignon
- 100 ml d'eau
- 40 ml de vinaigre de riz
- 40g de sucre roux

PRÉPARATION

• Dans un bol, mélanger tous les ingrédients de la marinade. Laisser mariner le porc toute une nuit au frigo.

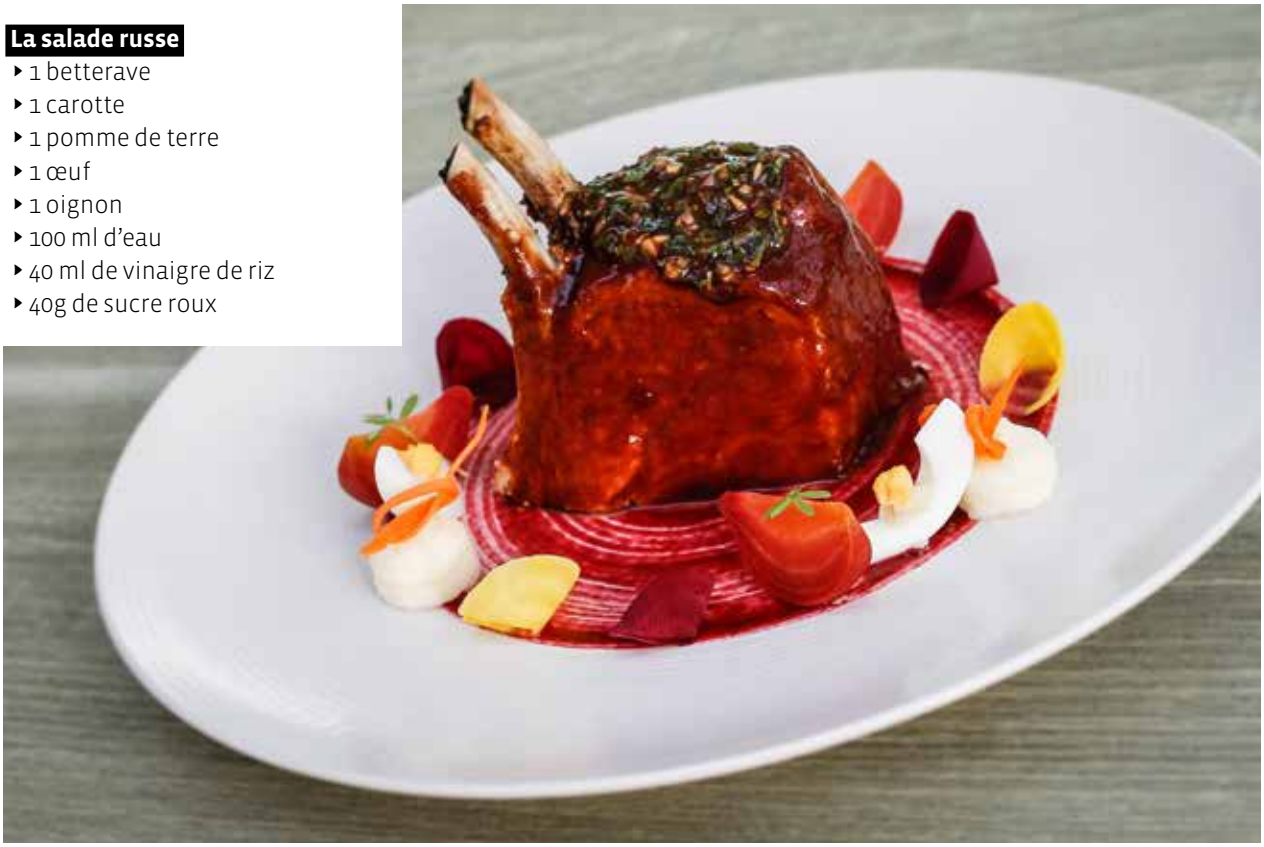
• Déposer les carrés sur le grill. Les faire cuire 5 min de chaque côté jusqu'à ce que la marinade commence à caraméliser. Finir la cuisson au four à 160 °C pendant 50 à 60 min.

• Préparer la sauce du « tigre qui pleure » : mélanger le jus du citron vert et la sauce nuoc mam. Emincer finement les herbes, l'échalote, l'ail, le piment et les rajouter au mélange jus de citron/nuoc nam. Réserver.

• Procéder à la préparation de la salade russe : cuire la betterave, la carotte et la pomme de terre pendant 30 à 45 mn. Faire des lamelles de carotte et de betterave. Réserver séparément dans un récipient. Cuire l'œuf pendant 10 mn. Réserver. Effeuiller l'oignon. Réserver.

• Réaliser la sauce des pickles pour la carotte, la betterave et l'oignon : porter à ébullition l'eau, le sucre et le vinaigre de riz. Puis verser sur les lamelles de carotte, de betterave et sur l'oignon effeuillé séparément.

• Dresser vos légumes harmonieusement autour du carré de porc. Rajouter, pour finir, la sauce du « tigre qui pleure » sur le carré. Déguster.



Teissa Cuisines & Dressing

Showroom

88 rue Jules AUBER, 97400 Saint-Denis
Tel 02 62 20 22 30 - Contact.teissa@ravate.com
www.teissa.fr
Du mardi au samedi de 9h/12h - 13h30/17h30

Cuisines Teissa
Le bonheur se cuisine tous les jours
UNE MARQUE DU GROUPE ANDRÉ TEISSEIRE

Depuis
25 ans
à La Réunion

Le Pigeon voyageur

Son Noël d'enfant

« Je suis des Deux-Sèvres. Mes Noëls d'enfant, c'était beaucoup les huîtres, les coquillages, les fruits de mer, sans oublier le foie gras et les bûches de Noël des grands-parents. Noël pour moi c'était aussi les odeurs de rôti et de dinde au four, dès le matin ! »

Victor a fait son apprentissage à Niort. Sans doute pas parce que ça rime. Puis passe son Brevet professionnel à Poitier, au Château de Périgny. S'en suivent deux ans chez Jean Ramet, macaronisé Michelin, puis atterrit comme chef de partie au Château Golf des sept tours (Courcelles-de-Touraine), aux côtés du chef Akrame Benallal dont il garde d'excellents souvenirs.

Après ce tour de châteaux, Victor s'embarque pour Saint-Barth, puis Bora-Bora, au Saint-Régis où il reste un an et demi. Il rentre alors en métropole, puis débarque à La Réunion à l'hôtel Boucan Canot où il reste cinq ans (quand on vous dit qu'on s'attache à notre île!), il y grimpera les échelons pour devenir chef. De son expérience dans les îles il gardera une capacité d'innovation. « on a à peu près les mêmes produits dans les îles : légumes, poisson, il faut savoir se renouveler». Il est vrai que notre terroir est aussi très riche.

Victor Pigeon retourne bientôt vers la métropole, avec femme et enfant, où il compte ouvrir son propre établissement. Il sera remplacé par Benjamin Loiseau (ne riez pas, c'est vrai !), connu du côté de Saint-Leu comme « monsieur Fish Truck ».

Velouté de cresson glacé, shitakés, marlin fumé et nuage de lait de coco.

Victor Pigeon, jeune chef méritant, barbu et néanmoins sur le départ du Boucan Canot, vous propose une délicieuse entrée pour ces fêtes, toute en douceur et en sensations de fraîcheur des hauts, du côté de Salazie, quand la rosée perle encore sur les cressonnières dès potron-minet.

Une recette pour 10 personnes.

PRÉALABLE

Tailler les shitakés
(8 morceaux/ personne) puis les faire revenir avec de l'ail et du persil.
Couper le marlin fumé en cube de 0,5/0,5 cm (10g par personne).

VELOUTÉ DE CRESSON

- 4 bottes de cresson
- 250g de pomme de terre
- 2 litres de bouillon de légumes
- 500 g de poireaux
- 1 oignon jaune
- Sel, poivre, épices saté

Eplucher , laver et tailler les poireaux, les pommes de terre et les oignons puis les mettre à cuire dans une casserole avec le bouillon de légume.
Equeuter, laver et égoutter le cresson, ajouter dans la casserole en fin de cuisson.
Cuire quelques minutes. Refroidir rapidement afin de stabiliser la couleur.
Mixer au blender, assaisonner et rectifier la consistance si nécessaire.

SIPHON NOIX DE COCO (1 LITRE)

- 1 litre de lait de coco
- 5 feuilles de gélatine ou 10g d'agar agar
- Sel, poivre

Réhydrater la gélatine dans de l'eau avec des glaçons, faire chauffer dans une casserole 500g de lait de coco, puis incorporer la gélatine égouttée. Laisser fondre quelques minutes puis ajouter le reste de coco. Assaisonner, passer au chinois, mettre dans un siphon à chantilly avec deux cartouches de gaz.

Reposer deux heures avant utilisation.

Servir très frais dans un grand verre d'eau ou dans une assiette creuse.
Si vous n'aimez pas les shitakés, vous pouvez les remplacer par les pleurotes locales.

Du champagne, de l'entrée au dessert

La Fabrique vous propose toute l'année de découvrir ou redécouvrir les produits réunionnais, frais et de saison, mitonnés selon l'inspiration de Jehan Colson, son génial chef. Avec sa dynamique brigade, il vous propose un repas de fête complet réalisé avec du champagne.

Cynthia, Alan, Jehan, Vincent et Marjorie

Les conseils du chef

« Le champagne est un vin blanc. Si c'est pour cuisiner avec un mauvais champagne, mieux vaut utiliser un bon vin blanc. Si l'on souhaite vraiment cuisiner au champagne pour son côté ambré et festif, avec les bulles, il ne faut pas le transformer, mais le laisser naturel. On peut s'en servir pour faire un bouillon, mais en l'utilisant avec le moins de cuisson possible on va garder son côté vif et perlant. Ici, pour le bouillon de pochage et la gelée, il y a eu à peine un coup de chauffe. On peut aussi, par exemple, réaliser une mousse au champagne, avec de la crème ou du lait entier, au moyen d'un mixeur plongeant. Si votre budget est limité, et que vous ne voulez pas utiliser du très bon champagne, remplacez le par du vin blanc, voire un bon crémant, quitte à ajouter un fond de verre de champagne à la fin pour le côté festif. Pour cuisiner, on préfèrera du demi-sec, qui est plus sucré, avec une palette aromatique plus développée. »
Les recettes ont été réalisée avec le champagne d'un propriétaire récoltant, Jean-Jacques & Sébastien Royer fourni par Bacchus Bourbon.

