

LA PARISIENNE

BEAUTÉ
ET SI VOUS CHANGIEZ
DE TÊTE

MODE
OSEZ LE FAUVE

PLAISIR
LES STARS
DU SUCRÉ

DÉCO
4 STYLISTES,
4 INTÉRIEURS

ET AUSSI PPDA
ALEXANDRA LAMY
JEAN-LUC DELARUE
ANNE-SOPHIE PIC

**MÉLANIE
LAURENT**
UNE PURE ACTRICE

le Parisien
MAGAZINE

Cahier n°2, ne peut être vendu séparément.
Samédi 10 octobre 2009.
Commission paritaire n° 0110 C 85979.



ANNE SOPHIE PIC

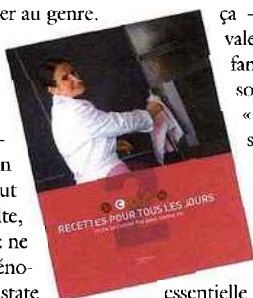
Cuisine toquée pour tous les jours

C'EST LA FÊTE Dans le monde de la gastronomie, Anne-Sophie Pic est la seule Française à compter trois étoiles. Elle vient de publier un recueil de recettes savoureuses et faciles à faire. Rencontre.

Par Jean-Pierre Saccani - Photos : Mickaël Roulier

Les grands chefs sont redescendus de l'Olympe. Alors qu'au siècle dernier, ils publiaient des livres de salon (les poser sur une table basse vous conférait un statut), ils se jettent aujourd'hui dans l'arène avec des recettes destinées au commun des mortels. Anne-Sophie Pic vient de sacrifier au genre. Et ce n'est pas une posture ou une exigence marketing. Ses 122 recettes « pour tous les jours »* donnent vraiment envie de passer le tablier... Alors, comment voit-elle la cuisine aujourd'hui ? « Les jeunes ont de plus en plus envie de faire de la cuisine. Surtout ceux qui se mettent à cuisiner par révolte, pour gagner en indépendance. Leur but : ne pas rentrer dans la malbouffe. Un phénomène qui me réjouit, d'autant que je constate la prise de conscience de ceux qui mangent mal et qui essaient de s'en sortir. Bien sûr, l'argent reste un problème, d'autant qu'une idée reçue stipule que bien manger coûte cher. Consommer des produits saisonniers limite déjà le problème. Idem pour le

poisson. Si le turbot est hors de prix, il faut se rabattre sur les rougets grondins, les maquereaux ou les harengs. Bref, il faut apprendre les produits. Je pense également qu'il faut dédramatiser la cuisine comme le prouve le succès des écoles lancées par les grands chefs. L'un des bénéfices de la crise – si l'on peut dire



ça – est que les gens vont revenir aux valeurs sûres, en se recentrant sur leur famille. Or cuisiner est une démarche très sociale, c'est un échange, un don.

« Dernière chose : l'alimentation et la santé sont désormais très liées. Formidable. Mais je pense qu'il ne faut pas tomber dans l'excès nutritionnel (combien de lipides, de protéines, etc.) car on quitte le domaine du plaisir. Une donnée qui doit rester essentielle au moment de passer à table. Ça ne me gêne pas d'utiliser de la crème ou du beurre s'il n'est pas surcuit. Tous les produits utilisés de manière équilibrée restent bons pour la santé. Je suis une cuisinière et pas une nutritionniste. » ■

*Recettes pour tous les jours, éd. Hachette Pratique.

Un classique revisité

HACHIS PARMENTIER MOUSSELINE DE PATATE DOUCE

Pour 4 personnes
Préparation : 40 mn.
Cuisson : 30 mn pour les patates douces + 45 mn pour la queue de bœuf + 20 mn pour la cuisson finale, 30 mn de repos.



INGRÉDIENTS

- QUEUE DE BŒUF**
- Une demi-queue de bœuf coupée en tronçons
 - 100 g de garniture aromatique (mélange constitué de un carotte, un blanc de poireau, un oignon et une branche de céleri coupé en gros dés)
 - 5 cl de cognac
 - 25 cl de vin rouge
 - 1 litre de fond brun (bouillon fortement réduit que l'on trouve au rayon des sauces et préparations des supermarchés)
 - 1 clou de girofle
 - 1 belle cuillère à soupe de persil haché
 - Huile, beurre, sel et poivre

1 Dans l'autocuiseur, faites colorer les morceaux de queue de bœuf avec un peu d'huile et de beurre pendant 5 mn. Ajoutez la garniture aromatique, laissez cuire 2 à 3 mn. Videz et éliminez la graisse (le cas échéant). Versez le cognac, puis ajoutez le vin, le fond brun et le clou de girofle. Fermez l'autocuiseur, mettez sous pression, puis faites cuire 45 mn. Ôtez du feu au terme de la cuisson, laissez reposer 15 à 20 mn puis ouvrez la cocotte. Égouttez la queue de bœuf. Laissez refroidir 15 mn. Récupérez la viande avec les doigts puis effilochez-la avec une fourchette. Placez-la dans un saladier, ajoutez un verre de jus de cuisson dégraissé, le persil haché, du sel et du poivre. Mélangez et mettez de côté.

MOUSSELINE

- 3 ou 4 patates douces de 600 g
- 300 g de pommes de terre
- 2 grosses noix de beurre
- 5 cl de crème
- 1 tasse à café de chapelure

MATÉRIEL

- Autocuiseur
- Papier-alu

2 Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Lavez les patates douces puis les pommes de terre. Épluchez-les. Dans une casserole d'eau froide salée, faites-les cuire 20 à 25 mn. Égouttez-les. Passez-les au moulin à légumes, récupérez la pulpe puis mélangez-la avec le beurre et la crème. Assaisonnez avec un peu de sel.

3 Répartissez la queue de bœuf au fond d'un plat puis recouvrez-la de mouseline. Ajoutez la chapelure par-dessus, enfournez et laissez gratiner au four pendant 15 à 20 mn. Servez bien chaud.

Le conseil d'Anne-Sophie
À la fin de l'étape 1, la quantité de bouillon à ajouter à la queue de bœuf est juste indicative... Le but est d'obtenir un mélange assez souple, surtout pas sec. À vous d'ajouter ou de retirer du bouillon pour obtenir la consistance désirée.