

Le Mag

Le Matin Dimanche | 24 juillet 2016



Pêche de chefs

Pages 34-35



Séries TV Fini «Bones» ou «The Good Wife». Et leurs héroïnes en font les frais **39**

Cuisine Saveur de fraise, de chocolat... la menthe égaie bien des recettes **44**

Balade Au départ de Morgins, les yeux sur la vallée et les Dents-du-Midi **50-51**



Les meilleurs poissons

Terrasses Brochet en croûte de sel, pizza à la bondelle, perche fumée ou boya grillée, truite au bleu ou friture de carpe, quatre chefs nous font saliver.

Textes: Isabelle Bratschi
isabelle.bratschi@lematindimanche.ch
Photos: Yvain Genevay

La féra ou la palée, l'ombre, l'omble chevalier, la perche, la truite, la bondelle, le brochet, le sandre, la lotte sont les rois de nos lacs. Entiers, en filets, fumés, en quenelles, en papillote ou juste grillés, ils font le bonheur des gastronomes. Certains sont courants, comme la perche ou la féra, dite aussi palée du côté de Neuchâtel, d'autres beaucoup plus rares comme la lotte, dont les spécialistes apprécient le foie.

Sur les terrasses estivales, les pieds dans l'eau ou presque, les poissons se dégustent tous dans un lieu qui leur correspond. La truite et son côté sauvage vers le lac de Joux ou au bord du Doubs, dans le Jura. La bondelle à Neuchâtel, qui prend une couleur d'or une fois fumée. Le sandre, que l'on apprécie pour sa chair très fine et ses joues, au bord des lacs de Biemme, de la Gruyère, de Neuchâtel ou de Morat.

Le Léman livre son lot de perches chaque année, mais ne parvient pas à satisfaire tous les clients des restaurants. Alors on la partage, la remplace souvent avec des poissons venus d'Europe de l'Est. «On en pêche entre 200 et 300 tonnes par an. Le problème, c'est que l'on en consomme beaucoup plus», explique Patrick Moleins, pêcheur et patron du restaurant Les Fourneaux du Manège, à Onex (GE). Une table qui fait la part belle aux brochets, surnommés «requins d'eau douce», dont la chair est exquise. «Aujourd'hui, on en pêche sur l'ensemble du lac Léman en moyenne 38 tonnes par an, dont 30 en Suisse. Le brochet est le plus gros carnassier du lac. Il faut en manger avant qu'il ne boulotte tout.»

Mille tonnes de féra par an

La féra est le poisson le plus pêché, à raison de mille tonnes annuelles. «Elle est planctophage et se nourrit de planctons organiques ou animaux, reprend Patrick Moleins. Son mode de vie pélagique fait qu'elle vit au large entre cinq et trente-cinq mètres de profondeur, dans la partie la plus propre, la plus saine du lac.» Sa chair un peu fade demande de l'attention. «Elle est toujours en osmose avec les ingrédients. En tartare, en croûte de sel, fumée... Travailler la féra, pour les cuisiniers, c'est exceptionnel. C'est le poisson phare, son seul souci c'est la cuisson. Trop cuite, elle devient immangeable.»

Pour apprécier tous ces poissons comme il se doit, il est important de bien choisir le décor. La truite se déguste dans des auberges à l'ancienne qui font la part belle à cette spécialité, tel Le Theusseret, un ancien moulin posé sur le Doubs, la Verte Herbe, un peu plus loin, ou encore l'Hôtel du Doubs. La perche, elle, s'invite souvent dans les cabanes et les buvettes des plages et des ports romands. Accompagnée de frites, salade et sauce tartare, les enfants adorent.

Quatre chefs nous convient dans leurs établissements à la découverte de quatre poissons qu'ils aiment particulièrement apprêter. ●

La perche de Philippe Delessert à l'Auberge de la Gare, Grandvaux (VD)



► «Filets de perche du lac». Méfiez-vous, car si la loi veut qu'il s'agisse du plan d'eau le plus proche, bien des restaurants utilisent cette vague phrase pour servir des perches importées d'Espagne, d'Estonie ou d'autres pays de l'Est. A l'Auberge de la Gare, à Grandvaux (VD), c'est clair. Il y a les deux, à deux prix différents. Filets de perche frais du Léman meunière ou aux amandes, salade mesclun, pommes frites ou pommes nature, sauce tartare, à 41 francs, ou la même chose mais avec des perches importées, à 36 francs. «Je ne triche pas, sourit le chef Philippe Delessert, qui affiche 13 points au Gault Millau. Tous les jours, j'en reçois du lac, mais pas assez, alors je poursuis avec des perches plus lointaines.»

