

WOODY ALLEN
Sur le
tournage
de son film
secret à Paris
 Pages 52-53

Sébastien Lecornu au JDD :
 « Nous avons besoin de
 100 000 militaires réservistes »
 Pages 16-17

YAËL BRAUN-PIVET :
 « IL FAUT UN METOO
 DE L'ENFANCE » Pages 24-25

COUPE DU MONDE : LES BLEUS SANS BENZEMA Pages 38-39

LES JOURS EXCEPTIONNELS jusqu'au 18 Novembre
 Des prix exceptionnels dans toutes les collections.

rocheboboïs PARIS

Liste des magasins Roche Bobois participant à l'opération sur www.roche-boboïs.com
 OUVERTURE EXCEPTIONNELLE DE DIMANCHE 20 NOVEMBRE

Le Journal du Dimanche

MYLÈNE FARMER

« J'ai failli tout arrêter »

La chanteuse sort vendredi un nouvel album. Fin de vie, foi, culte du secret, Salman Rushdie, suite de sa carrière, elle se confie comme jamais

Pages 4 à 6

MARCEL HARTMANN POUR LE JDD



FRANZ-OLIVIER GIESBERT

Photo: F. Maréchal / G. Gallimard

LA BELLE ÉPOQUE

« Chaque chapitre est une fusée. C'est un feu roulant où se conjuguent la grande histoire contemporaine et l'expérience personnelle de FOG. »
 Jacques Julliard, Marianne

Gallimard

France métropolitaine : 2,20 € / BEL : 2,40 € / CH : 3,70 FS / DOM : 3,20 € / REU : 3,20 € / ESP : 2,80 € / LUX : 2,40 € / MAR : 27 MAD / PORT cont. : 3,20 € / TUN : 9 DIN

Plaisirs Gastronomie

GARE AU GARUM

CONDIMENT Issu de la fermentation des entrailles de poisson, c'est un exhausteur de goût antigaspi et iodé

On n'en avait plus entendu parler depuis des siècles. Il a fallu un album d'Astérix et Obélix pour ressusciter le garum, ce condiment présent dans toutes les cuisines antiques. Dans l'album des irrésistibles Gaulois *Astérix et la Transitalique* (2017), on assiste ainsi à une course de chars désopilante, sponsorisée par une marque fictive, Garum Lupus, autoproclamée « condiment des champions ». Dans la réalité, cette drôle de marque sortie de l'imagination des auteurs de BD Ferri et Conrad aurait pu exister : le garum était bien l'un des produits alimentaires les plus courus de l'Antiquité.

Cette sauce fermentée en plein soleil, à partir d'entrailles de poisson, de sel et de patience, était aussi forte par l'odeur que par sa concentration de saveurs. Elle était très prisée des cuisiniers qui l'utilisaient à toutes les sauces, salées et sucrées, pour donner du goût à leurs plats. Le condiment, trop intense pour les palais délicats, est ensuite tombé en désuétude, sauf en Asie, où l'on trouve sa cousine, la sauce nuoc-mâm, et en Italie, la colatura. Voici qu'il devient à nouveau la coqueluche des jeunes chefs étoilés, déjà adeptes de la lactofermentation. Très bon pour la santé et la flore intestinale, le garum les séduit aussi par son côté antigaspi, puisqu'il permet de recycler les carcasses et les os de viande, ainsi que les arêtes et les parures de poisson, au lieu de les jeter.

Dans les sauces

C'est le Noma à Copenhague qui a, entre autres, lancé sa résurrection, en réinventant des centaines de garum en presque vingt ans. « Nous avons amélioré le processus en utilisant des ingrédients locaux pour extraire les saveurs les plus profondes des produits animaux ou végétaux : des ailes de poulet aux champignons et toutes sortes de légumes », explique-t-on dans ce restaurant qui a été premier du classement des « 50 Best Restaurants » du monde. Si le principe de base ne change pas – il faut mettre du sel dans des protéines et les laisser mariner à 60 degrés pendant deux à trois semaines –, les chefs de la nouvelle génération ont décidé de s'approprier la technique et de la faire évoluer.

Ils ont ainsi gagné du temps en rajoutant du koji, un ferment qui va accélérer la décomposition des protéines (on passe de plusieurs mois à deux ou trois semaines), et font des essais avec d'autres produits que le poisson : « C'est plus qu'une simple fermentation, explique Thomas Graham, passé par le Noma et à la tête des fourneaux du Mermoz à Paris. Il a un goût fort, salé et caramélisé qui donne une profondeur sans pareille aux plats. » Le chef en ajoute dans les sauces et a mis au point des garums de crevettes, de volaille, de cèpes, de thon rouge et de croûtes de parmesan ! « Je le mets dans des artichauts à la juive, dans une mayonnaise d'œufs mollets et même dans un flan, en dessert. »

« Le ketchup des Romains »

« Le garum apporte une très grande longueur de goût, estime aussi Florent Pietravalle. Cela fait deux ou trois ans qu'il est réutilisé et il devient un vrai marqueur de la cuisine actuelle. » Le chef étoilé de La Mirande à Avignon l'a découvert en Italie, en goûtant des pâtes cuisinées au colatura, une macération à base d'anchois. « Je l'ai reproduit puis j'ai imaginé des garums de langoustines, de poule ou d'encornet. La version de chaque chef

est unique, cela permet de personnaliser notre cuisine. » Florent Pietravalle en glisse dans son plat signature, le caviar garum de bœuf-raïfort, mais aussi dans un pigeon dont le jus est déglacé au garum de café, qu'on appelle « shoyu » car

il est végétan. Avec cette façon de cuisiner, le chef réalise une chaîne de recyclage parfaite en réutilisant le marc de café, qui sert déjà de nutriment aux champignons qu'il fait pousser dans la cave du restaurant.

On peut acheter son shoyu de champignons chez Maison Dehesa, ainsi que le garum de bœuf du chef Omar Dhiab et celui de sardines du chef Sébastien Tantot (20 euros). « C'était le ketchup des Romains, mais, aujourd'hui, c'est un véritable « élixir d'Umami », constate Florence Châtelet, fondatrice de Maison Dehesa, spécialisée dans les produits issus de la fermentation. Le garum des chefs, très concentré, est vendu en pipette car il suffit d'en mettre très peu dans une sauce pour révéler tous les arômes. » Selon la recette de Thierry Marx, il fera des merveilles, mélangé à du miel, pour déglacer une poêle de légumes. De quoi faire saliver Obélix. ●

CHARLOTTE LANGRAND



La fondatrice de Maison Dehesa, Florence Châtelet, spécialisée dans les produits issus de la fermentation.
DANIELE D'ANGELO



Garum de thon Maison Dehesa sur un anchois.

Le LATE AVEC Alain Chabat

DÈS DEMAIN 22:55

TF1

© Eléonore JEANNERET / TF1