

La rhubarbe, un légume au dessert

Rustique A Fribourg, plus précisément au Vully, la rhubarbe est reine. Avec l'été pluvieux et quand même ensoleillé de l'année 2014, elle arrive sur les marchés, plus douce que les autres années.

Isabelle Bratschi

isabelle.bratschi@lematindimanche.ch

Fruit ou légume, sucrée ou salée, verte ou rouge? La rhubarbe joue l'équilibre entre douceur et acidité. Elle s'apprécie en dessert, mais peut aussi s'inviter en chutney légèrement piquant avec un foie gras. Premier légume de printemps cultivé en plein champ, la rhubarbe 2015 s'annonce hors pair. «En mars, avec les nuits froides, du gel et beaucoup de bise, nous avons commencé la récolte un peu plus tard que les autres années, explique Alexandre Javet, maraîcher à Sugiez (FR). Mais depuis la semaine dernière, c'est parti. Et je peux vous dire qu'on aura une très belle qualité et ce jusqu'à mi-juin, avec une rhubarbe plutôt douce.»

La rhubarbe a pris ses aises depuis des décennies dans la région du Vully grâce à un climat agréable, à des sols légers exposés au sud, d'où une belle exposition au soleil. Alexandre Javet récolte 1500 à 2000 kilos chaque jour. Sur ses 21 hectares consacrés aux céréales, betteraves sucrières et raisins, sept sont réservées à la rhubarbe. «On n'arrête pas, ajoute-t-il. Le matin, on s'occupe de la récolte et on fait tout à la main. Il faut arracher les tiges au ras du sol, couper les feuilles que l'on réutilise pour le compostage.»

Riche en vitamine C

Un savoir-faire ancestral pour cette plante herbacée de la famille des polygonacées utilisée en médecine par les Chinois et amenée en Europe par les Anglais via la Russie par le fleuve Rha, qui désigne la rivière Volga. D'où le nom de rhubarbe.

Riche en potassium, en phosphore et en vitamine C, elle est connue pour ses propriétés curatives. «La rhubarbe a une réputation de plante laxative, justifiée par la présence d'anthraquinone, souligne la diététicienne Laurence Margot. Un autre acide contenu dans la tige, l'oxalique, perturbe l'absorption du calcium et du fer au niveau de l'intestin. Les feuilles de rhubarbe en sont d'ailleurs si riches qu'elles sont toxiques.»



Tiramisu à la rhubarbe

Ingrédients (pour 4 personnes)

400 g de rhubarbe
200 g de sucre
3 c.s. de sirop de fraise
1 dl d'eau
100 g de biscuits à la cuillère
2 œufs
200 g de mascarpone
2 dl de crème

Préparation

Eplucher la rhubarbe, la détailler en dés. Faire mijoter avec la moitié du sucre, à couvert, jusqu'à tendreté. Laisser refroidir. Diluer le sirop dans l'eau, en imbiber les biscuits. Casser les œufs en séparant les blancs des jaunes. Travailler les jaunes avec le reste du sucre au fouet électrique jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajouter le mascarpone. Fouetter la crème, monter les blancs d'œuf en neige. Les incorporer successivement à la préparation au mascarpone. Répartir la moitié des biscuits dans le plat. Recouvrir du tiers de la compote de rhubarbe, puis y étaler la moitié de la crème au mascarpone. Répartir le reste des biscuits par-dessus, puis un tiers de la compote et terminer avec le reste de la crème. Laisser reposer au frais environ 3 h. Avant de servir, garnir du reste de la compote de rhubarbe. Recette tirée du site internet: www.saison.ch

Dans la rhubarbe, on ne mange que les tiges. Attention, ses feuilles sont toxiques!

Christian Fischer/iStock

A ces vertus s'ajoute l'atout écologique. «La rhubarbe est un légume rustique, résistant, reprend Alexandre Javet. Il ne demande aucun traitement phytosanitaire.» Bien qu'elle reste pour certains un peu chère, le maraîcher promet que le prix va baisser au fil des semaines. La rhubarbe indigène est peut-être plus onéreuse que celle de Hollande qui arrive en Suisse par bateau, bénéficiant d'une culture forcée dans le noir, comme les endives. «Elles ont une très belle couleur rose, mais leurs feuilles sont toutes petites. Séduisantes, elles ont parfois un goût de cave, de renfermé.»

