

Fines gueules

C'est le printemps, the mini artichaut must go on!

Tendres et sans foin, les artichauts taille XS peuvent être mangés en entier... ou presque! Suggestions

Annick Jeanmairet

Les plus petits ne dépassent pas la taille d'un abricot, tandis que les plus gros atteignent tout juste celle d'une pêche. Chaque année au début du printemps, ils arrivent par cagettes entières d'Italie, où on les nomme *carciofini*, pour... petits artichauts. On ne peut certes pas en faire des bouquets (ils sont dépourvus de queue), mais on peut jongler avec, tant ils sont ronds. Ronds, violacés et surtout très tendres, car cueillis très jeunes, avant que le foin ne les envahisse. Du coup, on peut les manger en entier, ou presque, et les traiter en véritables légumes. «Pour respecter leur intégrité, il faut les travailler le moins possible, explique Pierre Secrétan, le jeune chef de L'Epicentre, à Plainpalais. Il suffit de retirer les premières feuilles (les plus dures), de couper leur extrémité, puis de les sauter à l'huile d'olive, taillés en lamelles, en deux ou en quartiers. Ainsi, on conserve tout leur croquant.»

Ensuite, on peut les faire dialoguer avec d'autres légumes printaniers, comme les fèves et les petits pois. Ou, comme le propose actuellement le chef, composer une assiette façon Laurel et Hardy, où les petits sont juste poêlés et les gros (*les fameux Camus, lire ci-dessous*) cuisinés en tartare, en mousse et en émulsion. Le cuisinier aime également les associer au poisson. «Mais attention, il faut partir au Sud. J'imaginer mal l'artichaut avec de la truite. Par contre, avec de la bonite ou du rouget, c'est magnifique!»

Un régal avec la charcutaille

Autre accord majeur: les produits charcutiers. «En compagnie de jambon cru ou de lard de Colonnata, c'est un régal.» Le lard fait d'ailleurs partie de la célèbre recette provençale des artichauts à la barigoule, sorte de ragoût mijoté au vin blanc et parfumé au thym. «Il est vrai que la marjolaine et le thym, en particulier le thym citronné, se marient fort bien avec l'artichaut. Mais personnellement, je garde un grand souvenir d'un plat dégusté en Toscane, où ils étaient mijotés avec du saucisson et de la sauge», poursuit le jeune chef.

«Le mariage avec la charcuterie est surtout pratiqué en Toscane et en Emilie-Romagne. Mais dès que l'on s'éloigne des terres et que l'on se rapproche des côtes, on



Pierre Secrétan, le jeune chef de L'Epicentre, décline gros et petits artichauts en une assiette, façon Laurel et Hardy. OLIVIER VOGELSANG

passer aux produits de la mer. En Sicile par exemple, on associe les artichauts aux anchois», précise Angelo Citiulo, chef de La Closerie, à Cologny.

Comme la plupart des Italiens, il est tombé dans l'artichaut quand il était tout petit. «Chez nous, c'est une véritable culture. Du reste, je ne crois pas qu'il existe ailleurs qu'en Italie un apéritif à base d'artichauts!» Outre la célèbre boisson, chaque région a ses apprêts («à la romaine», «à la napolitaine», «à la sarde», etc.), et souvent ses propres variétés. Certaines sont même labellisées IGP (indication géographique protégée) comme le *brindisino* des Pouilles ou le *carciofo di Paestum*, spécialité de la

Campanie. D'autres variétés sont soutenues par le mouvement slow food, comme le petit *violetto di Sant'Erasmo*, cultivé sur une île proche de Venise et cuisiné avec les crevettes de la lagune.

Un bouton de fleur

Quant aux *carciofini*, ils sont vraiment typiques du printemps. «Chez moi, dans les Pouilles, on en met partout, crus ou cuits. Mais je me souviens que lorsque je suis arrivé à Genève, beaucoup de gens pensaient que c'était juste de la décoration», rigole Pierre Secrétan. Qui rappelle au passage que l'artichaut est une plante dont nous consommons la fleur lorsqu'elle est

