

Table des Fêtes

Avec **ALIGRO**
BIENVENUE A TOUS LES GOURMANDS

Un petit cours accéléré pour bien réussir sa ballotte de foie gras

Les deux cuisiniers du Cinq, à Lausanne, sont des pros du foie gras. Leurs conseils pour y arriver

David Moginier Textes
Philippe Maeder Photos

Théotime Bioret et Michael Rochat tiennent un joli restaurant d'altitude... à Lausanne. Au cinquième étage au-dessus de la rue Centrale, Le Cinq a su rassembler une large clientèle et convaincre le Gault-Millau, qui les note 14/20. Les deux associés ne se contentent pas de rester sur leur hauteur, puisqu'ils descendent au marché avant les Fêtes (rue du Pont) pour proposer des ballottes de foie gras. Ils en fabriquent plus de 100 kilos en décembre, qu'ils déclinent aussi en mille-feuilles ou en opéra, intercalant entre les couches une gelée de queue de bœuf au porto.

Les leçons de Peter Hasler
«J'avais commencé à travailler le foie gras pendant mon apprentissage au Lausanne Palace, explique Théotime Bioret. Mais c'est Peter Hasler, du Raisin, à Cully, qui m'a vraiment tout appris là-dessus.»

Le choix de la matière première, d'abord. «Nous ne prenons pour les Fêtes que du Rougié Prestige, la première qualité du fournisseur français. C'est beaucoup plus facile à travailler, et il n'y a pas de traces de sang dans la masse.» La qualité du foie gras est aussi importante au moment du déveinage, l'opération qui fait peur à tout le monde. «D'abord, on sépare le gros lobe du petit lobe, ça se détache tout seul. On met le gros lobe sur le plan de travail et on cherche la veine qui est au milieu, avant de séparer en deux vers le bas. Il ne faut pas avoir peur d'appuyer pour aplatir le foie, mais sans le casser non plus. Puis on prend le petit lobe, plus difficile, puisque la veine commence par un élément assez gras avant de former une sorte de toile d'araignée horizontale, sur deux niveaux.»

Il s'agit ensuite de l'assaisonner. Pour 1 kilo de matière première, les deux compères pèsent et mélangent 11 g de sel, 1 g de poivre blanc, 3 g de sucre et 3 g de nitrate de potassium (en vente dans certaines drogueries,



Théotime Bioret avec quelques-uns de ses foies gras, sortant du four (à g.) et sous vide (à dr.).

Terminologie

Foie gras entier mi-cuit En terrine ou en ballotte, pur foie gras cuit brièvement.

Bloc de foie gras Morceaux de foie gras écrasés et émulsionnés avec au plus 10% d'eau.

Parfait Au minimum 75% de foie gras, agrémenté de foies de volaille.

Médillons, pâtés, mousse ou galantine Au minimum 50% de foie gras.

il évite la perte de couleur). Il s'agit de bien répartir l'assaisonnement sur le foie, des deux côtés, ainsi que 4 cs de cognac. On protège et on laisse mariner quelques heures.

Pour réaliser une ballotte, il faut du film alimentaire, mais pas celui qu'on trouve en supermarché, non, le résistant qu'utilisent les pros. Deux couches sur lesquelles on pose son foie gras avant de ramener un peu de film. On presse afin de former un boudin sans laisser d'air. Puis on tortille les extrémités du film avant d'y faire un nœud bien serré. On réitère l'opération avec du papier alu, bien tendu.

Au Cinq, on le cuit au four vapeur, à 85 degrés, environ sept minutes pour 500 g. Sinon, dans de l'eau à 70 degrés, on le poche de six à huit minutes. Puis on le plonge dans de l'eau glacée pour figer la graisse, et direction le réfrigérateur.

Dernière opération: il s'agit de retirer l'alu et le film, puis de gratter un peu la ballotte pour bien l'égaliser. Au Cinq, on la met ensuite sous vide, où elle aura une durée de conservation d'une bonne quinzaine de jours. Simplement emballée dans du papier film et de l'alu, cette durée se réduit à une petite semaine.

