

TENDANCE

Le «finger food» a la cote. Un concours professionnel lui est d'ailleurs consacré pour la première fois en Suisse.

À DÉGUSTER DU BOUT DES DOIGTS



Dans la cuisine de **MELINA**

Notre maman nous l'a dit et répété: «On ne mange pas avec les doigts!» Les bonnes manières sont intraitables sur la question, un vrai repas se déguste avec un couteau et une fourchette, un point c'est tout. Et pourtant, faisant fi de ces grands principes, le «finger food»

(ou nourriture que l'on mange avec les doigts) a le vent en poupe. Conférences, réunions de travail ou soirées entre amis, rares sont les événements, petits ou grands, où les petites verrines, cuillères apéritives ou encore petits-fours ne remplacent pas un repas classique servi à table.

PRATIQUE ET CONVIVAL

«Un buffet de «finger food» a beaucoup d'avantages, dans le cadre d'une réunion professionnelle par exemple, explique Bernhard Aebersold, président de l'Association romande des artisans boulangers-pâtisseries. Lors d'un repas «classique», on

ne peut parler qu'avec ses voisins de table. Dans un buffet, on circule en parlant avec plus de monde, c'est un vrai gain de temps et de qualité de communication. En plus, le «finger food» permet de déguster différents petits plats, différentes textures, différents accords. Il est faux de penser

que «finger food» égale fast-food. Il est tout à fait possible de faire rimer bouchées apéritives avec qualité.» Et, dernier avantage du «finger food», il facilite l'organisation d'un repas entre amis. En effet, s'il demande peut-être un peu plus de préparation en amont, il permet de

rester avec ses invités pendant le repas. Plus besoin non plus de trop s'inquiéter des préférences alimentaires de ses amis puisque, dans la diversité des bouchées proposées, tout le monde peut y trouver son bonheur. Bref, le «finger food» c'est tendance et pratique!

Et avant de découvrir les bouchées des professionnels au 1er Finger Food Trophy à Beaulieu (voir encadré), cinq artisans romands proposent une recette simple, créative et goûteuse d'une de leurs bouchées. A tester au plus vite, avec les doigts! ■

Melina Schröter

Vous avez une question?

Posez-la-nous par e-mail à: cuisine@lematin.ch

ou par SMS: envoyez LM CUISINE au 700 (20 ct./SMS) suivi de votre question

www.lematin.ch/melinacuisine

CUILLÈRE DE FOIE GRAS SUR COMPOTE DE POMMES ET FIGUES*

Pour 20 cuillères
Pour le foie gras:

200 g de foie gras de canard cru
Madère

Sucre

Sel, poivre

Pour la compote:

1 pomme pelée et coupée en petits cubes
(de préférence acidulée)

2 cs de sucre

2 figes sèches coupées en petits morceaux

¼ dl de jus de citron

Pain aux fruits

■ Le foie gras: dégorger le foie gras 2 heures

dans de l'eau froide puis ouvrir les lobes et retirer délicatement les nerfs. Déposer dans une assiette creuse puis assaisonner au goût avec les ingrédients. Tasser dans une terrine et laisser macérer au frigo durant une nuit. Préchauffer le four à 120 degrés.

Déposer la terrine dans une lèche-frérite et remplir d'eau (bain-marie) puis glisser dans le four, éteindre et laisser 30 minutes. Poser une planchette sur la surface, presser et laisser en pression au frigo pendant 24 heures.

■ Pour la compote: caraméliser le sucre dans une poêle (sans le mélanger) puis verser les cubes de pommes, le jus de citron et les quartiers de figes. Cuire à feu doux jusqu'à ce que l'eau des pommes soit évaporée. Réserver au froid.

■ Montage: déposer sur le fond une tranche de pain aux fruits (de chez votre boulanger, éventuellement toastée). Ajouter une quenelle de compote de fruits puis une tranche de foie gras coupée (tremper la lame dans de l'eau chaude avant de découper le foie gras). Donner un petit tour de moulin avec du poivre noir et un peu de fleur de sel. Décorer avec un quartier de pomme.