encore au stade de bouton. Dans son restaurant, il apprête les *carciofini* en salade, en risotto ou en compagnie d'agneau. «L'agneau et l'artichaut, c'est aussi un grand classique du sud de l'Italie. Mais l'un des apprêts les plus traditionnels, c'est les *carciofini sotto l'oglio*, en bocal, à l'huile d'olive. A l'époque, on n'avait pas de frigo, c'était un moyen de les conserver et d'en profiter tout au long de l'année. Désormais, on le fait pour des raisons purement gastronomiques. Dans les régions du centre de l'Italie, ils sont généralement servis en *anti-pasto*, avec de la charcuterie et du fromage.» Mais pour qui n'a jamais goûté aux artichauts taille XXS, le chef italien conseille

de commencer par les déguster crus, taillés à la mandoline en fines lamelles, avec un peu de sel, de poivre, un trait d'huile d'olive et quelques gouttes de jus de citron. «Si on décide de les cuire, il faut soit les faire revenir rapidement à l'huile d'olive, soit les frire. Leur croquant s'y prête fort bien», souligne le cuisinier, qui aime aussi les intégrer à une *frittata*, sorte de tortilla à l'italienne garnie de légumes de saison. Et si on veut surprendre ses invités, on peut aussi, comme le suggère encore le marmiton, revisiter les spaghettis alla carbonara en troquant la *pancetta* contre des *carciofini*: «C'est tout aussi goûteux, mais beaucoup moins gras!»



L'artichaut poivrade

Appelé aussi violet de Provence, c'est un artichaut de petite taille à la forme allongée, cultivé du printemps jusqu'à l'été et vendu généralement en bouquet. Il est principalement produit dans le sud-est de la France, mais les Bretons se sont aussi lancés dans sa culture. Comme les «*carciofini*» italiens, ces jeunes artichauts sont très tendres et dépourvus de foin. On peut donc également les déguster crus, avec un trait d'huile d'olive et un peu de fleur de sel. C'est ce qu'on appelle en Provence «les artichauts à la croque au sel». Dans la même famille, signalons aussi le violet du Roussillon, cultivé dans les Pyrénées-Orientales, troisième région productrice d'artichauts en France.



Le camus de Bretagne

C'est l'artichaut avec un grand A, bien rond et bien lourd (jusqu'à un demi-kilo), celui que l'on mange feuille par feuille avec de la mayo avant de se délecter de son divin cœur. Coluche disait de lui que «c'est le seul plat que quand t'as fini de manger, t'en as plus dans ton assiette que quand tu as commencé». Un vrai légume de pauvre, donc, créé en 1810 et cultivé en Bretagne, la plus grosse région productrice d'artichauts en France (80% du volume total). La saison du camus commence à la fin du printemps et se termine en octobre. Et s'il aime la bonne franquette (mayo, vinaigrette), il ne dédaigne pas le chic, à commencer par le foie gras et la truffe, qui s'entendent parfaitement avec son «cul».



L'épineux de Sardaigne

C'est l'artichaut préféré d'Alain Ducasse, par ailleurs grand fada de ce légume. Comme son nom l'indique, le «*spinoso*» est pourvu de redoutables épines, qui cachent un cœur... d'artichaut! Pour preuve, malgré sa taille moyenne, on peut le consommer tout cru tant il est tendre. Il se caractérise par sa forme oblongue et sa saveur très fine, oscillant entre douceur et amertume. En Sardaigne, sa saison commence dès décembre pour se terminer en mai. On le trouve aussi sur la côte ligure (région de Gênes), sous le nom de «*spinoso d'Albenga*». Alain Ducasse l'apprête en salade, en compagnie de fèves, d'oignons nouveaux, d'huile d'olive, de jus de citron et de copeaux de parmesan.



L'artichaut romain

Sa forme rappelle le camus, mais sa taille est plus modeste. De plus, il n'est pas vert, mais violacé. C'est l'artichaut typique du Lazio, la région de Rome, où il est aussi nommé «*mammola*» et «*carciofo romanesco*». Sa saison commence au début de l'année et se termine généralement en mai. Il est à l'origine de la mythique recette des artichauts à la juive, un incontournable de la cuisine romaine. Dans cet apprêt, il est baigné deux fois dans l'huile: une fois à l'étouffée, tout doucement, puis une deuxième fois rapidement fritté dans de l'huile bouillante. Au final, il est à la fois tendre et croquant. Un must! Textes: AJ/Photos: Vogelsang, DR.