Préparées dans les règles de l'art, à savourer sur leur belle terrasse face au Léman avec le train qui passe devant, juste pour nous tenter de voyager. «Je les sale, les poivre, les trempe dans un peu de crème et de farine avant de les rôtir dans un mélange de beurre et d'huile. Je les fais à la minute pour qu'elles ne

sèchent pas.» Sa charmante épouse, Raymonde Delessert, conseille de les déguster avec des vins blancs vaudois, tels un Calamin de Hegg & Fils, à Eppesses, ou un chardonnay de Constant Jomini, à Chexbres.

Parfois, et c'est l'une des merveilles du Léman, Philippe Delessert propose, au menu du jour, ce qu'on appelle la boya. Il s'agit tout simplement d'une perche qui a grandi, très recherchée des connaisseurs. Toujours avec cette envie de surprendre, le chef est en train de mettre au point, avec un pêcheur, de la perche fumée. Pour l'heure, c'est un brochet fumé de manière artisanale par l'Armoire à Brume, à Servion, proposé en tartare, qui régale ceux qui y goûtent. «Je l'agrémenté d'huile d'olive et de citron et je le sers dans une boîte à sardine.» Ici, vous serez toujours agréablement surpris et, comme c'est inscrit sur les T-shirts, des serveurs: «On est pas sorti de l'auberge». Auberge de la Gare, rue de la Gare 1, Grandvaux (VD). Fermé du 5 au 25 août. Tél. 021 799 26 86, www.aubergegrandvaux.ch

La truite de Claude-Alain Cachot à l'Hôtel du Doubs, Goumois (JU)



► Dans le Jura, déguster la truite au bord du Doubs est une tradition. Une coutume qui a cependant changé il y a de nombreuses années. Devenue trop rare pour satisfaire la demande, elle provient désormais de piscicultures. «Quand j'avais 10 ans, mon père pouvait encore proposer des truites du Doubs à ses clients, de l'ouverture à la fin de la pêche, explique Claude-Alain Cachot, qui tient le Restaurant-Hôtel du Doubs, à Goumois. L'auberge existe depuis 1855 et les truites ont toujours été notre spécialité.»

Ici, à deux pas de la rivière, bercé par son doux clapotis, on mange d'excellentes truites arc-en-ciel. «On les fait au bleu, à la manière du Jura. On les trempe dans un court-bouillon quelques minutes. Une fois qu'elles sont cuites, on les sort et on verse dessus un beurre noisette avec des fines herbes. Elles sont servies avec des pommes vapeur.»

Et de préciser qu'il est normal et même préférable qu'elles se présentent tordues et un peu cassantes. «Certains clients sont parfois étonnés, mais je les rassure en leur expliquant que c'est un signe de

fraîcheur. Elles sont sorties de notre vivier, tuées et pochées. Elles se tordent car les muscles sont encore un peu chauds.» Une fois dans l'assiette, elles gardent leurs beaux reflets bleutés. Claude-Alain Cachot recommande de les accompagner d'un vin blanc ou d'un œil-de-perdrix de Thierry Grosjean, du Château d'Auvernier (NE).

L'établissement propose une autre spécialité de la région, très recherchée des connaisseurs: la friture de filet de carpe. «Pendant longtemps, les carpes ont souffert de la réputation d'avoir un goût de vase, car elles vivent dans les étangs. Aujourd'hui, ce n'est plus le cas. A la pisciculture, ils les mettent dans des bassins pendant quinze jours, elles dégorgent et le goût de vase disparaît. C'est un très bon poisson.»

Claude-Alain Cachot, pêcheur, sait de quoi il parle. Son bonheur à lui, c'est de regarder les truites dans le Doubs, parfois de les pêcher et de les relâcher.

Hôtel du Doubs, rue Principale 16, Goumois (JU). Tél. 032 951 13 23, www.hoteldudoubs.ch

SONS de nos lacs

Le brochet de Thibault Colin aux Fourneaux du Manège, Onex (GE)



► Les gens viennent de loin pour goûter au fameux brochet cuit entier ou en croûte de sel des Fourneaux du Manège, à Onex (GE). Une merveille de finesse, une chair délicate à la texture ferme et fondante, juste nappée d'un beurre blanc. Oubliées les idées reçues comme quoi le brochet a le goût de vase ou qu'il est si rempli d'arêtes qu'on ne peut en faire que des quenelles.

