



# Les secrets pour sublimer les goûts

**CUISINE** Les chefs étoilés du pays livrent quelques-uns de leurs secrets pour donner du piment à vos recettes.

La cuisine c'est aussi une question d'astuces. Rehausser sa sauce, donner davantage de goût à son plat... Voilà quelques judicieux conseils pour faire ressortir le parfum de certains aliments.

## ■ Le jus d'agrumes

Contrairement aux idées reçues, le citron n'ajoute pas d'acidité. Léa Linster, du restaurant du même nom à Frisange, est une adepte des gouttes de citron «qui rehausseraient le parfum des aliments, sans donner de l'acidité». Le jus de citron a aussi les faveurs d'Arnaud Magnier, chef du Clairefontaine à Luxembourg. «Je l'utilise pour rehausser le goût de la truffe noire avec une vinaigrette à l'huile de pépins de raisin et avec du jus de truffe», précise-t-il. Fabrice Salvador, de la Cristallerie, est lui aussi féru d'agrumes. «Le citron jaune est excellent sur les poissons et les crustacés, tandis que le citron vert relève une entrecôte en fin de cuisson», précise le chef, qui emploie aussi le jus de yuzu (hybride asiatique de mandarine sauvage et de citron) dans un consommé de langoustines ou un bouillon de bœuf.



## ■ Valoriser les légumes

Cyril Molard, chef du restaurant Ma Langue Sourit à Moutfort, aime mettre les légumes en valeur, et particulièrement la carotte qu'il cuit dans l'eau salée, à l'anglaise. «Ça permet de stabiliser la couleur et de faire pénétrer le sel à l'intérieur de la carotte», dit-il. C'est la suite qui est importante, car il s'agit de finir la cuisson en glaçant les carottes dans un jus de carottes centrifugé, légèrement beurré.

Une technique qui, selon lui, «sublime le goût de la carotte et la rend huileuse, brillante et gourmande».

## ■ L'art de la sauce

Ce n'est pas toujours facile de réussir sa sauce, notamment celle qui accompagnera le poisson. Alors une petite technique pour casser un peu son goût sucré: «Il suffit d'ajouter un peu de vinaigre de Xérès, et le tour est joué», assure Christophe Quentin, chef du restaurant Les Jardins d'Anaïs à Luxembourg.

Du jus de citron pour rehausser le goût, de la crème liquide pour attendre la viande... les techniques sont multiples pour pimenter vos recettes.



## ■ Avec des plantes fraîches

Manger végane ou végétarien, c'est très tendance. Alors ceux qui cherchent une astuce pour manger des protéines sans avoir recours à la viande seront comblés. Optez pour l'ortie, riche en fer, en vitamines et qui possède plus de protéines que la viande. Une petite soupe d'orties vous comblera. «Placez dans un mixeur avec leur jus des pommes de terre et des oignons préalablement cuits. Ajoutez ensuite les orties fraîches et mixez le tout. Le goût de l'ortie sera rehaussé et c'est valable pour toutes les plantes», souligne René Mathieu, chef de La Distillerie à Bourglinster.

## ■ Des pâtes très goûteuses

On a tous tendance à faire cuire des pâtes dans l'eau classique... Pas Roberto Fani,





du Ristorante Fani à Roeser, qui utilise l'eau des tomates. De l'eau (1,3 litre) issue de l'extraction de deux kilos de tomates et filtrée à deux ou trois reprises pour obtenir un liquide translucide. «Ensuite, il suffit de faire cuire les pâtes sans huile ni sel pendant douze minutes pour aboutir à une sorte de risotto. La pâte que vous mettez en bouche reste blanche, mais elle est sublimée par le goût de tomate», dit-il.

#### ■ **Attendrir ou chauffer la viande**

Une viande moelleuse, c'est sympa à présenter. Alors, si vous voulez cuisiner du pigeon, retirez les filets et placez-les 12 à 24 h dans de la crème liquide. «Le suprême est alors plus tendre et moelleux», précise Guillaume Rotario, chef du Guillou Campagne à Schouweiler. Il ne reste plus qu'à les cuisiner poêlés au beurre noisette. Choisir sa cuisson n'est pas toujours aisé. Et lorsque vous demandez une viande bleue, elle arrive généralement froide. «Il suffit de faire réchauffer la viande une demi-heure sur une plaque, placée 60 cm au-dessus du feu. Ensuite, avant de servir, il faut saisir la viande de chaque côté dans la poêle. Elle sera bleue et l'intérieur restera chaud», précise Illario Mosconi, du restaurant Mosconi.

GAËL PADIOU