En six étapes



1 N'oubliez pas de peser les foies pour connaître l'assaisonnement nécessaire et déterminer le temps de cuisson. Séparez le petit et le grand lobe à la main en détachant simplement les deux.



2 Pour déveiner le grand lobe, coupez gentiment dans le sens de la longueur. La veine est verticale et se divise en deux en bas. N'hésitez pas à appuyer avec les doigts ou à vous aider d'un couteau.



3 Le déveinage du petit lobe est plus difficile. Une fois trouvé le début de la veine, assez grasse, il faut la suivre. Elle forme une sorte de toile d'araignée sur deux niveaux.



4 Vous ferez attention de bien répartir l'assaisonnement en retournant les foies des deux côtés. Puis ajoutez le cognac, également des deux côtés. N'hésitez pas à mélanger encore pour répartir.



5 Posez deux feuilles de film pro, mettez le foie et commencez par passer le film par-dessus avant de presser pour former un boudin régulier. Attachez les deux extrémités bien serré.



6 Après la cuisson, mettez la ballotte dans de l'eau glacée pour figer la graisse. Une fois le foie bien refroidi, déballez-le et égalisez ses côtés et les deux bouts avec un couteau à tartiner.

Le coup de fourchette

L'Alpe Fleurie sert une cuisine tout confort aux hôtes de Villars

De la cuisine anglaise, mais pas trop! La carte de L'Alpe Fleurie, à Villars-sur-Ollon, propose bien les très britanniques fish & chips, shepherd's pies et cheesecakes au citron, mais c'est surtout le chaletubriand et la fondue que les hôtes de la station viennent y déguster. Et ils sont nombreux depuis la réouverture de cette enseigne mythique, début décembre, sous l'impulsion de **Belinda** et **Craig Pollock**. Joachim Gordo, le patron, parle déjà d'un succès «qui dépasse toutes les attentes».

Le cadre y est sans doute pour beaucoup. Situé au cœur de la station, à deux pas de la gare, le restaurant s'articule autour d'un bar central fort accueillant. À l'entrée, un espace lounge décoré avec

soin permet de savourer un apéritif dans des fauteuils confortables. Quant à la salle à manger, elle s'inspire d'un chalet de montagne, entre boiseries murales et nappes en damier rouge et blanc.

Ce soir-là, nous avons opté, en entrée et avec un bon chasselas, pour six escargots de Bourgogne en cassolette (13 fr.) et une tarte tiède au fromage de L'Étivaz servie avec des oignons rouges (16 fr.). Classique, mais soigné. En plat principal, un succulent carré d'agneau rôti aux herbes, judicieusement accompagné de pommes de terre allumettes (41 fr.). Nous avons été moins convaincus par le burger des Alpes, même surmonté d'une tranche de foie de canard poêlé (39 fr.).



CHANTAL DERVEY

Du côté des vins rouges, le choix se limite, proximité oblige, à une belle sélection de crus suisses. Après quelques semaines de pratique, le service est agréable, quoique encore un brin hésitant. Un bémol compensé par une atmosphère joviale et décontractée.

Au moment des douceurs, le crumble de fruits au four avec crème fraîche (14 fr.) se distingue en finesse parmi six propositions.

À midi, L'Alpe Fleurie s'avère être un bon plan s'agissant des prix. Le plat du jour à 18 fr. 50 - par exemple des spaghettis à la crème et aux champignons servis avec une belle salade croquante - a de quoi ravir les skieurs. Sur tout que, par beau temps, la vue sur les Dents-du-Midi est garantie.

L'adresse

L'Alpe Fleurie
1884 Villars-sur-Ollon
Tél. 024 496 30 70
www.alpefleurie.com
Ouvert tous les jours dès 7 h

Cuisine classique, quelques spécialités anglaises

Entre 60 et 90 fr. par personne, avec boisson

Bonne sélection régionale (Vaud et Valais)

Toutes nos adresses sur iPhone:
www.24heures.ch/cdf