Caviar sur sa Gelée « Champagne / Noyaux », Brugnons & Pêches pochées

Pour 5 personnes

INGRÉDIENTS

- 50g caviar l'esturgionière
- 3 pêches de Salazie
- 3 brugnons des Makes
- Sel / Sucre
- 500 ml champagne
- 8g gélatine de poisson ou agar-agar
- 1 citron vert

PRÉPARATION

- Faire un mélange 1/3 sucre / 2/3 champagne et le porter à ébullition
Verser sur les pêches et laisser mariner 10 min.
Eplucher les fruits, tailler les joues de fruits de manière élégante.
Les laisser dans la marinade.
- Récupérer les noyaux et les casser dans le pilon.
Faire infuser les noyaux et le champagne une nuit au frigo.
Passer au chinois, porter le champagne à ébullition.
Ajouter la gélatine ou l'agar, et couler dans les assiettes.
- Dresser le champagne au centre de la gelée, ajouter le zeste de citron vert et le caviar.
Poser les joues de brugnons tout autour avec élégance.

Pot-au-Feu de Caille au Champagne

Pour 4 personnes

INGRÉDIENT

POT-AU-FEU

- 4 cailles
- 1 betterave rose
- 1 betterav jaune
- 2 radis red-meat
- 1 navet blanc
- 1 radis noir
- ½ bouteille champagne
- 1 bouquet garni
- 1 pincée de gros sel

SABAYON

- 4 pomme de Terre
- 2 jaunes œufs
- 150g beurre
- 200ml champagne
- sel fin

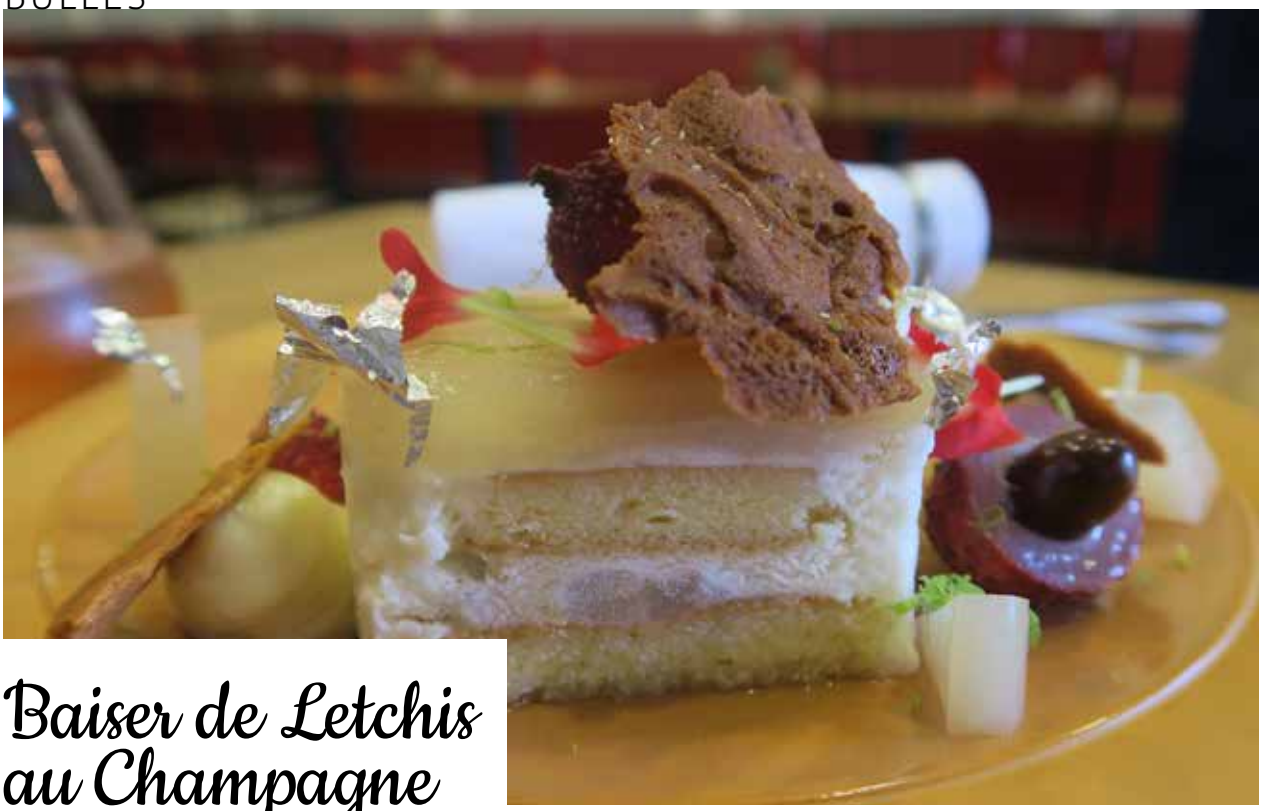
PRÉPARATION

Déroulé

Faire séparer les cuisses et les blancs de caille par le boucher.
Eplucher les légumes et les couper en quartier.
Porter le champagne à ébullition, ajouter le bouquet garni, les légumes, une pincée de gros sel & les cailles.
Laisser cuire les cailles 10 minutes à feu doux et les enlever.
Laisser les légumes cuire plus longtemps.
Servir avec le bouillon ou faire réduire le bouillon et le monter au beurre pour en faire une sauce.

SABAYON

Tailler les pommes de terre à la mandoline japonaise et les rouler comme une bobine de fil.
Piquer à l'aide d'un cure-dent et faire cuire les pommes de terre dans le pot-au-feu.
Faire fonde le beurre, clarifier les jaunes.
Faire réduire le champagne de moitié.
Hors du feu, ajouter les jaunes et fouetter énergiquement longtemps, quand le mélange est à la nappe, ajouter le beurre au fur & à mesure en continuant de fouetter.
Napper les pomme de terre de sabayon et mettre à gratiner au four 180°C / 10 minutes.



Baiser de Letchis au Champagne

Pour 8 personnes

BISCUIT CUILLERE

- 115g blanc d'œuf
- 80g sucre
- 125g jaune
- 50g fécule pomme de terre
- 50g farine
- 50g poudre d'amande

Monter les blancs.
Serrer avec le sucre.
Incorporer les jaunes, puis farine & la fécule préalablement tamisée.

GELEE LETCHIS/CHAMPAGNE

- 200g champagne
- 200g purée de lecthis
- 1 gousse vanille
- 100g sucre
- 10g gélatine poisson ou agar-agar

Cuire les liquides, ajouter la vanille et la gélatine hors du feu.

MOUSSE AU CHAMPAGNE

CREME MONTEE

- 250g crème
- 50g sucre

-monter la crème & réserver

MERINGUE ITALIENNE

- 8g gélatine
- 50g sucre
- 20g eau
- 25g blanc

Réaliser une meringue italienne (faire un sirop à 1180° avec le sucre et l'eau / verser sur les blancs bien mousseux / ajouter la gélatine & serrer les blancs).

MOUSSE AU CHAMPAGNE

- 300g champagne
- morceau de letchis

Mélanger tous les ingrédients à la maryse.

MONTAGE

Intercaler 1 couche de biscuit, une couche de gelée au champagne & une couche de mousse champagne.
Recommencer l'opération.
Faire prendre 24 h au froid.

Le Noël d'enfant de Jehan

« Les letchis. On tombait dans la balle de letchis jusqu'à ce qu'on en puisse plus ! Sans oublier la bûche roulée de ma mère, qu'elle appelle sa « bûche moka », et qu'elle prend soin de décorer façon bûche de bois, avec le nain, la scie et la branche de houx. »

Le Nouveau Concept

BAR À VIN NICOLAS

Le Barachois

OFFREZ-VOUS DES INSTANTS INÉDITS
ET LAISSEZ-VOUS SURPRENDRE PAR LE NOUVEAU
CONCEPT DE VOTRE BAR À VIN NICOLAS
PLANCHES DE CHARCUTERIES ET FROMAGES VARIÉS
NOUVEAUX TAPAS MAISON À PARTAGER
AFTER WORK À PARTIR DE 17H DU MARDI AU SAMEDI
EN 2019 : SOIRÉES À THÈME ET ATELIERS DÉGUSTATIONS

Renseignements et réservations
0262 40 90 32

*Visuels non contractuels

Caves Nicolas Réunion
www.nicolas.re

NICOLAS
ILE DE LA RÉUNION

Cave et Bar à Vin Nicolas
1 Bis Rue de la Victoire,
97400 Saint-Denis

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

Le nectar des anges

Installée à La Saline, dans la zone artisanale, la micro distillerie familiale de Ludovic et Céline Maufras ne paie pas de mine. Pourtant, elle produit 500 litres d'eaux-de-vie pures et 600 de rhums d'une qualité sans pareil, chaque année. Le secret de la finesse et de la puissance aromatique de ces divins breuvages : un savoir-faire ancestral.

Laïla Bapoo - Photos Kevin Boisvilliers

En cet après-midi nuageux de novembre, Ludovic Maufras presse les cannes à sucre avec l'aide de Thibault, un jeune WWOOFeur bien enthousiaste qu'il accueille à la distillerie. 600 kilos lui ont été livrés la veille. L'odeur des cannes fraîchement broyées embaume la pièce malgré les ouvertures. Aussitôt le seau rempli, Thibault verse le nectar obtenu dans les cuves de fermentation. Belote et rebelote jusqu'à ce que ces grandes tiges à la douceur exquise aient rendu tout leur jus. La fermentation durera huit jours jusqu'à la distillation.

Tout laissait présager que Ludovic devienne un jour, distillateur. Sauf son parcours ! Lui et sa femme sont tous deux issus du monde de la restauration. Bien qu'originaires de métropole, c'est à La Réunion qu'ils se rencontrent en 1994. Ils travaillent alors à l'hôtel Saint-Alexis, à Saint-Gilles. Lui est chef de rang. Elle, sommelière. Tandis que Ludovic décide de reprendre ses études pour devenir analyste programmeur en informatique, Céline devient commerciale. Ludovic, travaille durant plusieurs années au sein d'une entreprise locale jusqu'à ce que celle-ci le licencie pour motif économique. C'est pour lui, le moment ou jamais de changer de vie. Il lance ainsi sa propre production d'eaux-de-vie naturelles de fruits locaux avec sa femme. C'est la première des DOM. Non, il ne s'est pas découvert une passion du jour au lendemain. Chez les Maufras, la distillation est une affaire de famille depuis sept générations en Charentes. Son père •••

La part des anges est la partie qui disparaît lorsqu'on fait vieillir un alcool durant plusieurs années. Lorsqu'on se promène du côté de vieilles distilleries, les murs en sont noircis.