Compote et chutney

Bien qu'elle fasse partie des légumes, la rhubarbe se consomme principalement en dessert. Frédéric Kondratowicz, chef du restaurant de l'Hôtel de Ville à Fribourg, aimait les manger, gamin, comme des bonbons, juste trempés dans du sucre. La tradition veut que la rhubarbe se prépare généralement en

compote, en gâteau ou en confiture avec beaucoup de sucre pour compenser son acidité. Tradition que le chef Pierrot Ayer respecte avec sa rhubarbe pochée aux fraises.

D'autres s'aventurent dans le salé. Stéphane Décotterd, du Pont de Brent (VD), donne sur son site Internet la recette d'une papillote de foie gras de canard à la rhubarbe. Il prépare aussi une vinaigrette à la rhubarbe dans laquelle le vinaigre ou le citron sont remplacés par un jus de rhubarbe obtenu en mixant les tiges. Sur marminton.org, il est question de curry à la rhubarbe qui accompagne le poulet, de mayonnaise à la rhubarbe aigre-douce, idéale avec des crevettes ou encore d'un chutney légèrement acide qui se marie avec les viandes ou les poissons.

Un festival sucré salé qui enchante les papilles. Encore faut-il savoir si on opte pour la verte ou la rouge... «Le consommateur la préfère rouge à l'œil, l'imaginant plus sucrée, explique Alexandre Javet. Mais il n'existe pas de différence au niveau du goût. Lors d'une dégustation à l'aveugle, celle qui avait remporté tous les suffrages était la moins belle... verte tachetée et mouchetée.» ●

Gourmandises de Monika Gysin



Hôtel de l'Ours

Cheffe de cuisine à l'Hôtel de l'Ours, à Sugiez (FR), Monika Gysin propose une cuisine maison et de saison, comme la rhubarbe. Un pur plaisir.

L'endroit est romantique à souhait. Les patrons Catherine et Martin Angst Mao ont le souci du détail pour le plaisir de leurs hôtes. Il fait bon s'arrêter à l'hôtel de l'Ours, dans le restaurant ou au coin brasserie, pour goûter à la cuisine de Monika Gysin qui remporte un joli succès avec 14 points au Gault & Millau. Ses spécialités: les filets de perche de la région, la tête de veau, sauce ravigote, le suprême de poularde au maïs et... ses desserts à la rhubarbe.

Compote et sorbet «En ce moment je propose tout simplement une compote à la rhubarbe avec une boule de vanille et de la chantilly, explique Monika

Gysin. Pour cela, il faut juste couper la rhubarbe en petits dés, la mettre dans une casserole, ajouter du sucre et laisser mijoter une dizaine de minutes. Il ne faut surtout pas ajouter d'eau, sinon vous obtiendrez une soupe.

Je confectionne aussi un gâteau au séré et à la rhubarbe qui reste léger, avec une pointe acidulée. J'aime également servir un sorbet à la rhubarbe pour accompagner une tartelette aux fraises. Un accord parfait.

Je tiens de ma mère la recette d'une compote de rhubarbe et crème à la vanille, le tout cuit dans un moule avec des biscottes et servi comme une tourte.

A la ferme familiale, dans la campagne bâloise, les rhubarbes poussaient chaque année, toujours à la même place. Nous adorions attendre la bonne saison pour en faire des confitures, des tartes ou des compotes. Dans la région du Vully, nous avons de la chance d'avoir une rhubarbe exceptionnelle.

Chutney Côté salé, la rhubarbe peut être utilisée en chutney pour accompagner une terrine, un foie gras ou un suprême de poularde.»

Hôtel-Restaurant de l'Ours, Catherine et Martin Angst Mao, route de l'Ancien-Pont 5, Sugiez (FR). Tél. 026 673 93 93, www.hotel-ours.ch

Un vin Le traminer

A Praz, Franziska et Jean-Daniel Chervet du domaine à leur nom, proposent un traminer avec la rhubarbe.

La famille Chervet cultive les vignes du domaine depuis cinq générations. Avec technique et maîtrise, leurs vins sont autant de belles découvertes.

Epices douces «J'ai choisi un traminer pour accompagner un gâteau à la rhubarbe, explique Jean-Daniel Chervet. Ce vin



Hans-Peter Siffert

blanc a peu d'acidité ce qui contrecarre celle de la rhubarbe. Il est souple et floral avec des notes de roses déclinantes et un soupçon d'épices douces. On sent des arômes de lychee et de mangue.

Le traminer est originaire du Tyrol du Sud, avant d'être adopté en Alsace. Mon père en a planté dans le Vully dans les années cinquante. Notre millésime 2014 sera mis en bouteille début juin.»

Domaine Chervet, ruelle des Gerles 6, Praz (FR). Tél. 026 673 17 41, www.domainechervet.ch