

RECETTE

Asperges vertes au thé Genmaicha

LA CHEFFE



Isabelle Jeangros est une habituée de cette chronique et du marché de Gland. Elle a pour habitude de le traverser avec son vélo électrique pour rejoindre son domicile Pranginois, de partager avec des commerçants du marché ses découvertes en cuisine et son expérience de l'apiculture. Elle aide son mari qui s'occupe d'un rucher depuis 20 ans avant de retrouver son atelier personnel où elle a installé machines à tricoter et métier à tisser.

Voici une façon ultrasimple et très originale d'apprêter les asperges vertes locales qui arrivent tout doucement sur les étals des marchés. Le croquant des asperges al dente s'acoquine à l'étrange saveur du thé vert japonais Genmaicha. Ce thé «pop corn» est composé de feuilles de thé vert et de grains de riz brun savamment grillés. C'est ce qui lui donne une saveur très originale que l'on ne retrouve dans aucun autre thé.

INGRÉDIENTS POUR 6 PERSONNES (ENTRÉE) OU 4 (PLAT PRINCIPAL)

- 1 dl d'huile de tournesol,
- 2 cuillères à soupe de thé Genmaicha Finest
- 50 g de pignons de pin
- 1 kg d'asperges vertes
- 200 gr d'épinards

La recette

Préparez l'huile parfumée:

dans une petite casserole, mettre l'huile et le thé. Chauffez à petit feu jusqu'à formation de petites bulles. Réservez. Dans une petite poêle, mettre un peu d'huile, faites dorer les pignons en remuant sans cesse jusqu'à ce qu'ils soient dorés.

Mettez sur du papier absorbant et saupoudrez légèrement de fleur de sel.

Dans un wok, faites revenir les asperges parées et coupées en morceaux dans un peu de beurre ou de ghee (beurre clarifié). Ajouter un peu de bouillon de légumes. Lorsqu'elles sont presque cuites, mais encore croquantes, ajoutez les épinards et faites les revenir quelques minutes. Salez et poivrez.

Répartissez les asperges sur les assiettes, parsemez de pignons et arrosez d'huile parfumée en prenant un peu de feuilles de thé et de riz soufflé.

L'info proximité

Tout dans cette recette repose sur la qualité des ingrédients qui ont été choisis. Les épinards suisses sont déjà bien présents sur les étals, les asperges locales, telles que celles produites à Gland à la Petite Lignière, arrivent début avril. Le thé Genmaicha est un des thés verts japonais parmi les moins chers. On le trouve par exemple à Gland chez Fine Tea Trading Company au prix de 13,60 francs les 100 gr. ●

INFO

Marché de Gland
place de la Gare, en hiver 16-19h, jusqu'au 11 avril. Les marchés d'été reprennent le 18 avril!



Le croquant des asperges al dente s'acoquine parfaitement à l'étrange saveur du thé vert japonais Genmaicha. DR

Des glaces porteuses d'espoir

LUSSERY-VILLARS Elle lance sa propre marque de délices givrés 100% locaux via «crowdfunding». Rencontre avec Stéphanie Moreau.

CLÉMENTINE ALEIXENDRI
clementine.alexendri@lacote.ch

Les amateurs de plaisirs givrés peuvent se réjouir: des glaces artisanales confectionnées avec le bon lait de la ferme et les petits fruits des producteurs d'ici pourraient bientôt sortir de turbines pour se retrouver – toute l'année – sur les tables et dans les épiceries de la région. Et ce, à l'initiative d'une femme, Stéphanie Moreau, restauratrice de métier et ancienne tenancière de La Croix Blanche à Lussery-Villars, non loin de Cossonay.

Résilience

«Un cancer m'a contrainte à abandonner mon restaurant il y a un an. Depuis, j'ai eu le temps de réfléchir à mon avenir et j'ai eu envie de créer ma propre marque de glaces 100% locales pour offrir une alternative aux consommateurs adeptes de proximité et de circuits courts, explique la jeune entrepreneuse de 30 ans, à la santé encore fragile. Recommencer avec un restaurant serait tout simplement impossible. Je vais mieux aujourd'hui mais je dois tout de même disposer d'horaires souples pour pouvoir me rendre à l'hôpital quand il le faut. Je compte reprendre ma vie professionnelle petit à petit, sans brusquer les choses.»