•••

était bouilleur ambulant. Il passait de maison en maison, de village en village, avec son alambic mobile pour distiller les récoltes des bouilleurs de cru.

Un cœur chaud

Ludovic savait pertinemment qu'il devait investir dans un alambic de haute qualité pour obtenir le nectar parfait. Cet appareil constitue ainsi l'investissement le plus coûteux de la distillerie La Part des Anges. M. Müller, le constructeur, l'a réalisé à partir des plans de Ludovic lui-même, aiguillé par les précieux conseils de son père. Cet appareil est unique. Ce qui fait sa particularité : une triple distillation en une seule chauffe pour une concentration maximale des arômes et une qualité irréprochable de l'alcool, obtenu exclusivement à partir du cœur de chauffe. Pour Ludovic, il était hors de question de fonctionner avec un alambic simple. Le distillateur tend au sublim'.

Chaque étape est cruciale pour la fabrication d'un alcool de qualité

Les fruits sont sélectionnés auprès de producteurs en agriculture raisonnée ou bio. La qualité est primordiale pour obtenir un produit fini d'exception. Ils sont lavés, épluchés ou pas, dénoyautés, un à un manuellement avant la transformation en pulpe. Puis, vient l'étape de la fermentation naturelle. Pour les fruits, on compte deux à trois mois. Pour les cannes à sucre, 8 jours. C'est à ce moment-là que le sucre se transforme en alcool. Puis, place à la distillation : On sépare d'abord ce que l'on appelle les têtes, à savoir le méthanol, une substance extrêmement toxique. Il est important de souligner le fait que les Maufras ont fait le choix de ne conserver que le cœur de chauffe, l'éthanol pur pour concevoir leur alcool. Ils se débarrassent, en effet, des queues de chauffe qui auraient pour effet d'abîmer les arômes. L'alcool distillé obtenu, que ce soit le rhum ou les eaux-de-vie, ne comporte pas moins de 80 à 90 degrés d'alcool. Vient alors l'étape finale avant la mise en bouteille : l'alcool repose dans les dames-jeannes durant une année avant le mariage avec l'eau distillée, ce qui permet de faire redescendre le degré d'alcool à 45 degrés. Le breuvage est ensuite filtré, puis mis en bouteille toujours de façon artisanale. Même les étiquettes sont collées à la main !

Le sublim'. Les premiers fruits sont distillés en 2009 : ananas et bananes. Dans la foulée, des mangues José. Mais là, tout se complique. La mangue est un fruit qui ne se laisse pas facilement apprivoiser et le couple tâtonne. D'ailleurs, lorsque M. Müller était venu leur installer l'alambic et effectuer les premières chauffes, il leur avait pourtant avertis qu'ils ne réussiraient jamais à concocter une eau-de-vie de mangue. Comme s'il allait réussir à les dissuader ! Il aura fallu toutefois plusieurs tentatives, avec ou sans la peau, avec ou sans le noyau, uniquement à partir du jus, etc. pour obtenir le résultat qu'ils souhaitaient. Et vous pensez bien qu'ils prirent un malin plaisir à envoyer une petite bouteille, en guise de pied de nez, à M. Müller en Allemagne.

Dans leur volonté de ne distiller que des fruits locaux en agriculture raisonnée ou bio, ils continuent avec le letchi, le goyavier, le tangor et la patate douce. Aujourd'hui, ils travaillent aussi le fruit de la passion, mais uniquement en très petite quantité, car les pulpes doivent être extraites à la petite cuillère. De surcroît, comme ce fruit n'est pas très sucré, on en obtient que peu d'alcool. C'est un trésor en quelque sorte, dont le prix est nettement justifié.

Céline et Ludovic commercialisent leur gamme d'eaux-de-vie, pour la première fois, en 2010 auprès des cavistes, épiceries fines, lieux touristiques et les bonnes tables de l'île. Il la nomme joliment Sublim'. Ils ciblent les amateurs d'alcool fort, mais ils se rendent compte bien assez tôt que cela reste restrictif.

Sur la route du rhum

Petit à petit, ils développent donc des produits dérivés tels que les mistelles ou vins de liqueur (une boisson alcoolisée sucrée à environ 17 degrés obtenue à partir de moût de fruit frais non fermenté et d'alcool) et les liqueurs afin de séduire une plus large clientèle.

Et comme si cela ne suffisait pas, le couple •••

Une eau-de-vie atypique

Céline et Ludovic Maufras utilisent le fruit du café de la coopérative de Saint-Pierre pour confectionner l'eau-de-vie de Cerise Bourbon pointu. Une fois le grain de café extrait, ils gardent la pulpe, légèrement sucrée, pour la faire fermenter, puis distiller. Non seulement ils valorisent un déchet, mais ils obtiennent également une eau-de-vie totalement atypique avec des notes épicées, florales, fumées, particulièrement complexe.

•••

poursuit avec du rhum agricole artisanal. C'est en 2015 qu'il démarre leurs premiers essais. « Nous souhaitions innover en matière de rhum en fabricant du rhum agricole, c'est-à-dire à partir de jus de canne frais et non de mélasse fermentée à l'instar du rhum traditionnel, popularisé à La Réunion », explique Ludovic. Ils produisent une centaine de litres pour commencer. Le couple désire valoriser les producteurs de cannes bio de La Réunion. De plus en plus d'agriculteurs font cette transition et peu de gens le savent. Ce sont les cannes roses de M. Lamoly, proche de la canne bonbon, situées dans le sud sauvage, sur les flancs du volcan, qu'ils choisissent pour entreprendre cette nouvelle aventure. « Les rhums de la distillerie sont en cours de labellisation », poursuit Céline. Le couple travaille également avec M. Dambreville à La Possession pour valoriser un autre terroir. Le maraîcher est aussi en cours de labellisation.

Privilégier les terroirs de La Réunion et valoriser les producteurs sont des choses qui leur tiennent à cœur. Céline Maufras est d'ailleurs coordinatrice de La Ruche qui dit Oui ! à La Réunion. Il s'agit du premier réseau de communautés d'achat direct aux producteurs locaux. Elle est également responsable de la ruche de Cambaie. Et comme elle aime cumuler les différentes casquettes, elle travaille aussi en production à la confiserie artisanale les Girafons. Quant à Ludovic, il s'occupe de la ruche de la Saline, qui a lieu au sein même de leur distillerie chaque mercredi.

La Part des Anges commence à se faire un nom. Preuve en est, lors du concours Top Rhum, en octobre 2018, leur rhum agricole s'est vu décerner une médaille d'argent dans la catégorie bio. Une première reconnaissance qui les fait basculer dans le monde des grands. Et une chose est sûre, ce ne sera pas la dernière.

LA PART DES ANGES
Pour savoir où trouver les produits, rendez-vous sur le site : www.partdesanges.re

La distillerie organise également des visites les lundis, mardis, jeudis et vendredis, à 16h30, uniquement sur réservation.

Informations & réservations : 0692 288 101 ou 0693 915 487
postmaster@partdesanges.re
Adresse : 54 rue du lycée ZAE Vue Belle, La Saline

Truffes au chocolat Sublim'Banane

INGRÉDIENTS

- 150 g de chocolat noir à pâtisser
- 25 g beurre
- 25 g de sucre glace
- 40 g de crème fraîche
- 25 g de poudre de cacao noir non sucré
- 1 petit verre de Sublim'Banane

PRÉPARATION

Faire fondre lentement le chocolat au bain-marie. Lorsque tous les morceaux sont ramollis, rajouter le beurre et la crème. Retirer du bain-marie et tourner énergétiquement à la cuillère en bois. Quand l'appareil devient fluide et brillant, ajouter le sucre glace, puis incorporer progressivement le Sublim'Bananes tout en mélangeant. Laisser refroidir et durcir au réfrigérateur. Former des petites boules et les rouler dans le cacao.

Cocktail champagne & Sublim' Letchis

INGRÉDIENTS

pour une flute :

- 1 letchi épluché frais
- 2 cl Sublim' letchis
- du champagne

PRÉPARATION

Mettre un letchi au fond de chaque flute. Recouvrir à hauteur de Sublim'Letchis, compléter avec du champagne.

Camarons ou gambas flambés au Sublim'Mangue

INGRÉDIENTS

- 100 à 200 g de gambas ou camarons
- une gousse d'ail
- 100 g de persil
- 5 cl de Sublim'Mangue
- une pincée de sel
- une pincée de poivre

PRÉPARATION

Hacher le persil. Hacher l'ail.
Faire revenir les gambas dans une poêle, sans les décortiquer. Ajouter l'ail et le persil. Laisser poêler15 minutes. Ajouter une pincée de sel et une pincée de poivre.
Au bout des 15 minutes, ajouter le Sublim'mangue et les faire flamber.
Attention : l'opération est dangereuse. Veuillez à utiliser de grandes allumettes, pas de briquets. Ne les faites pas flamber sous une hotte qui pourrait prendre feu. Eloignez-vous de la poêle pour éviter les retours de flammes.

Court-circuit

Face aux scandales sanitaires récurrents et à la médiatisation des maltraitances animales, de plus en plus de consommateurs privilégient les circuits courts. La Ruche qui dit Oui ! a révolutionné ce modèle, depuis 2011.

Laïla Bapoo

« Manger mieux, manger juste ». Tels sont les principaux enjeux de La Ruche qui dit Oui !.

En 2011, les fondateurs de la start up parisienne décident de créer un réseau de communautés d'achat direct aux producteurs locaux. Et pour concrétiser ce projet, La Ruche qui dit Oui ! développe une plateforme en ligne utilisable par tous : laruchequiditoui.fr. Aujourd'hui, elle ne compte pas moins de 850 points de retrait en France.

Les circuits courts ont définitivement le vent en poupe ! À La Réunion, onze ruches actives foisonnent d'abeilles chaque semaine. Une douzième ruche doit même voir le jour prochainement à L'Étang-Salé. Première plateforme de commande en ligne de produits fermiers, La Ruche qui dit Oui ! permet ainsi aux consommateurs de passer leur commande de produits locaux sans bouger de la maison depuis Internet, puis de la récupérer la semaine suivante auprès des producteurs, lors d'une sorte de marché éphémère. Les produits sont prépayés en lignes. Si jamais ils n'ont pas pu être livrés, ils sont automatiquement remboursés au consommateur. « Il n'existe plus de rapport d'argent lors de la distribution, mais simplement de l'humain », explique Céline Maufras, coordinatrice des ruches de la Réunion et responsable de la ruche de Cambaie. Ce concept permet de rapprocher les producteurs des consommateurs. Au fil des distributions, une relation de confiance s'instaure entre eux. « Lorsqu'on achète un produit, on achète également toute la passion du producteur derrière le produit », ajoute la coordinatrice.

