

Valence

Les fèves régaler les papilles

À la Maison Grizlaw, le chef Eric Richard cuisine les produits locaux et de saison. Actuellement il propose une poule pressée aux fèves. Ce légume oublié de nos fourneaux se déguste de mille manières.

« La fève annonce le printemps et les beaux jours, comme les asperges. Voilà un légume qui se mange cru ou cuit, frais ou séché, avec un large panel de recettes délicieuses et faciles à réaliser. » Eric Richard, le chef cuisinier et propriétaire associé de la Maison Grizlaw à Valence, aime ce légume oublié « qui peut se manger comme des haricots plats, la cosse comprise ». Sur la carte du restaurant, un pressé de poule aux fèves permet d'apprécier pleinement la légumineuse. Vous pouvez les cuisiner « crues, avec un filet d'huile d'olive, un jus de citron et du sel, à condition d'être ultra-fraîches. On peut les faire façon houmous en remplaçant les pois chiches par des fèves. À l'apéro, c'est original et délicieux. En fait, on peut assaisonner les fèves à sa convenance ; elles se marient avec toute sorte d'épices et de condiments. »

Version sèche, les fèves



À la Maison Grizlaw, à Valence, ambiance cabinet de curiosités et confort vintage, le chef cuisinier Eric Richard propose un pressé de poule aux fèves. Photo Le DL/Fabrice Antérieur

composeront un cassoulet ou un ragoût excellent.

● Crue, cuite, fraîche, sèche

Comment définir le goût des fèves ? « Son goût est doux et ressemble à celui des petits pois, en un peu plus farineux », répond le cuisinier.

Pourquoi les fèves sont-elles les oubliées de nos fourneaux ? « Les gens cuisinent moins et ce légume demande

un peu de préparation », reconnaît Eric Richard. Car il faut enlever la peau pour mieux l'apprécier. Pour cela, le chef cuisinier propose de les blanchir une minute trente dans une eau qui vient de bouillir, feu éteint ; ce qui facilite l'épluchage.

Le pressé de poule aux fèves restera sur la carte du restaurant jusqu'à la mi-juin. « Nous changeons nos cartes toutes les cinq semaines, explique le

chef cuisinier. Nous avons ouvert le restaurant il y a cinq ans et nous en sommes à notre 35^e carte. C'est un bel exercice que nous effectuons de façon collégiale avec toute l'équipe (cinq en cuisine et cinq en salle). Nous avons la chance d'avoir des pépites dans la Drôme, en matière de légumes, de vins, de viande. »

Côté vin, Maison Grizlaw affiche 1 000 références. « Avec les associés, nous sommes des

À TABLE!

► Sur le web

Retrouvez tous nos articles concernant la gastronomie en scannant ce QR code et dans notre magazine culinaire À Table ! Saveurs et savoir-faire de nos terroirs.



passionnés de vins », confie Eric Richard. Le sommelier Jérémy Langrenier veille sur ce beau trésor que les clients peuvent découvrir sous leurs pieds en entrant dans la salle de restaurant. Fromages, pains et desserts sont issus de belles références : Philippe Rigolot, champion du monde de pâtisserie 2005, fromagerie Mons à Lyon, boulangeries Guillet et Obringer à Valence.

● Frédéric Faÿs

Pressé de poule aux fèves

Pour 8 personnes
Préparation : 30 min
Cuisson : 1 h 30

★ 1 poule entière de 1,4/1,5 kilo
★ 1 kilo de fèves (ou plus si on adore les fèves) ★ 1 carotte ★ 1 oignon ★ 1 gousse d'ail ★ 1 feuille de laurier ★ Sel, poivre

1. Dans une cocotte, laissez cuire tranquillement la poule pendant une heure et demie, recouverte d'eau avec la carotte coupée en rondelles, la feuille de laurier, l'oignon et la gousse d'ail. Sortez la poule et la laissez refroidir. Enlevez la peau. Effilochez les filets, les cuisses et contre-cuisses. Filtrez le court-bouillon.

Chauffez-le jusqu'à ébullition. 2. Écossez les fèves. Hors du feu, plongez-les dans le bouillon et laissez-les tremper environ une minute et demie. Sortez-les et épluchez-les. Séparez les par moitié et mettez-les dans l'effiloché. Mélan-



Le pressé de poule aux fèves restera sur la carte du restaurant jusqu'à la mi-juin. Photo Le DL/F.A.

gez bien. Ajoutez un peu de bouillon pour éviter que ce soit sec. 3. Dans un moule à cake, mettez un film plastique au fond et versez toute la terrine. Déposez dessus un poids pour assurer l'effet pressé et laissez au moins

24 heures au frigo. 4. Découpez en tranches et servez avec des fèves blanchies au court-bouillon et d'autres légumes, ou encore une salade roquette/pistache/citron/ail. Possibilité d'assaisonner avec du persil, du basilic, du pesto.

Un légume de saison, trop souvent oublié

La saison des fèves est courte. Elle a commencé depuis 15 jours et devrait s'achever début juillet au Gaec du Domaine des Arches, à Mirabel-aux-Baronnies. L'exploitation agricole comprend 27 hectares de culture, dont la moitié en vignes et l'autre moitié partagée entre les arbres fruitiers et le maraîchage. Ici, la culture des fèves se fait sous serre, sur à peine 1 hectare, pour éviter les maladies et les pucerons, et permettre une production précoce dans la saison. « Nous cultivons les fèves depuis toujours », explique Rodolphe Ravoux - un des trois associés du Gaec - qui représente la 6^e génération dans cette exploitation familiale créée en 1851. La production reste minime, entre 300 et 400 kg, par rapport aux autres cultures proposées par la ferme orientée essentiellement sur de la vente directe aux particuliers. « On récolte la demande, en moyenne tous



Rodolphe Ravoux, du Gaec Domaine des Arches. Photo Le DL/F.F.

les jours ou tous les deux jours, pour conserver toutes les valeurs nutritionnelles et les vitamines du légume, souligne Rodolphe Ravoux. C'est un légume peu connu, nous avons des habitués qui viennent en acheter régulièrement. » En projet, pour l'an prochain, l'installation de serres plus grandes consacrées aux fèves, aux petits pois et à d'autres légumes.

● F.F.