Pourquoi des glaces? «J'en fabriquais déjà depuis quelques années pour les clients du restaurant qui avaient l'air de bien les apprécier», sourit la jeune «gelataia», diplômée d'une école hôtelière en France, son pays d'origine, qu'elle quitte en 2006 pour un premier emploi à Colombier-sur-Morges. «Comme mon com-

LA FOULE MOBILISÉE

Lancée il y a deux semaines sur la célèbre plateforme suisse www.wemakeit.ch, la campagne de financement participatif de Stéphanie Moreau court jusqu'au 11 avril prochain. Les internautes désirant soutenir le projet peuvent faire un don avec ou sans contreparties à l'adresse suivante: <https://wemakeit.com/projects/les-folies-de-mamie>. Un bac de glace de 500 ml sera par exemple offert pour tout don de 15 francs. Une visite du futur laboratoire et une dégustation de glaces seront également proposées pour tout don de 50 francs. ● CAL



Stéphanie Moreau espère pouvoir lancer rapidement la production de ses glaces réalisées avec le lait frais de la ferme de Jérémie Guerry, son compagnon, et les petits fruits de la région. SIGFREDO HARO

pagion Jérémie est producteur de lait à Lussery-Villars, poursuit-elle, je me suis dit qu'il pourrait

«C'est une manière de valoriser le lait écoulé chaque mois.»

STÉPHANIE MOREAU
FONDATRICE DES «FOLIES DE MAMIE»

être intéressant de valoriser autrement les 40 000 à 50 000 litres qu'il écoule par mois en proposant un produit encore peu présent sur le marché, payé équitablement aux producteurs», éclaire l'ancienne restauratrice qui projette de marier le précieux liquide aux petits fruits de Senarclens et d'Eclépens, notamment. «Le restaurant m'a déjà permis de tisser des liens étroits avec des producteurs de la région. C'est donc eux que je suis allée voir en premier, même si je suis toujours à la recherche de nouvelles collaborations.»

Hommage à mamie

Le nom de ces délices givrés est déjà tout trouvé: «Les folies de Mamie», clin d'œil à la grand-mère bourguignonne de Stéphanie Moreau qui lui a insufflé la

passion de la cuisine et des bons produits.

«La plupart de nos recettes sont prêtes et nous disposons déjà d'un local de 50m² à Penthalaz, situé à 3 kilomètres de la salle de traite, local que nous sommes en train de mettre aux normes, précise la jeune femme qui proposera une vingtaine de parfums, tous de saison, condition sine qua non pour garantir la fraîcheur des produits. Il ne nous reste plus qu'à acheter le matériel (ndlr: pasteurisateur, turbine à glace, cuve, frigo, congélateur), pour pouvoir commencer la production et espérer vendre nos premières glaces en début d'été.» Du matériel qui coûte cher, 40 000 francs, une somme difficile à réunir pour la

jeune femme et son compagnon qui ont déjà essuyé de nombreux refus de la part des banques.

Dès lors, quoi de mieux que le financement participatif pour espérer glaner rapidement les fonds nécessaires à la concrétisation de leur projet (lire encadré).

«C'est aussi dans l'intérêt des consommateurs de voir se créer une marque de crèmes glacées locales réalisées à base de produits de qualité, sans injection d'air ou d'agents artificiels comme le font les industriels. J'espère donc que les personnes intéressées par la mise sur le marché d'un tel produit nous apporteront leur soutien, aussi modeste soit-il», relève Stéphanie Moreau. ●

DES GLACES «0 KM» À GLAND

Sensible à la distance parcourue par les produits qu'il travaille, le glacier artisanal «Bougainvillier», installé depuis onze ans à Gland, s'est donné pour mission de privilégier au maximum les productions locales. «Nous utilisons depuis dix ans le lait des Laiteries réunies de Genève jusqu'à ce que nous découvriions qu'il y avait une ferme laitière au domaine des Avouillons, à Gland, relève Patrick Berthet, directeur. Si les produits dont nous avons besoin se trouvent à proximité de chez nous et qu'ils sont de bonne qualité, pourquoi aller les chercher ailleurs?»

Cette année, l'artisan a décidé d'aller encore plus loin dans sa démarche en élaborant une gamme de glaces «0 km» composée exclusivement de produits gandois. «Quatre parfums seront proposés: une «fior di latte» réalisée avec le lait des Avouillons, comme pour toutes nos glaces, une autre à laquelle nous ajouterons le miel de Bernard Holzer et deux autres confectionnées avec les fruits du domaine de La Petite Lignière», détaille-t-il. Des glaces à déguster le mercredi 13 juin dans le cadre du marché hebdomadaire de Gland. ● CAL

PUBLICITÉ

MAGIC TOMATO.CH
 Vos courses locales livrées le jour même!

15.- OFFERTS*
 livraison gratuite

*pour votre 1^{ère} commande d'un montant minimum de 60.-