Consommer différemment à un juste prix

Les producteurs sont triés sur les volets par les responsables des ruches, à partir d'un cahier des charges bien précis. Entre autres, les productions doivent obligatoirement être locales. Le label Bio n'est, en revanche, pas obligatoire ; tous les produits doivent être transformés chez le producteur même. L'achat revente est interdit ; un certificat d'activité doit être fourni par le producteur, qui doit être inscrit à la chambre des métiers ou à la chambre d'agriculture.

La production de qualité est valorisée au juste prix. Les producteurs fixent eux-mêmes leurs prix. Une commission est versée au responsable de la ruche et à la ruche maman (gestion du personnel global, de la plateforme, communication, frais bancaires). Les producteurs perçoivent en fin de compte 80% du prix fixé. Ils sont autonomes dans la gestion de leur compte et de leur catalogue en ligne. Et ils sont assurés d'avoir vendu leurs produits lors de la distribution dans un lapse de temps réduit par rapport au marché traditionnel. Chaque semaine, ils fixent un minimum de commandes pour lequel il est intéressant pour eux de se déplacer. Et si jamais ils n'ont pas atteint ce minimum, ils sont libres de ne pas valider la distribution.

Par ailleurs, le réseau des Ruches offre aux producteurs une nouvelle vitrine pour faire connaître leur métier, leur permet non seulement de rencontrer leurs homologues mais également ceux qui s'alimentent autrement.

Consommer différemment et permettre aux producteurs de vivre décemment de leurs production, telle est la philosophie de La Ruche qui dit Oui !.

CHARCUTERIE VEE

Elue saucisse d'or 2015*

*Elue saucisse d'or 2015 en mars 2015 par le Journal de l'Ile.

FABRICATION TRADITIONNELLE AUTHENTIQUE

· Saucisses porc · Saucisses poulet · Boucané · Zandouille · Fromage de tête · Boudin
· La volaille pays : coq, canard, zoie, canard fumé...

Passez dès maintenant
vos commandes de Noël

✓ Emballage sous vide
✓ Nous emballons aussi vos produits personnels, caris...

150, RUE DE CAMBUSTON - SAINT-ANDRÉ • TÉL : 0262 37 17 68
30, RUE AMIRAL BOUVET - SAINT-BENOÎT • TÉL : 0262 40 21 59

Les graines de soja bio sont importées de Gironde, chez un paysan que le couple a rencontré personnellement. Il n'existe hélas pas encore de production locale.

Tofu et cætera

Fromage de soja prodigieux, à la pâte blanche et souple, le tofu regorge de bienfaits pour la santé. Chez Soja d'Asie, sa fabrication respecte les traditions ancestrales chinoises depuis 2000 ans.

Laïla Bapoo – Photos Kévin Boisvilliers

On s'active en production. Il est 11h30, ce mercredi 5 décembre à Sainte-Suzanne. Florent, l'opérateur soja, démarre le broyage des graines, dont le volume a doublé après plusieurs heures de trempage préalable, afin d'en extraire le jus. Il répartit ensuite le liquide proportionnellement dans chaque cuiseur. C'est parti pour 1h15 de cuisson à basse température. Lorsque le jus est cuit, on obtient le fameux lait de soja. De là, Florent va procéder à la fabrication du tofu. Le lait recueilli est mélangé à du nigari, un chlorure de magnésium naturel pour qu'il se solidifie. « Ce coagulant précipite la protéine et produit le processus de caillage », explique David Narayanin, fondateur et co-gérant de Soja d'Asie. Florent place alors la mixture dans des cadres avant de la presser pour enlever tout l'excédent d'eau et récupérer la protéine végétale. Grâce à cette étape, le tofu prendra une consistance parfaitement ferme. Direction la cellule d'arrosage afin d'abaisser la température. Le tofu est ensuite refroidi. Six heures se sont écoulées depuis le début de la fabrication.

« Nous nous sommes équipés de machines pour pallier certaines étapes pénibles telles que le broyage, mais le reste de la fabrication reste à la manière traditionnelle chinoise », précise le co-gérant.

Le tofu est donc fin prêt ! À la sortie de la zone de refroidissement rapide, il est destiné soit à être emballé nature sous vide, puis stocké en chambre froide, soit à être utilisé pour l'élaboration de produits transformés.

Une conviction profonde

En 2003, lorsque David Narayanin et sa femme également cogérante de la SARL Soja d'Asie, lançaient leur entreprise spécialisée dans la protéine végétale, ils ne présentaient que deux références : le lait de soja et le tofu. À l'époque, les vertus du soja n'étaient pas aussi médiatisées.

C'était en quelque sorte un pari sur l'avenir né d'une conviction profonde. Depuis

Les haricots de soja nous apportent des antioxydants, des polyphénols, des protéines, des fibres, du calcium, du magnésium, du phosphore, du zinc. Les Asiatiques en consomment à toutes les sauces, depuis 2000 ans.

La centrifugeuse permet de séparer la pulpe, appelée okara, du jus de soja.

Soja d'Asie produits 12 tonnes de produits transformés par an.

vingt ans, sa femme et lui ont fait le choix de devenir végétariens. « L'alimentation végétarienne allège les souffrances animales ainsi que l'épuisement des ressources. Nous avons voulu proposer aux consommateurs une alternative à la viande sans pour autant être moralisateurs. Nous désirons contribuer à faire évoluer les choses », développe David Narayanin. Quinze ans après la création de leur entreprise, ils proposent une quinzaine de références adaptées aux recettes et aux saveurs locales. Du steak végétal aux épices à la saucisse, en passant par le pâté en croute, leur production a atteint des volumes plus conséquents. Par an, l'entreprise produit 20 tonnes de tofu et de lait de soja et 12 tonnes de produits transformés.

Et tous les produits respectent toujours un cahier des charges très strict : certification bio, exempts additifs, avec un maximum de valeurs nutritionnelles, aucune conserve, ni de produits congelés, mais des produits frais et gouteux. Cette stratégie a orienté toute leur gamme. Depuis trois ans, l'entreprise commence à développer une gamme de galettes végétariennes. Des naans et des chapatis pour accompagner le tofu. Aujourd'hui, le couple s'attache davantage à l'alimentation végétarienne au sens large du terme. Ils souhaitent apporter une offre plus diversifiée aux consommateurs.

SOJA D'ASIE
Retrouvez les produits Soja d'Asie dans les ruches, les boutiques bio ainsi qu'en grandes surfaces dans le rayon produits frais.
Avis aux professionnels, les produits sont également destinés aux traiteurs, restaurateurs ainsi qu'aux collectivités.
Tél : 02 62 40 53 17
06 92 67 45 42
sojadasie@orange.fr
www.sojasante.com
Facebook : SOJA SANTE

Les recettes de Laurence Narayanin

Parce que pour apprécier le gout du tofu, mieux vaut l'accommoder, Laurence Narayanin vous révèle ses propres recettes.

Mayonnaise au lait de soja

INGRÉDIENTS

- 250 ml de lait de soja
- 250 ml d'huile (d'olive ou de colza)
- le jus d'un citron

PRÉPARATION

Au mélangeur, battre le lait de soja et 65 ml d'huile pendant 1 minute. -Puis, verser en filet le reste d'huile. En rajouter progressivement si la texture n'est pas satisfaisante. -Lorsque la préparation est suffisamment épaisse, ajouter le jus de citron et le sel. Battre 30 secondes de plus. -Pour varier, ajouter des oignons verts hachés, de l'ail, du paprika ou un choix d'herbes et assaisonnements.

Civet de tofu

INGRÉDIENTS

- 500 grammes de tofu
- 7 à 8 gousses d'ail
- 1 oignon
- du poivre
- du thym
- de la noix de muscade
- 3 clous de girofle
- 1 à 2 tomates
- du sel
- 1 verre de vin

PRÉPARATION

-couper le tofu en dés. Le faire revenir dans de l'huile. Réserver. -Écraser l'ail et les épices. Émincer l'oignon. Faire revenir le tout à la casserole. -Ajouter le thym, puis les tomates en morceaux. Saler. Laisser cuire l'assaisonnement. -Ajouter le vin. Laisser mijoter un peu. -Puis ajouter le tofu. Laisser réduire de moitié. - Servir avec du riz.

Ti jacques saucisses de tofu

INGRÉDIENTS

- 8 à 10 saucisses
- 400 à 500 g de ti jacques
- 6 à 8 gousses d'ail
- 2 oignons
- 1 morceau de gingembre
- 2 tomates
- 1 c à s de curcuma,
- Thym
- Sel

PRÉPARATION

-enlever le boyau des saucisses. Les couper en morceau de 2cm environ. Les faire frire dans un peu d'huile. Réserver.
- Faire revenir les oignons hachés. Puis ajouter l'ail écrasé, le gingembre, le thym, le curcuma. Terminer avec les tomates.
-Ajouter le ti jacques aux épices. Couvrir et laisser mijoter jusqu'à ce que le ti jacques soit tendre.
-À la fin de la cuisson, ajouter les saucisses. Mélanger. Saler au gout.

Crème au lait de soja et au chocolat

INGRÉDIENTS

- 400 ml de lait de soja
- 90 g de chocolat noir
- 30 g de maïzena
- 25 g de sucre

PRÉPARATION

-Mettre la maïzena dans un verre et verser l'équivalent d'un demi-verre de lait de soja par-dessus. Mélanger bien. Réserver.- Faire chauffer le reste de lait de soja dans une casserole. Lorsque le lait est bien chaud, rajouter le sucre et les morceaux de chocolat hors du feu. Mélanger jusqu'à ce que le chocolat soit fondu et que le mélange soit lisse. –Y verser la maïzena diluée. Remuer à nouveau avant de remettre la préparation au feu pendant une minute jusqu'à ce que la crème épaississe. –Verser dans des ramequins et laisser refroidir. Puis laisser reposer au réfrigérateur durant au moins une demi-heure.

Dessert au soja et graines de chia

INGRÉDIENTS

- 100 ml de lait de soja
- 1 c à s de graines de chia
- du miel, du sucre ou du sirop d'agave
- coulis de fruits au choix
- épices (cardamome, cannelle ou vanille au choix)

PRÉPARATION

Mélanger les graines de chia au lait de soja. -Ajouter le sucre et les épices -Placer au réfrigérateur pendant au moins 8h.
-Avant de servir garnir d'un coulis de fruits de votre choix.