■ Note: on peut simplifier en utilisant du foie gras cuit venant d'une épicerie fine ou d'un boucher.

* Médaille d'or au Swiss Bakery Trophy 2010

Boulangerie Saudan, route de Villars 38, 1700 Fribourg. www.boulangerie-saudan.ch



PHOTOS: YVAIN GENEVA

TENTATION VANILLE-RHUBARBE*

Pour 12 pièces

Compote de rhubarbe:

175 g de rhubarbe

80 g de sucre

Jus de ½ citron

Crème vanille:

100 g de lait

1 jaune d'œuf

20 g de sucre

8 g de féculé

½ bâton de vanille

Coulis de fraise:

50 g de fraises

Jus de ¼ de citron

8 g de sucre

Pâte sucrée

Fraises (déco)

Boulangerie Taillens, Crans-Montana (VS)

■ Compote: laisser macérer la rhubarbe coupée en dés dans 20 g de sucre durant une nuit.

Presser à travers un tamis pour enlever l'eau contenue dans la rhubarbe.

Ajouter le sucre restant (60 g) et le jus de citron et cuire à ébullition. Laisser refroidir.

■ Crème vanille: porter le lait à ébullition avec le bâton de vanille entaillé.

Battre le sucre, le jaune d'œuf et la féculé.

Verser le lait chaud sur ce mélange et recuire tout en mélangeant jusqu'à ce que la crème soit liée.

■ Coulis de fraises: porter le lait à ébullition avec le bâton de vanille entaillé.

Battre le sucre, le jaune d'œuf et la féculé.

Verser le lait chaud sur ce mélange et recuire tout en mélangeant jusqu'à ce que la crème soit liée.

■ Montage: foncer le fond des tartelettes de pâte sucrée et les cuire.

Badigeonner le fond des tartelettes de chocolat pour garder le croquant.

Garnir le fond d'un peu de coulis de fraises, y mettre un peu de fraises coupées en dés.

Remplir les fonds de compote rhubarbe et lisser.

Dresser une pointe de crème vanille.

Garnir avec des quarts de fraise dans les angles.

* Création de Jean-Luc Spano

Boulangerie-Pâtisserie Taillens, av. de la Gare, 3963 Crans-Montana. www.boulangerietaillens.ch



FINGERFOOD AU WAKAMÉ

Pour 18 pièces

160 g de farine paysanne

1cc de levure

½ cc de malt

½ cc encre de seiche

1 cc sel

Wakamé (algues)

Beurre

100 cl d'eau

■ Mélanger tous les ingrédients sauf le sel pendant 5 minutes en première vitesse.

■ Ajouter le sel et mélanger le tout pendant 5 minutes en deuxième vitesse.

■ Détailler la pâte (15g/pièce) puis la façonner en ronds.

■ Cuire les ballons pendant une bonne demi-heure à 200 degrés pendant 8 - 12 minutes.

■ Une fois cuits, tartiner de beurre et farcir les ballons avec du wakamé.

* Création de M. César Nicollier

Boulangerie-Pâtisserie Wölfisberg, place du Temple 5, 1227 Carouge. www.wolfisberg.org

Boulangerie Wölfisberg, Carouge (GE)



FEU D'ARTIFICE

Pour 15 pièces

125 g de pâte à tresse ou à brioche

15 cc de purée de tomates épicée (paprika, piment, origan...)

15 cc de sauce tartare

15 tranches de pastrami

1 courgette

1 carotte

2 poivrons

Gruyère râpé

Boulangerie Aebersold, Morat (FR)

■ Séparer la pâte en 15 petites boules et les répartir dans 15 moules comme par exemple des moules à muffin. Laisser lever.

