

Une racine qui monte au nez

C'est la haute saison du raifort, un condiment originaire de l'est et du sud-est de l'Europe, dont le piquant donne du peps à une sauce autant qu'à un potage ou à un beurre composé. Idées et conseils.

TEXTE JOËLLE CHALLANDES

En voilà un qui cache bien son jeu. Bien qu'il ne soit pas jaune mais blanc une fois nettoyé, épluché et râpé, le raifort monte au nez autant que la moutarde... D'où son surnom de moutarde des Allemands, l'Allemagne étant l'un des trois principaux pays producteurs actuels, avec l'Autriche et la Hongrie. Comme cette dernière, le raifort appartient aux brassicacées, tout comme le wasabi, son cousin japonais. Riche en vitamine C et en potassium, le raifort a plusieurs atouts. Si l'on aime les saveurs piquantes, on aurait tort de se priver de cette racine originaire de l'est et du sud-est de l'Europe.

Durant les Fêtes, associé à la crème, cet assaisonnement de caractère accompagne très bien le saumon fumé et relève un potage. Mais pas uniquement. David Chamoso, directeur du Lab à Corseaux (VD) qui organise des ateliers culinaires en misant sur les produits de saison, l'utilise de plusieurs manières. Une sauce au raifort froide (*voir la recette ci-contre*) se marie selon le cuisinier aussi bien avec les crudités qu'avec une fondue chinoise ou de poisson. Autres suggestions: râper un peu du condiment dans une vinaigrette ou l'intégrer à un beurre café de Paris, que l'on dégustera avec un poisson en papillote. Enfin, David Chamoso mêle le raifort à un fond de veau, qu'il dresse sur un grenadin. «L'important est d'éviter de faire revenir le raifort râpé comme une échalote et de le laisser infuser assez longtemps dans la sauce», précise le professionnel.

Avec ou sans citron

Le jus de citron s'avère utile pour éviter l'oxydation du raifort. David Chamoso l'utilise uniquement à

cette fin, en frottant avec un morceau de la racine coupée en attendant le prochain apprêt. Mais les accords piquants acides sont tout à fait envisageables, à l'image d'huîtres à la crème, au raifort et au citron.

Dans de bonnes conditions, à l'abri de la lumière, le raifort se conserve très bien. Patrick Nusslé, acheteur auprès de la société Giovanelli de Frauenfeld (TG), qui livre pour Coop, indique qu'en cave, enveloppé dans du sable humide, cette racine a une durée de vie de plusieurs mois. Il précise qu'à la maison, on peut congeler des bâtonnets de raifort épluché et en faire décongeler un avant de le râper sur un mets au moment où l'on en a besoin. A plus court terme, dans le bac à légumes du frigo, David Chamoso conseille d'emballer le raifort non pelé dans du film alimentaire puis dans un sachet de congélation, histoire de le préserver au mieux.

En le mangeant, on aura une pensée pour ceux qui l'ont cultivé. Cette plante nécessite beaucoup de travaux à la main, en plein champ. «Pendant la phase de croissance, il faut notamment éliminer les pousses latérales indésirables une à une», nous explique Patrick Nusslé.

Enfin, pour prévenir un refroidissement, une recette de grand-mère aurait fait ses preuves avec une cuillère à café de raifort râpé à avaler chaque jour, éventuellement additionné d'un peu de miel pour la douceur! ●

Raifort issu de l'agriculture conventionnelle: disponible durant les Fêtes dans tous les points de vente Coop pour 1 fr. 50/100 g

On consomme la racine du raifort, dont les propriétés piquantes saisissent nez et yeux lorsqu'on la râpe.

Sauce au raifort

Recette de David Chamoso
Pour 8 personnes

INGRÉDIENTS

- 180 g de crème acidulée ou de mayonnaise
- ¼ de bouquet de persil
- 1 cs de raifort râpé
- 1 cc de moutarde de Dijon

PRÉPARATION

Mettre la crème acidulée ou la mayonnaise dans un bol. Hacher le persil et incorporer avec le raifort et la moutarde.