PÊCHE FRUCTUEUSE

La caverne d'Ali Baba

Issus tous les deux du milieu de la restauration, Mathieu Vadet et sa femme décident de tout lâcher, il y a quatre ans environ, pour créer leur petite entreprise, à Saint-Leu. Lui devient pêcheur professionnel et Sandrine, elle, s'occupe de la partie fabrication-traiteur.

Laïla Bapoo - Photos Kevin Boisvilliers

Au départ, le petit local, situé à Piton Saint-Leu, est exclusivement dédié à la fumaison. Il se transforme en épicerie et service traiteur, il y a trois ans. Dans leur boutique, le couple privilégie essentiellement des produits locaux et de saison. Les fruits et légumes viennent de Salazie et de Saint-Pierre. La partie pêche, à quelques exceptions près comme le saumon, est assurée par Mathieu Vadet, souvent en mer. Leur étal de poissons frais pêchés dans l'océan Indien (essentiellement du thon, de l'espadon, du marlin, etc.) est ainsi réapprovisionné chaque jour. C'est Sandrine qu'on retrouve généralement à la boutique. Avec Sonia, son acolyte, elle prépare les plats à emporter du midi. Dans la vitrine, on y découvre de la salade chinoise ou de pomme de terre avec du poisson fumé, du tartare selon l'arrivage, des makis au thon, da la salade de wakamé, de poulpe, de chouchou crevettes, des rouleaux de printemps au poisson fumé, etc. Différentes rillettes de poisson « maison » sont également proposées : dakatine, moutarde, coco menthe, coco citron, baies roses, gingembre confit, etc. Enfin, Sandrine confectionne aussi des bouchées apéritives et d'autres mets au poisson à la commande pour les réceptions.
L'atelier de l'Océan regorge, par ailleurs de produits divers pour la plupart bio comme du vin, du miel et même de la lessive. Une véritable caverne d'Ali Baba.
Depuis quatre mois, Mathieu Vadet et sa femme ont décidé d'agrandir l'entreprise. Ils tiennent en parallèle la poissonnerie du Casino à Piton Saint-Leu. On y trouve d'autres produits comme du poisson rouge, du cabot de fond, du poisson cari, etc.

Mathieu Vadet propose des parties de pêche au gros en petit comité. Si vous vous sentez l'âme d'un pêcheur, embarquez une journée avec lui à bord d'un bateau Guy Couach open (8,3 mètres) tout équipé pour la pêche (traîne, jigg…) et repartez avec votre poisson. Des sorties sont possibles individuellement ou en « privatisation » (quatre personnes maximum). Le départ se fait à Saint-Gilles-les-Bains. Et si vous revenez bredouille du bateau, Mathieu Vadet vous réinvite pour une nouvelle pêche.

L'ATELIER DE L'OCÉAN
Adresse :
1 Chemin Darty Milo,
Piton Saint-Leu
Tél : 06 92 42 57 62
Facebook :
atelier de l'Océan

ALPHA II
PÊCHE AU GROS
TÉL : 06 92 37 26 92
VADETMAT@GMAIL.COM

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

Amour en sucré

L'odeur de la viande lentement mijotée a longtemps bercé les matins de Noël de Manuela-Victoire Lurel Fermely. En Guadeloupe, le « cochon roussi » est LE mets star des festivités de fin d'année. Quel comble pour une végétarienne accro au sucre !

Laïla Bapoo - Photos Kevin Boisvilliers

Ses tout premiers souvenirs ne sont non pas sucrés, mais bel et bien salés. Dès le petit matin, sa mère, ses tantes et ses grands-mères s'affairent à préparer le fameux « cochon roussi » avant que Manuela-Victoire, sa sœur et son frère ne se réveillent. Cette odeur de viande et d'épices berce toute son enfance.
Pourtant, cela ne l'empêche pas de devenir, à l'âge de 15 ans, lacto-ovo-végétarienne (elle ne consomme que les œufs et le lait dans les gâteaux). « C'est à ce moment-là que le sucre a représenté une part importante de Noël pour moi. Surtout à travers les gâteaux ! Autant vous dire que les odeurs de viande m'étaient devenues insupportables ! Et pour mon père, éleveur de porcs, ne plus en manger constituait la pire des trahisons. », raconte Manuela-Victoire.
Lors des fêtes de fin d'année, le sucré se décline traditionnellement de deux façons en Guadeloupe : en version alcoolisée avec le schrub (un genre de punch avec des écorces d'orange macérées dans du rhum) et le sirop de groseille pays (sirop d'hibiscus local que l'on mélange avec du rhum) ou en version soft avec le célèbre chodo et son gâteau fouetté. Il s'agit d'une boisson sucrée et épicée à base de lait et d'œufs. Tous les rassemblements familiaux qu'ils soient heureux ou malheureux se tiennent toujours autour de ce breuvage gourmand. De surcroît, la qualité de la cuisinière guadeloupéenne se juge à la qualité de son chodo.

Une douce trahison

Manuela-Victoire ne savait pas comment le réaliser. Cela lui importait peu, elle n'aimait pas ça du tout. Du moins, jusqu'au jour où elle surprend son mari à se délecter du chodo d'une autre femme. « Mon Frédéric n'aime que le salé. Il ne mange aucune de mes préparations sucrées en général à quelques exceptions près. Pourtant ce jour-là, je l'ai vu boire une, puis deux, puis trois tasses de chodo lors d'une fête où l'on était invités. Jamais il ne m'avait dit qu'il aimait cette boisson ! Pourtant, je le voyais se régaler avec le chodo d'une autre ! J'étais tellement vexée et en colère que je ne lui ai pas adressé un mot sur le chemin du retour. J'ai compris à ce moment-là, ce qu'avait ressenti mon père lorsque je lui dis que je ne mangerai plus jamais de viande de ma vie. Une véritable trahison ! », confie la joyeuse cake designer.
La colère redescendue, elle fait part de sa déception à son mari. Lui ne mesure pas encore l'importance de son acte. Durant deux mois, Manuela-Victoire entreprend des essais de chodo tous les samedis, pendant que son mari travaille. Il lui fallait mettre au point la recette parfaite ! Sa fille aînée lui sert alors volontiers de cobaye. Lorsqu'elle réussit enfin son breuvage, elle s'empresse de le faire gouter à son mari qui se régale les papilles. « J'ai fait ce chodo pour toi, lui dit-elle, j'y ai passé beaucoup de temps pour qu'il soit parfait. Alors je t'interdis désormais de consommer les douceurs de qui que ce soit d'autres ». Son mari le lui promet avec un grand sourire dessiné sur le visage, flatté par tant d'amour. C'est alors que Manuela-Victoire s'est mise à perpétuer la tradition de Noël avec le chodo antillais.

Le repas de Noël de Manuela-Victoire

« Gratin de patates douces, bananes plantain frites et légumes sautés, les mets de Noël seront typiquement guadeloupéens sur ma table. Sans oublier le riz. Quel que soit le repas, le riz est toujours de la partie en Guadeloupe. Pour les enfants et Frédéric, je cuisinerai également du cochon roussi. Et parce que chez moi, l'amour se transmet par le sucre, le dessert constitue toujours la partie la plus importante du repas. Je compte préparer un gâteau à la vanille et un autre au chocolat pour les enfants, un mille-feuille aux fruits de la passion pour mon mari et pour moi, un gâteau persan à base de rose, de cardamone, de pistache et de safran (ma version est corsée au citron et au combava). Voilà ce que je prévois pour notre repas de Noël. Mais généralement, lorsque je suis en cuisine, tout finit par déraper et l'on se retrouve avec de la nourriture pour deux semaines. Je cuisine à la créole, je ne sais pas faire autrement. Beaucoup d'amour, de joie, de générosité au rythme de la musique ! Ainsi se résument nos repas de Noël en famille ».

Le chodo antillais

Le chodo est toujours servi avec le gâteau fouetté qui n'a pour vocation que d'y être trempé. Aux Antilles, on le déguste chaud au gouter avec une petite laine sur les épaules. À La Réunion, on se découvre plutôt à Noël, alors Manuela-Victoire a réinventé une version frappée du chodo. Elle y a également ajouté de la cardamone. Epice indienne qu'elle a découverte lorsqu'elle s'est installée sur l'île.

INGRÉDIENTS

- 6 œufs
- 180 g de sucre
- 1,5 litre de lait
- 2 gousses de vanille de la Réunion
- 5 gousses de cardamome
- 1 bâton de cannelle
- De l'anis étoilé (5)
- Un zeste de citron
- De la noix de muscade
- De l'essence d'amande amère

PRÉPARATION

Méthode classique Mettez dans une casserole le lait, le sucre, le zeste de citron et toutes les épices. Battez les œufs à part et versez-les dans le lait parfumé. Placez votre préparation sur le feu et remuez-la avec une maryse en suivant le tracé d'un huit jusqu'à obtenir une crème onctueuse. Il est très important de le faire ainsi plutôt que dans le sens des aiguilles d'une montre afin d'éviter que les œufs ne se figent et que des grumeaux se forment dans votre chodo. Soyez très patient(e). À la fin, ajoutez l'essence d'amande amère.

Méthode rapide, mais plus risquée Faites bouillir le lait avec le zeste de citron et les épices. Pendant ce temps, battez les œufs dans un bol à part. Une fois que le lait parfumé est à ébullition, versez-en la moitié sur les œufs et battez immédiatement le mélange. Une fois que celui-ci est bien homogène, versez-le dans la casserole avec le reste du lait et remuez en formant un huit jusqu'à obtenir un chodo onctueux. Sa texture doit être un peu plus épaisse que celle d'une crème anglaise.

Astuces Si, en dépit de vos bons soins, vous finissez avec un chodo plein de grumeaux, passez-le rapidement au mixer. Il sera un peu mousseux, mais pas moins délicieux. Vous pouvez déguster votre chodo chaud ou frappé. Le « must » est de l'accompagner d'un petit gâteau. Soit du gâteau fouetté traditionnel de Guadeloupe, soit d'un bon vieux quatre-quart pur beurre pour une version plus gouteuse et qui fait d'ailleurs l'unanimité chez la famille Fermely !

Du champ de Curcuma...

JARDIN DES PARFUMS ET DES ÉPICES

PATRICK FONTAINE - 97422 SAINT-PHILIPPE

Offres exceptionnelles
sur le Stand CœurCuma au Marché de Noël

... aux bouchées au chocolat...

CœurCuma Bio

Votre délicieux chocolat-santé idéal pour les Fêtes

Son Curcuma Longa (Aromatica)
est une épice réputée 'longue vie' depuis plus de 2000 ans !