■ Mettre une cc de purée de tomates épicée sur chaque boule de pâte puis une pincée de gruyère râpé. Enfournier 10 minutes dans un four préchauffé à 230 degrés.

■ Pendant ce temps, détailler les légumes en julienne très fine. Les mélanger.

■ Etaler les feuilles de pastrami sur le plan de travail et tartiner chacune d'un peu de sauce tartare.

Répartir deux pincées de légumes sur chaque tranche de pastrami en laissant dépasser d'un côté. Rouler serré.

■ Lorsque les boules de pain ont refroidi, les entailler en croix sur le dessus puis glisser dans cette entaille un rouleau de pastrami, légumes qui dépassent en haut.

Boulangerie-Pâtisserie Aebersold, Hauptgasse 40, Morat. www.nidelkuchen.ch



FOURCHETTE DU TERROIR JURASSIEN

Pour 20-30 pièces

Pâte:

80 g d'eau bouillante

60 g de farine fleur

100 g d'ail des ours frais

20 g d'huile d'olive

60 g de glucose

150 g de féculé

50 g de farine fleur

40 g de beurre

Sel

Beurre moussé

Tête de Moine

Tomate, basilic grec (pour la déco)

■ Pistou: mixer l'ail des ours, l'huile d'olive et une pincée de sel. Réserver.

■ Pâte: bien mélanger l'eau bouillante et la farine (60 g). Ajouter 15 g de pistou d'ail des ours, le glucose, la féculé, 50 g de farine, 40 g de beurre et 3 g de sel. Pétrir à la main jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse.

■ Étendre la pâte à 2 mm et découper une forme de fourchette à dessert. Déposer la fourchette en pâte sur une véritable fourchette beurrée afin de conserver les courbes originales.

Cuire à feu très doux (env. 170°) durant une vingtaine de minutes.

■ Dressage: aromatiser du beurre moussé (travaillé au fouet après avoir été ramolli quelques minutes à température ambiante) avec un peu de pistou d'ail des ours (au goût). Le placer dans une poche à douille. Dresser sur chaque fourchette en pâte une rosette de beurre moussé aromatisé.

Piquer une rosace de Tête de Moine dans le beurre. Décorer de trois bâtonnets de tomate et d'un brin de basilic grec.

Note: le pistou restant peut être conservé quelques jours au frigo ou plusieurs mois au congélateur, par exemple dans des moules à glaçons pour en avoir des petites portions.

Hofmann Boulangerie, Grand-Rue 26, 2732 Reconvilier. www.boulangerie-hofmann.ch



PREMIER SWISS FINGER FOOD TROPHY

CONCOURS

Zapping gustatif mais aussi visuel, le «finger food» est à la mode. Au point que cette année l'Association romande des artisans boulangers-pâtisseries et l'Académie suisse du Boccuse d'Or ont décidé de lui organiser un concours, le Swiss Finger Food Trophy.

Un concours qui se déroulera dans le cadre du Comptoir Suisse 2011, au Palais de Beaulieu. Durant cinq jours, des équipes de trois artisans (1 cuisinier, 1 pâtissier-confiseur et 1 boulanger) confectionneront des bouchées à déguster avec les doigts, suivant des critères imposés: chaud et froid pour les cuisiniers, petits-fours, friandises et pralinés pour les pâtisseries et variations de pains farcis pour les boulangers. Seul impératif commun à tous les «finger food» proposés: pouvoir se manger en maximum deux bouchées, debout et en n'employant qu'une seule main. Les visiteurs du Comptoir pourront ainsi admirer les recettes imaginées par les artisans mais aussi les voir travailler puisque, comme dans les autres grands concours gastronomiques, le travail se fera en public. L'occasion de découvrir la créativité, la minutie et la passion des artisans boulangers-pâtisseries helvétiques.

Swiss Finger Food Trophy 21 au 25 septembre 2011 Comptoir Suisse 2011, Palais de Beaulieu

Rens. www.swiss-fingerfood-trophy.ch ou www.beaulieu.org