

OLIVIER ROELLINGER CHEF CORSAIRE

Si Olivier Roellinger s'est mis aux fourneaux à la suite d'un accident de la vie à seulement 24 ans, la mer l'a happé dès son plus jeune âge. C'est chez lui, en Bretagne, en se frottant aux rochers, en allant à la pêche à pied et aux crevettes, qu'il a goûté ses premières algues. Une saveur iodée qui reste sa madeleine de Proust. Un peu plus tard, Olivier navigue en Irlande et découvre un potage rustique à base d'algues, de pain et de Guinness. Lorsqu'il ouvre son restaurant Les Maisons de Bricourt, le cuisinier poète a une ambition : donner à sa



cuisine le goût du vent ! Ainsi traduit-il sa passion pour l'aventure et la mer à travers une cuisine qui marie poissons, épices et algues. Dans son jardin marin figurent...

La laitue de mer, à la saveur animale et marine, avec un petit goût entre l'oseille et l'épinard. Il conseille de la manger crue avec des carottes râpées, dans une salade ou accompagnée d'une vinaigrette au vinaigre de cidre.

La nori (ou porphyre) contient plus de protéines que le thon et plus de calcium que le lait. Son petit goût fumé évoque un sous-bois marin. À marier avec des œufs brouillés, une béchamel, une sauce pour la volaille.

La wakamé, importée du Japon mais cultivée aujourd'hui en Bretagne, est idéale en salade ou avec du poisson cru. Il l'utilise aussi dans les gâteaux apéritifs.

La dulse, sa préférée, parce qu'elle a vraiment le goût de la vague. Iodée avec une saveur d'huître ou d'oursin en fin de bouche. Parfaite dans un bouillon de légumes aux pétoncles, une soupe ou une nage marine.

Le chef breton fait partager son goût pour les algues dans son restaurant et sa boutique avec un pesto d'algues mélangées, un beurre aux algues, un pain aux algues cuit au feu de bois ou encore une moutarde celtique.

Les Maisons de Bricourt, 1, rue Duguesclin, 35260 Cancale. Tél. : 02.99.89.64.76.

Et sur www.maisons-de-bricourt.com



OSEZ LES PRODUITS IODÉS

Du pain, élaboré en Alsace (ci-dessus) avec des algues déshydratées, idéal, par exemple, toasté avec du beurre salé et des crevettes (3,20 €, Les Délices de Salm). Des salicornes, à cuisiner comme des haricots verts ou pour agrémenter une salade. Du tartare à base d'algues de capres et de condiments, à l'apéritif, à côté de poissons fumés ou pour relever un tartare de poisson (4,45 € et 3,69 €, Christine Le Tennier). Des feuilles de nori séchées, pour faire des sushis et des makis (8,46 €, Sushi Chef). Lafayette Gourmet, 97, rue de Provence, 75009 Paris. Tél. : 01.48.74.15.35.

des algues pour vos papilles

Des chefs réputés comme Olivier Roellinger nous font découvrir les vertus gustatives de ces plantes marines, utilisées aussi en pharmacie et en cosmétique. N. B.

BONNES FEUILLES

Un livre pratique pour répondre aux questions que vous vous posez sur la cuisine aux algues.

● Pourquoi manger des algues ?

Les Japonais le font depuis des siècles, et leur longévité dépend en grande partie de leur alimentation. Avec les algues, nous retrouvons nos origines marines. Côté santé, elles offrent à notre organisme un équilibre parfait en respectant la diététique.

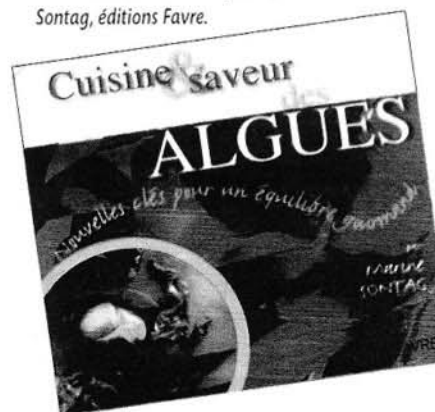
● Quelles sont les algues propres à la consommation ?

Une douzaine (laitue de mer, dulse, nori, haricot de mer, kombu, wakamé...) peuvent être consommées ; les vertes et les rouges peuvent se manger crues, tandis que les brunes doivent être cuites.

● Comment préparer les algues ?

Les réhydrater, les dessaler... Ce livre donne les conseils pratiques essentiels ainsi que des recettes originales comme les saint-jacques en papillote d'algue, la purée de nori et d'oignons rouges, la soupe de courge et wakamé, et même des desserts.

« Cuisine et saveur des algues », de Marine Sontag, éditions Favre.



Plus d'infos sur www.lefigaro.fr/madame