DANS LES MAGASINS BIO DE LA RÉUNION
ET SUR AMAZON POUR LA FRANCE MÉTROPOLITAINE

INFO : **0692 12 96 58 - 0262 29 94 58** - bendis@orange.fr - catherine.guyaux@orange.fr
https://www.consoglobe.com/coeurcuma-chocolat-noir-curcuma-gingembre-cg

Kali'x au pays des merveilles

100% sans gluten, avec ou sans lactose ni caséine, allégée en sucre, la cuisine d'Alix Bernado se révèle sans fioritures. Néanmoins gourmande, rassurez-vous, elle ne néglige en aucun cas les saveurs.

Laïla Bapoo - Photos Kevin Boisvilliers

Avis aux personnes allergiques et intolérantes, vous n'êtes plus punies ! Alix Bernado a fait de la cuisine du « sans » - gluten, lactose, caséine, graisses saturées, sucre, etc. - son cheval de bataille.
Pourtant rien ne la prédestinait à devenir le premier traiteur sans gluten de La Réunion en 2011. En fait, rien ne la prédestinait à devenir traiteur tout court.
À 16 ans, elle décide de se former en viticulture/œnologie. Au bout de six ans d'études, c'est lors d'une expérience accord vin et chocolat que la pâtisserie devient pour elle une révélation. Elle ne sait pas trop pourquoi. D'autant plus que se réveiller à 4h00 du matin pour préparer des gâteaux n'avait jamais fait partie de son projet de vie.
En 2007, elle entre donc à l'école Grégoire Ferrandi, à Paris. Ses proches sont tous surpris de ce nouveau départ, car pour couronner le tout, la jeune femme de 21 ans n'avait jamais eu, pour ainsi dire, un bec sucré.
Contre toute attente, Alix se passionne véritablement pour la pâtisserie. Mais attention, pas n'importe laquelle ! La pâtisserie française traditionnelle telle qu'elle est alors enseignée à l'école, où le beurre et le sucre sont utilisés à foison, l'écœure littéralement.
Pour s'exercer aux techniques bien précises de la pâtisserie, elle enfile son tablier le weekend chez des amis et réalise ses propres recettes sans sucre, sans gluten, sans lactose ni caséine.
Évidemment, une telle pâtisserie est considérée comme un sacrilège aux yeux de ses professeurs. Elle est d'ailleurs formellement interdite à l'école. « La pâtisserie, c'est du beurre, du sucre et de la farine. Un point c'est tout », lui assènent, à l'époque, ses mentors. Ironie du sort, la cuisine du « sans » est aujourd'hui parfaitement d'actualité. Même l'école Grégoire Ferrandi s'y est mise ! On découvre notamment un module « Cuisine & Pâtisserie de Santé, spécial intolérances alimentaires » sur leur site Internet.
Bref, son diplôme en poche, elle forge son expérience dans des établissements de luxe comme la Villa Madie à Cassis ou encore le Grand Hôtel à Paris.
En 2009, elle quitte la métropole pour se rapprocher de sa mère, installée à La Réunion. Ici, elle tombe follement amoureuse d'un créole. Son cœur appartient désormais à l'île intense.
Deux ans plus tard, elle décide d'innover en créant Kali'x traiteur. La soif d'entreprendre qui la dévorait depuis quelque temps devait absolument être abreuvée.

Une cuisine brute et artisanale

En 2011, on ne parle pas autant du gluten

qu'aujourd'hui. Alix Bernado est définitivement une avant-gardiste. « Il y a huit ans, les gens mangeaient mes préparations « sans gluten » sans même savoir ce que cela représentait », affirme la cheffe.
Beaucoup de mets qu'elle propose ne comportent pas de lactose non plus. Non seulement elle trouve ça bien meilleur ainsi, mais elle digère elle-même très mal les produits laitiers de vache.
Depuis un an environ, 80% de ses préparations sont des recettes végétariennes. Les odeurs des cuissons à base de viande l'incommodent de plus en plus. Elle n'est pas pour autant végétarienne, mais elle se qualifie plutôt de flexitarienne.
Alix prône une cuisine brute, artisanale, sans additifs ni colorants alimentaires. Il est hors de question qu'elle cuisine pour ses clients, ce qu'elle-même n'oserait manger. C'est aussi pour cette raison qu'elle ne conserve rien au congélateur. « Le goût des aliments se perd », dit-elle. Tout est donc préparé la veille ou le jour même de la dégustation. Et chaque étape est méthodiquement minutée.
Ce que la pâtissière affectionne tout particulièrement dans son métier, c'est la diversité des mets qu'elle doit préparer pour répondre à la demande de chaque client. Chaque jour, elle s'adapte et se réinvente. Et elle cuisine à partir de rien. C'est ce qu'on disait aussi de sa grand-mère, nous confie-t-elle. Ce don est-il encré dans ses gènes ?
Son plus grand défi culinaire, elle le relève en 2015. Elle invente un cocktail 100% végétalien pour 150 personnes à l'occasion de la « Mary Pierce Indian Ocean Series » à La Possession. C'est un véritable succès gustatif !
Une cuisine responsable et engagée. Voilà comment on pourrait qualifier la cuisine d'Alix Bernado. Elle privilégie les circuits courts. Elle cherche à montrer qu'on peut consommer sainement sans renoncer au goût. Elle joue sur la maîtrise du geste pour réaliser des recettes gourmandes en alliant les saveurs de la Méditerranée, d'où elle est originaire, et celles de La Réunion, sa terre d'adoption.

KALI'X TRAITEUR
Adresse : 189 A1, avenue Marcel Hoarau le Moufia 97490 Sainte- Clotilde
Téléphone : 0692 61 16 49
Le site : www.kalix.re

Alix Bernado propose des coffrets de Noël salés et sucrés sur commande.

Retrouvez également les pâtisseries de Kali'x à « La Ruche qui dit oui ! » au Bas de La Rivière.

GLUTEN FREE

Toasts de pain d'épices, chantilly coco, confit d'orange, papaye fraîche et éclats de colle aux dents.

INGRÉDIENTS

- 250 g de miel
- 8 g d'eau
- 200 g de farine de riz
- 50 g de farine de châtaigne
- 3 oeufs
- 1 c à c de bicarbonate de soude
- 1 c à c levure chimique
- 1 c à c de poudre de pain d'épices
- une boîte de 250 ml de lait de coco (mettre la boîte au minimum 24h au réfrigérateur avant le Jour J)
- 100 g de cacahuètes
- 300 g de sucre blanc
- papaye fraîche
- 2 oranges
- 300g de sucre

PRÉPARATION

-Préchauffez votre four à 160°C

- Faites chauffer dans une casserole le miel, 8g d'eau et les épices. Dans un saladier, mélangez les farines et les levures. Versez le miel chaud et remuez avec un fouet. Ajoutez les œufs.
Versez votre pâte sur du papier sulfurisé à l'aide d'une spatule à 1 cm d'épaisseur. Faites cuire pendant 10 min. Sortez votre pâte à pain d'épices du four et réservez jusqu'à complet refroidissement.
Détaillez votre pain d'épices selon la taille souhaitée.

-Dans un bol, montez le lait de coco en chantilly. Cessez de battre lorsqu'elle laisse des traces. Réservez au frais.

- Faites torréfier 100g de cacahuètes au four. Dans une casserole, versez 300g de sucre blanc et humidifiez votre sucre. Faites fondre et cuire votre caramel, puis versez-le sur vos cacahuètes torréfiées. Remuez à l'aide d'une spatule en bois.
Versez votre mélange entre 2 feuilles de papier sulférisé, sur du marbre ou sur votre plan de travail. Cassez votre colle aux dents.

-Faites blanchir la peau des oranges : dans une casserole, faites frémir les écorces d'orange avec un litre d'eau pendant 10min. Sortez les écorces et égouttez-les. Préparez le sirop avec 1/2 litre d'eau et 300 g de sucre. Ajoutez les écorces d'orange. Remuez à la spatule en bois. Dès que les écorces sont légèrement translucides, arrêtez la cuisson. Réservez au frais.

- Dressez les assiettes. Versez le sirop sur le pain d'épices. Déposez par-dessus un peu de chantilly coco. Agrémentez d'écorces d'oranges confites et d'éclats de colle aux dents.

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION

La « team » de Mam'zelle pizza, à Trois Mares (de gauche à droite) : Manu, Nicolas, Valérie, Floriane et Théo

La pizza de Noël de Valérie

Mam'zelle Pizza, ce sont quatre pizzerias installées dans le Sud, entre le Tampon et Saint-Joseph en passant par Saint-Pierre, une marque ou peu s'en faut, qui a su gagner ses lettres de noblesses auprès de sa clientèle. Il faut dire que Thierry et Valérie Gourreau, le couple de tauliers, ne badinent pas avec la qualité. Leur réputation s'est forgée au fil des concours nationaux et internationaux, où ils ont remporté plusieurs prix, entraînant avec eux leur « team ».

Rien que l'année dernière, ils ont gagné l'épreuve de Pizza due (un pizzaiolo associé à un chef cuisinier) du championnat de France, et se sont classés vice champion du monde dans la même épreuve à Parme. Pour le Kaloupilé, Valérie Gourreau a élaboré une « pizza de Noël », avec de la légine, notre poisson national et austral, du foie gras et de la tomate arbuste.
« La légine est cuite à basse température, puis j'ai fait une crème au foie gras et à la tomate arbuste. J'ai ajouté des lamelles de

Son Noël.

« A la base, je suis plutôt poissons et crustacés» raconte Valérie. « J'aime bien aussi le foie gras, avec une note créole comme un confit d'ananas ou de letchis ».
« Chez nous, le plat de Noël, c'est le zanguille « la rivière ». J'ai grandi près de la rivière à Saint-Denis et je me rappelle les parties de pêche avec mon père. Mais je n'en mange plus souvent. »

mangues sauvages confites avec du gingembre mangue, plus les pommes de terres violettes pour le croustillant et du pain d'épice en chapelure. La pâte est réalisée avec de la farine que nous faisons venir d'Italie (la 5 Stagioni), c'est de la farine « de force » (qui a une maturité plus longue). Je laisse la pâte reposer pendant deux ou trois jours. Cela la rend plus digeste, croustillante et aérée. La pâte est travaillée à la main, fine, avec un rebord à l'italienne. »
Le travail à la main permet en effet de bien répartir les gaz dans la pâte pour qu'elle puisse être plus aérée. Le laminoir a tendance à écraser la pâte et enlever l'air. Evidemment, vous ne mettrez pas la main sur cette farine de pro, aussi Valérie vous oriente vers la farine "spéciale pizza" des Meuniers de Bourbon.
Excepté la mozzarella et la sauce tomate, venues d'Italie, Mam'zelle Pizza utilise des produits frais du marché ou de chez l'artisan charcutier.