Les connaisseurs, eux, ne s'y trompent pas, le brochet est bien le roi du lac. «C'est surtout le plus grand carnassier et prédateur du Léman, précise le patron Patrick Moleins, qui tient les Fourneaux du Manège avec sa compagne Sophie et son bras droit Stéphane Clément.

Il faut en manger car lui dévore tout sur son passage. Il se planque dans les herbiers où il y a peu d'eau, peut y rester des heures sans bouger et lorsqu'un banc de perches passe par là, il n'en fait qu'une bouchée.

Il peut manger chaque jour son poids en poissons et atteindre 20 kilos. C'est pourquoi je dis volontiers que l'on fait de l'écologie en dégustant du brochet.»

Encore faut-il réussir à le préparer, et veiller à ne pas trop le cuire. «Sinon il sèche et devient dur, souligne le chef Thibault Colin. Le brochet est un poisson délicat. J'aime le cuisiner entier afin de garder toute l'onctuosité de la chair. Je le snacke en premier, puis le termine délicatement au four. Ou alors je le fais en croûte de sel.»

Le déguster sur la terrasse des Fourneaux du Manège, au bord de la fontaine, en regardant les chevaux aux alentours est un pur bonheur. Le savourer avec quelques bons vins genevois, tel qu'un scheurebe de Marc Ramu du domaine du Clos des Pins, à Dardagny, ajoute encore au charme.

Ici les poissons sont rois. Les patrons étaient pêcheurs avant que Patrick Moleins ne cède sa place à son fils, Ludo. Ainsi le festival lacustre se poursuit avec la féra dans tous les états, en croûte de sel, en gelée, en chips et même en crème brûlée. Juste sublime. **Les Fourneaux du Manège, route de Chancy 127, Onex (GE). Fermé du 1er au 15 août. Tél. 022 870 03 90, www.fourneauxdumanège.ch**

La palée de Richard Lambelet à la Buvette du Port, Saint-Blaise (NE)



► C'est une petite buvette tout en bois posée au bord du lac de Neuchâtel. Un de ces coins populaires super-sympas où il fait bon manger en famille ou entre amis. Ici, la spécialité est la palée, plus connue dans les autres cantons romands sous le nom de féra. Et elle est servie en deux façons. «A la neuchâteloise ou en tartare, précise le chef Richard Lambelet. Pour la première préparation, on cuit la palée dans un court-bouillon maison, réalisé avec un fond de poissons pour donner du goût, et on la nappe d'une sauce neuchâteloise au vin blanc. Le tout accompagné de pommes nature. Pour la deuxième, on le sert cru et, depuis quatre ans, il reporte en joli succès en été, quand il fait chaud. Pour réussir, il faut

bien relever ce poisson blanc assez fade avec, pour la base, de la coriandre, des échalotes, du citron et de l'huile d'olive. On le fait tout simple, pour ne pas dénaturer le goût, avec des frites, des toasts et une salade. En toute fin de saison, nous pouvons avoir de temps à autre du caviar de palée. C'est très bon, très fin.»

La buvette ayant les pieds dans l'eau, les poissons y viennent presque à la nage. «C'est un pêcheur d'Hauterive qui nous les apporte, reprend Richard Lambelet.» Connaisseur, le chef conseille d'accompagner son tartare de palée d'un chasselas du domaine Saint-Sébastien, à Saint-Blaise, d'un pinot gris bio de Christian Rossel, à Hauterive, ou d'un pinot blanc

de la cave des Hironnelles, à Praz (FR).

Cette année, la buvette fête ses 20 ans avec des surprises pendant l'été. Sous une forme particulière, elle fait aussi honneur au poisson typique du canton de Neuchâtel, la bondelle. Un poisson qui change de couleur une fois fumé, une délicatesse de la région qui ravit les gourmets. «Nous proposons une pizza à la bondelle fumée. Elle donne un bon goût. Après quelques essais, quelques tâtonnements, on s'est rendu compte que ce mariage était très intéressant. Et ça plaît beaucoup.»

Buvette du port de Saint-Blaise (NE). Tél. 032 753 51 21, www.la-buvette.ch