



Photos Bassam Jreidi

La spécialiste des odeurs, Caroline Reverdy, humant un cappuccino d'asperges.

Senteurs

DU NEZ À L'ESTOMAC

◆ **Menu de Pâques** La table s'annonce bien garnie ce week-end. Nos papilles s'en réjouissent, mais elles ne sont pas les seules. L'odorat joue un rôle capital dans l'appréciation des mets. ——— JOËLLE CHALLANDES

Une cocotte d'agneau fumante, un flan d'asperges dorant au four, un mélange de chocolat et de beurre fondant à feu doux. Fermez les yeux et pensez aux senteurs que diffusent vos spécialités de Pâques préférées, celles que vous dégustez depuis toujours. Ça y est, vous avez l'eau à la bouche! C'est normal: «Les odeurs sont très fortement liées à la mémoire émotionnelle et donc à des souvenirs d'enfance», indique la parfumeuse alimentaire Caroline Reverdy, établie à Neuchâtel.

De passage aux Laboratoires culinaires de sa ville ce mardi après-midi, une école de cuisine pour gourmets ouverte en

septembre dernier, elle y rencontre les responsables associées Inga Aellen et Laetitia Vifian Benoit, affairées à élaborer une entrée pour Pâques mettant en vedette les œufs et les asperges (*découvrez la recette en page 41*). L'éveil de la nature réjouit et inspire le trio féminin. «J'adore la magie des odeurs florales en ce moment», s'enthousiasme Caroline Reverdy.

L'odorat détecte les arômes

Experte en saveurs et en senteurs, elle a choisi ce métier comme une évidence. «J'ai grandi à la campagne, dans le Beaujolais, avec les fruits et les légumes du jardin. Nous sommes tous très gour-

mands dans ma famille. Mon grand-père avait quelques vignes et je sais depuis toujours que l'odorat est un sens capital.» Elle nous explique qu'en dégustant un mets, sa partie aromatique remonte jusqu'au nez, par un phénomène que l'on nomme «rétro-olfaction». Les papilles ne perçoivent que les saveurs: sucré, salé, acide, amer et *umami* (terme japonais évoquant un saveur proche du bouillon de bœuf). «C'est l'odorat qui détecte les arômes d'un aliment. C'est pour cette raison que l'on trouve la nourriture insipide lorsqu'on a un rhume», image Caroline Reverdy.

Nous ne sommes pas tous égaux face au fumet d'un repas. «Car on n'est



Les conceptrices des Laboratoires culinaires de Neuchâtel, Inga Aellen (à g.) et Laetitia Vifian Benoit, aiment décliner un légume de multiples façons.

... pas équipé de la même manière au niveau neuronal détaille la spécialiste. Par ailleurs, les odeurs changent de personnalité selon leur concentration. La sensibilité de chacun fait qu'il les perçoit de manière différente.»

Culture et habitudes en jeu

Et qu'est-ce qui fait qu'on aime ou non les effluves de tel ou tel plat? «Des études montrent que c'est lié à la fois à sa culture, mais aussi à ses habitudes alimentaires. Plus on déguste une spécialité, mieux on l'appréciera au fil du temps du point de vue olfactif et gustatif.»

Lorsqu'elle pense à Pâques, Inga Aellen voit et sent le *mazurek*, la pâtisserie traditionnelle de cette fête vraiment importante en Pologne, son pays d'origine: «Il s'agit d'un gâteau en pâte sablée, avec diverses garnitures. La version au caramel est très populaire.»

Cette année, la quadragénaire mangera chez sa belle-mère. Elle amènera l'entrée aux œufs et aux asperges qu'elle maîtrise grâce aux Laboratoires culinaires. Avec ceci, elle préparera selon l'envie du moment un cappuccino d'asperges: «Il faut mixer des asperges cuites dans un bouillon avec un peu de gewurztraminer. Puis servir ce liquide surmonté d'un espuma de lait et de poivre dans une verrine. C'est à la fois joli et succulent!» Un petit plus sur la table qui fera du bien au nez et au palais... ●



DUO D'ASPERGES, ŒUF EN CROQUETTE PIMENTÉE ET ESPUMA

Recette des **Laboratoires culinaires, Neuchâtel**

Pour 4 personnes
Réalisation: 40 min

Ingrédients

- ⇒ 4 œufs bio 63 g + 4 jaunes
- ⇒ 12 asperges vertes
- ⇒ 12 asperges blanches
- ⇒ 2 cs d'huile de sésame toastée
- ⇒ 2 cs d'huile d'olive
- ⇒ farine blanche
- ⇒ 5 dl de bouillon de légumes
- ⇒ 1 cs de jus de citron
- ⇒ 1 cc rase de lécithine de soja (pour épaissir l'espuma)
- ⇒ 4 tranches de lard paysan
- ⇒ 2 dl de lait entier
- ⇒ 40 g de panko (chapelure asiatique)
- ⇒ 2 l d'huile pour friture
- ⇒ sel et poivre noir du moulin
- ⇒ ½ dl de vin blanc de type gewurztraminer
- ⇒ 3 cc de paprika fumé, pimentón
- ⇒ 1 cs de vinaigre de vin

Préparation

Laver les asperges. Écussonner les asperges vertes et éplucher les asperges blanches. Couper chacune à env. 10 cm de la pointe et réserver les pointes. Couper les pieds des asperges vertes en rondelles, à la mandoline. Faire mariner avec les pointes à température ambiante dans un filet d'huile de sésame et un peu de poivre du moulin. Dans une poêle, faire sauter les asperges vertes dans un peu d'huile d'olive jusqu'à coloration. Ajouter 2,5 dl de bouillon de légumes et poursuivre la cuisson jusqu'à ce que les asperges soient fondantes. Ajouter un filet de jus de citron, poivrer et réserver. Émincer les pieds des asperges blanches en rondelles. Les disposer dans une casserole avec les pointes et couvrir de bouillon de légumes. Blanchir 10 min. Disposer les tranches de lard

Avez-vous déjà pané des œufs? La recette ci-dessous explique comment procéder.

saupoudrées d'une pincée de pimentón sur une plaque recouverte de papier sulfurisé, couvrir d'une deuxième feuille de papier sulfurisé et passer au four, fonction grill à 200 °C pendant 10 min. Laisser refroidir.

Faire cuire les œufs dans de l'eau bouillante vinaigrée pendant 4 min. Les sortir de la casserole et les passer sous l'eau froide. Les écailler en vous aidant d'une cuillère à soupe et les essuyer.

Battre les jaunes d'œufs dans un bol, saler légèrement et ajouter une cuillère à café de pimentón. Répéter l'opération avec la farine dans un deuxième bol. Disposer la chapelure dans un troisième bol. Rouler les œufs cuits dans la farine, puis dans les jaunes d'œufs et enfin dans la panure. Bien les enrober. Préchauffer la friteuse à 160 °C (ou un bain d'huile dans une casserole). Faire dorer les œufs dans l'huile quelques secondes jusqu'à obtention d'une belle coloration dorée. Éponger et réserver.

Faire chauffer le lait dans une casserole, ajouter le vin blanc et la lécithine de soja. Faire mousser à l'aide d'un mixeur plongeant. Dresser les asperges vertes et blanches en damier sur une assiette. Poser au centre l'œuf en croquette. Ajouter les tranches de lard coupées en quatre, les rondelles d'asperges et parfumer à l'aide de l'espuma de gewurztraminer.