Notre dégustation

Le mariage foie gras – tomate arbuste – légine est une vraie trouvaille. Ce côté terre-mer propose un délicat fumé, rond, gourmand, emprunt de caractère, belle image olfactive et gustative de notre terroir. Une idée à ne pas laisser passer pour vos canapés.

Pizza Mozzarella fumée, légine et sauce foie gras, tomate arbustes et pommes de terre violettes

INGRÉDIENTS

- Légine
- Tomate arbuste
- Crème liquide
- Foie gras
- Mozzarella
- Mangue verte
- Pomme de terre violette
- Jus de citron
- Huile d'olive
- Ail, persil, citronelle, basilic

DÉROULÉ

Emonder les tomates arbustes.
Couper en morceaux, et rajouter le foie gras.
Faites revenir dans une poêle, saler.
Mixer le mélange puis ajuster avec de la crème liquide, passer au chinois et réserver.
Préparer un sirop avec la citronnelle et le basilic et laisser les tranches de mangue verte mariner pendant 24h minimum.
Cuire la légine à 45 degrés sous vide pendant une heure, avec de l'ail et du persil, un zeste de citron et un filet d'huile d'olive.
Couper les pommes de terre violettes en cube et les passer a la poêle.
Étaler votre pâton de 33 cm.
Mettre la mozzarella di bufala, la cuire pendant 3 min a 310 degrés.
En sortie de cuisson disposer la légine (être vigilant avec les arêtes).
Ajouter les pommes de terre violette puis arroser la légine de sauce foie gras, terminer avec la mangue verte marinée.

Afin d'éviter au maximum le gaspillage, l'équipe du 66 fonctionne toujours à flux tendu. Environ 80 burgers sont servis en moyenne par jour la semaine et plus d'une centaine le samedi et le dimanche.

Un burger sur mesure

Au 66 Burger à Saint-Gilles, on choisit son pain, son steak et sa recette ! Un concept original sur fond d'ambiance motard et baroudeur des rues.

Laïla Bapoo - Photos Kevin Boisvilliers

11 h 30, 15 novembre 2018. Laure et Sylvie, les cuistots, reçoivent leurs premières commandes de la journée. Derrière le bar, elles s'affairent à préparer les burgers et les frites de leurs clients affamés. Le pain — au choix : nature, au curry, au cheddar, à l'encre de seiche, aux oignons, aux olives, aux fines herbes, aux poivrons ou aux figues - est moelleux à souhait. Il est produit par un artisan-boulanger (La Cambrésienne) à Saint-Gilles-les-Hauts. Les frites dont la forme est semblable à une chips épaisse — ce qui ne gâche en rien ses qualités gustatives, bien au contraire — sont faites maison. Deux critères primordiaux pour juger d'un bon Burger Club. Au 66, chacun compose son propre sandwich via une fiche de renseignements que l'on remplit dès son arrivée. Après avoir choisi son pain, on se décide entre un steak de bœuf, d'espadon, de poulet pané ou même végétarien (là encore élaboré à partir d'une recette maison signée Laure).

Place enfin à la recette, un choix cornélien. Pas moins de dix-neuf possibilités avec des noms aussi originaux que la composition des burgers (« Je suis ton pear » ; « Coin coin » ; « Ze grande gueule », etc.) arborent la liste à cocher. Sans oublier le burger du mois !

En décembre, il revêt un manteau rouge. La recette du ce burger festif comporte du magret de canard, du foie gras poêlé, d'une galette de pommes de terre et d'un chutney aux letchis ou aux figues. Pas très diététique tout ça. Mais tant pis, ils sont tellement délicieux qu'on y succombe sans se faire prier. C'est Sylvie, l'auteure de ce péché de gourmandise.

Chaque mois, l'équipe se concerte pour proposer un burger spécial et éphémère. Laure et Sylvie revisitent ainsi les classiques et jouent sur les saveurs pour surprendre vos papilles.

L'univers du lieu se prête à la convivialité. Les tables sont disposées de sorte que l'on se retrouve face à un étranger avec qui l'on peut, le temps d'un burger, refaire le monde ou partager tout simplement un sourire. C'est une idée du gérant, Nicolas De Prince. Le 66 appartenait auparavant à d'autres propriétaires. Le jeune homme, lorsqu'il reprend l'affaire en 2014, a entièrement repensé l'endroit à partir de son univers, la moto. C'est un passionné depuis toujours.

LE 66 BURGER CLUB
Adresse : 38 B, rue Rolland Garros, Saint-Gilles-Les-Bains
Tél : 0693 97 41 79
Facebook : Le 66 Burger Club

Martine ouvre une épicerie fine 100% réunionnaise…

Non, ce n'est pas un album de Marcel Marlier. La boutique Créoline a ouvert dans le bas de la rue Auguste Babet à Saint-Pierre depuis décembre de l'année dernière. A sa tête : Martine et Vincent Dijoux, jeunes passionnés de notre riche terroir. L'idée d'un point de vente dédié exclusivement aux produits artisanaux réunionnais leur est venue en même temps. Martine ici pestait de devoir courir les marchés aux quatre coins de l'île pour trouver des confitures, tisanes, café, conserves, et tutti quanti. Vincent là-bas se désespérait de n'avoir aucun lieu où acheter les produits de son île. « Nous avons donc pensé à tout regrouper au même endroit. Le concept est nouveau, il n'y a pas d'épicerie fine proposant exclusivement des productions locales » raconte Martine. Vous y retrouverez donc les « grands noms » de l'artisanat de bouche réunionnais, dans le désordre : Comptoir Mélissa, les Saveurs de la Fournaise, La Part des Anges, Nature d'ici et d'ailleurs, L'Atelier du pécher gourmand, le Labyrinthe en champ thé de Grand Coude et son voisin la Maison du Laurina, spécialisé en Bourbon pointu, les pâtes à tartiner Kelyas, Calicoco, etc.
Des références qui sans nul doute se multiplieront au fil du temps au gré des découvertes de Martine. Les deux entrepreneurs appellent de leurs vœux de pouvoir un jour ouvrir le même espace en métropole, pour en faire profiter les nostalgiques de notre île, les touristes potentiels et les compatriotes qui vivent au « péi la fré ».

CRÉOLINE
14 rue Auguste Babet,
Saint-Pierre
0262 43 00 38
www.creoline.fr

Il est mordu de sushis, il s'appelle Decool et il est cool. Alors il a créé Sushi Cool Cool. On peut voir ses vidéos sur Instagram, Facebook et Utube. Rencontre.

Entretien avec Laurent Decool de Sushi Cool Cool par Laïla Bapoo

« c'est un concept que j'ai créé afin de partager mon amour pour les sushis »

Qui es-tu ?
« J'ai 32 ans. J'ai grandi à Dunkerque, dans le nord de La France. Je me suis installé à La Réunion il y a quatre ans. Après y être venu rendre visite à mon frère, je suis tombé amoureux de l'île. Je suis graphiste de formation, mais j'ai beaucoup d'autres passions, notamment la photo, la musique, la vidéo et les sushis. J'ai donc décidé de toutes les allier pour créer le concept de Sushi Cool Cool.

C'est quoi Sushi Cool Cool ?
Beaucoup de gens pensent que c'est un restaurant. En fait, c'est un concept que j'ai créé afin de partager mon amour pour les sushis. Je réalise des émissions, j'invite des artistes, je rencontre des chefs, je filme mes expériences culinaires, etc. Je ne suis pas un chef, mais j'adore les sushis. En réalité, je travaille pour une agence de pub où je m'occupe de la partie vidéo pour les marques.

D'où te vient cette passion pour le sushi ?
Je ne sais pas. D'ailleurs la première fois que j'en ai goûté, je n'ai pas du tout aimé. En fait, je n'étais pas un fan de poisson cru ni d'algues. J'ai toutefois voulu retenter l'expérience dans un restaurant et mes papilles en ont redemandé. Alors, j'ai voulu les réaliser moi-même. Au départ, j'ai testé des colorants dans le riz (ne me demandez pas pourquoi, je n'en sais rien…), mon poisson était

mal coupé, mes algues trop caoutchouteuses. Mais j'ai persévéré. J'ai finalement abouti à un résultat plutôt sympa.

Parlons sushis. Quelles sont les erreurs que les gens commettent souvent lorsqu'ils mangent des sushis ?
La sauce sucrée. Définitivement. C'est un sacrilège. Cela n'existe pas au Japon, car la sauce sucrée dénature complètement le goût du poisson. La meilleure sauce pour déguster les sushis n'est autre que le shoyu, une sauce soja fermentée à partir de haricots de soja cuits et de blé moulu rôti.

As-tu d'autres conseils pour déguster les sushis ?
Lorsque vous mangez un nigiri, trempez le poisson dans la sauce et non le riz. Notez également que les nigiris se consomment avec les doigts. Si vous dégustez, en revanche, un maki, armez-vous de vos baguettes - on mange plus doucement et c'est bien plus sympa qu'une fourchette - et évitez de trop l'imbiber de sauce.

Le palais des Français est-il différent de celui des Japonais ? (Comment cela se fait-il ?)
Complètement. J'ai eu la chance de voyager au Japon en septembre dernier grâce au Pêcheur Créole de Reunimer, sponsor de Sushi Cool Cool. J'ai visité les villes de Tokyo, d'Osaka et de Kyoto. J'ai même pu bénéficier, le temps d'un cours de cuisine privé, des conseils d'un grand chef spécialisé dans les sushis traditionnels. Du poisson frais, du riz parfaitement assaisonné et une pointe de wazabi, cela suffit pour vous refaire le palais. Tout est moins sucré au Japon (y compris les sodas !). Le sucré réside dans l'art et la manière d'assaisonner le riz.

Quelles sont les spécialités que l'on retrouve en France et que l'on ne retrouvera jamais au Japon ?
Les california rolls n'existent pas au Japon et encore moins ceux au foie gras/figues ou au poulet. Par ailleurs, on ne trouve pas non plus de mayonnaise sur les nigiris.

Quel est l'ingrédient le plus important dans un sushi ?
Le riz ! Tout est important, mais pour moi la maîtrise de la préparation du riz reste cruciale.

Quel est ton sushi favori ?
C'est le Nigiri sushis au thon banane que je confectionne moi-même. J'applique de la sauce soja directement sur la tranche de poisson au pinceau pour ne pas avoir à l'y tremper. Et cerise sur le gâteau, j'ajoute un zeste de citron galet sur le dessus. Rien que d'en parler, ça me met l'eau à la bouche…

As-tu des projets en cours ?
Je compte repartir au Japon en avril 2019. Les cerisiers seront en fleur. C'est une période magnifique. Je dois aussi terminer de poster les vidéos de mon dernier voyage. Par ailleurs, nous travaillons à mettre en place des ateliers de réalisation de sushis le weekend avec Reunimer. Enfin, je propose des coffrets cadeaux pour des ateliers sushis à l'occasion des fêtes de fin d'année.

Un mot pour conclure ?
Abonnez-vous à Sushi Cool Cool sur Instagram, Facebook et Utube pour découvrir mon univers !

Gunkan de Saint-Jacques & Concombre

Une recette fraîche à la fusion asiatique

INGRÉDIENTS

- Riz à sushi vinaigré
- 1 concombre
- Quelques noix de Saint-Jacques
- 1 Citron Galet
- Du piment d'Espelette
- Huile de sésame
- Graines de sésame grillées
- Sel
- Sauce Soja

PRÉPARATION

- À l'aide d'un économe, épluchez des tranches de concombres afin d'obtenir de belles bandes uniformes. Faites des boulettes de riz d'environ 4 cm. Entourez la bande de concombre sur le tour de la boulette. Coupez les noix de Saint-Jacques en tartare et déposez-les dans un petit bol. Ajoutez le jus d'un citron galet, 1 cuillère à soupe d'huile de sésame, 2 pincées de piment d'Espelette, 3 pincées de sel, 1 cuillère à café de sauce soja et des graines de sésame. Mélangez et dressez à l'aide d'une cuillère le tartare à l'intérieur des Gunkans.
Dégustez !

Bacchus Bourbon au rendez-vous des fêtes

Marc Capelet, œnologue de son Etat et gérant de la cave Bacchus Bourbon, vous propose une sélection de vins et champagne à prix doux, pour accompagner dignement vos plats de fête.

BACCHUS BOURBON
163 Avenue Raymond Barre
97427 Etang Salé les Hauts
0693 30 93 57
Facebook : Bacchus Bourbon
bacchus-bourbon@hotmail.fr

ROUGE

Chiroubles – Best Of
Jambon Père et Fils
(Meilleur Gamay du Monde 2015)

Vendange manuelle sur terrains très sablonneux.
Œil : rouge foncé aux reflets violacés. Larmes marquées.
Nez puissant, très complexe.
Aromes de fraises, cerises et violette.
Bouche : équilibrée, grasse, puissante et tannique. Petite pointe acidulée typique. Très belle longueur en bouche.

Garde : 7 à 10 ans
Température : 16°C

L'avis de Marc : « Un excellent vin, à laisser s'aérer une demi-heure pour obtenir une farandole de saveurs, de complexité et de longueur en bouche avec des notes de violette et de fraise. Accompagne plutôt les poissons gras, nobles, et convient également à l'apéritif, avec de la charcuterie. »

BLANC

Pouilly-Fuissé – Domaine des Pérelles

Petit domaine de 11ha, il est réputé pour la grande qualité de ses vins. Jean-Yves Larochette cultive les vignes du Domaine des Pérelles, propriété familiale depuis plusieurs générations.
Cépage : 100% Chardonnay (vieilles vignes).
Elevage : en fût et en cuve.

Œil : belle couleur jaune doré clair aux reflets brillants.
Nez : franc, agrume, citronné, pointe d'ananas et légèrement boisé.
Bien fondu, belle persistance.
Bouche : très fraîche. Pointe de fleur blanche, petite note épicée t légèrement mentholée. Bonne attaque, fin, fondu, bon équilibre et belle longueur en bouche.

Garde : 5 à 8 ans.
Température : 12°C

L'avis de Marc : « Jean-Yves Larochette est un petit producteur récoltant qui fait d'excellents vins. C'est du beau Chardonnay avec une petite minéralité et des notes de fruits tropicaux. Se déguste avec des entrées et des poissons nobles. Il est très apprécié. »

ROSÉ

IG Cévènnes – Osé Rosé Bio

La cave est située aux pieds des Cévennes, tout proche d'Anduze, de ses fameuses poteries, de son cours d'eau et de la maison familiale. Ouvrez pavillons et écoutez les cigales !

Cépage : Cinsault et Grenache
Sol argilo calcaire.

Œil : Robe pâle, nuance violine.
Nez : floral (pivoine), finale fruitée (fraise), épicée (poivre blanc)
Bouche : gourmande, friande et fraiche. On retrouve en bouche les arômes découverts au nez. Agréable et belle découverte.

A déguster dès à présent aux alentours de 7-8°C.
Accord : apéritifs dinatoires, tapas, salades italiennes, moules, palourdes.

L'avis de Marc : « Ce vin vient de Tornac, petit village à 5 minutes du lieu où j'ai grandi. Ils sont réputé pour leurs vins bios depuis une dizaine d'années. Ce Osé Rosé, est sympathique. C'est mon coup de cœur personnel.»

CHAMPAGNE

Waquelin-Fauvet – Grande Réserve

Le vignoble d'André Waquelin (propriétaire récoltant) est situé dans le petit village de Prouilly, à quelques kilomètres à peine de Reims, en pleine Champagne.
Les Champagnes sont des vins fins, élégants et expressifs, reflets d'un terroir unique.

Oeil : belle robe jaune claire, bulles fines et élégantes.
Nez : baies sauvages, noisette, tabac blond, signe d'une belle complexité de plénitude du pinot noir, cépage qui apportera du corps et de la structure au Champagne.
Saveurs : rond, onctueux et gourmand, saveurs légèrement fruitées (mangue, quetsche).
Ensemble très élégant et équilibré.

Garde : 5 à 10 ans.
Température : le Champagne se déguste frais, idéalement entre 8 et 10°C.
Astuce :
Deux modes de rafraîchissement sont recommandés pour le Champagne : soit en plongeant la bouteille dans un seau rempli d'eau et de glace pendant une demi-heure, soit en couchant la bouteille dans le bas du réfrigérateur pendant 4 heures.
Pour ne pas nuire à l'expression de l'effervescence du vin, il est conseillé de refroidir les verres de service au réfrigérateur.

L'avis de Marc : « Ce champagne est composé de 50% de Pinot noir et 50% de Chardonnay est fruité, élégant et fin, avec des bulles fines très agréables.»

Zalto, ou le vin sublimé

A chaque plat son vin, les épicuriens le savent bien. Et Zalto pourrait ajouter « à chaque vin son verre. » Zalto, artisan verrier autrichien aux héritages vénitiens, a perfectionné les techniques des souffleurs de verre depuis deux cent ans. Au début de ce siècle, Zalto dévoile sa collection Denk 'Art, élaborée avec la collaboration du prêtre et œnologue Hans Denk, qui fait autorité dans le monde du vin. Une collection qui touche au summum de la perfection. L'ambition ultime de la maison Zalto étant d'offrir une nouvelle expérience de la dégustation aux vignerons, sommeliers, œnologues et amateurs.

Jugez plutôt

Une extrême finition du buvant, une finesse et une légèreté sans pareille. La finesse du buvant permet au vin d'atteindre les zones les plus sensorielles de la langue.
Du cristal sans plomb, qui lui permet d'être filé extrêmement mince, qui aide le vin à libérer ses arômes
Un verre parfaitement équilibré dans la main
Une paroi très mince qui permet au vin de rester à sa température d'origine.
Chaque courbe des calices de la gamme Zalto est inclinée selon les trois angles spécifiques de la Terre, soit à 24, 48 et 72 degrés. Les arômes se rassemblent dans les angles qui offrent la plus grande surface en contact avec l'oxygène.
Les parois légèrement inclinées dirigent ces arômes vers le nez, magnifiant le parfum, ce qui impacte l'expérience gustative.

Pour atteindre cette perfection, les souffleurs travaillent en équipe de huit, à raison de sept minutes par verre, chaque individu gérant une étape différente du processus de fabrication.
Grâce à son art et ses techniques de pointe, la collection Denk'Art pousse le bouchon (de vin) jusqu'à créer des verres adaptées aux caractéristiques particulières des breuvages : Bordeaux ou Bourgogne, Champagne, vin liquoreux ou même bière, et, pour les vins rouges puissants, l'original « Gravitas Omega », sans pied, qui propose une surface d'aération maximale.

Aucun souci à vous faire si vous les passez au lave-vaisselle, les verres Zalto sont robustes. Ils sont en effet soumis à un refroidissement de 24 heures, qui les rend plus élastiques et moins sensibles à la casse. Le verre cristal, exempt de plomb, préserve sa brillance scintillante au fil des lavages sans s'opacifier. La presse spécialisée est unanime : déguster son vin préféré est une expérience sublimée par les verres Zalto.

Glacize, ou deux épicuriens qui ont choisi Zalto.

Zalto est représentée dans l'Océan indien par Glacize, marque lancée officiellement à Maurice et aux Seychelles le 1er septembre dernier, puis un mois plus tard chez nous. La gamme est présentée pour la première fois au Vinocité. Madagascar suivra en début d'année prochaine.
Glacize est l'enfant légitime de deux passionnés du vin : Jérôme Faure, professionnel de la sommellerie originaire de la Drôme, établi à Maurice depuis 12 ans, président de l'association des sommeliers de Maurice et Maître Sommelier, et Sébastien Menand, entrepreneur d'origine Bourguignonne installé dans l'île sœur depuis 12 ans également.
Les deux compères notent que l'accessoire indispensable à la dégustation d'un bon vin, un verre digne de ce nom, est porté absent par nos monts et nos vaux. Ils contactent donc la maison Zalto, qui valide le projet de distribuer leurs œuvres d'art dans l'Océan indien.
Glacize se fait très vite connaître dans le milieux de l'hôtellerie et de la restauration. Une clientèle composée de professionnels à 55%.
Entre autres établissements prestigieux, l'on note que le groupe Constance à Maurice, et le Blue Margouillat, notre Relais & Château, adoptent Glacize, ce dernier devenant même distributeur officiel pour ses clients à La Réunion.
Glacize représente aussi Glass&Co, produits destinés aux professionnels. Pour passer commande, rendez-vous sur www.glacize.com. La livraison à La Réunion se fait sous 2 à 4 semaines.

Du 1er Novembre

Au 31 Décembre

Little marrakech

Ouverture showroom

JEUDI, VENDREDI ET SAMEDI

SPÉCIAL FÊTES DE FIN D'ANNÉE

10H00 - 19H00 NON STOP

LITTLE MARRAKECH TÉL : 06 93 11 91 85

13 RUE PATRICE LUMUMBA - 97419 LA POSSESSION

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.