

Rave party en cuisine !

franceculture.fr/emissions/les-mitonnages-de-jacky/rave-party-en-cuisine

Le navet, ce légume racine patrimonial est une mine de recettes pour les jours gris de l'automne et de l'hiver.



• Crédits : *PeopleImages - Getty*

Défense et illustration du navet.

Ode aux navets en cuisine

On commencera par évoquer cette pépite de la gastronomie alsacienne qu'est le navet salé qui est traité exactement comme le chou de la choucroute. La récolte des navets se fait en automne. Ils vont alors passer dans une machine pour être coupés en forme de gros spaghettis, être salés et conservés dans des pots en grés. La lactofermentation se fait en quelques semaines. Après ils peuvent être conservés tout l'hiver et être accommodés comme la choucroute, avec des viandes, des saucisses, des poissons fumés. Un régal.

Pourtant, en cuisine, comme au cinéma, le navet est souvent associé au bide qu'il suscite. Tiens, à midi ou ce soir, lancez donc l'air de rien : « Aujourd'hui, c'est navets pour tout le monde ! ». Sûr que vos convives préféreront désertier la table pour revoir l'intégrale de l'inoubliable Max Pécas (1925-2003) – pour mémoire « On se calme et on boit frais à Saint Tropez » (1987) – qui avait érigé l'art du navet en service à la louche comme le caviar. Que celui qui n'a jamais comaté devant « Embraye bidasse...ça fume ! » un 2 ou 3 janvier arrosé au citrate de bêtaïne nous jette la première rave de l'année.

Franchement, on n'est pas gentil avec le navet. Parce que c'est toujours un peu la même histoire : on mate une jolie botte de racines boules blanche et violette sur l'étal du marché que l'on se dépêche d'oublier dans le bac à légumes du frigo. On y revient, maussade, comme devant la feuille d'impôt en se disant qu'il y a toujours un lendemain pour fricasser le navet. Mais il se rabougrit le bougre quand on l'oublie. Au mieux, il finira dans la soupe. Au pire, sur le tas de compost ou au fond de la poubelle. Résultat, les Français boude le navet (850 g par ménage et par an contre 9 kilos de carottes) alors que l'Hexagone en est le troisième producteur européen, après le Royaume-Uni et l'Italie, avec 55 000 tonnes par an.

On est d'autant plus injuste avec le navet qu'il se donne du mal pour pousser une grande partie de l'année, entre les variétés « précoces », « de saison » et « tardives ». Il existe ainsi plus d'une trentaine de sortes de navets en France qui ont eu les honneurs du Grand dictionnaire de cuisine d'Alexandre Dumas: « Les légumes eux-mêmes ont leur aristocratie et leurs privilèges : il est reconnu que les trois meilleures espèces de navets que l'on peut cultiver sont ceux de Cressy, de Belle-Ile-en-Mer et de Meaux : mais, soit intrigues, soit adresse, ce sont les navets de Freneuse et de Vaugirard qui fournissent aujourd'hui à la consommation de Paris », écrit l'auteur des Trois Mousquetaires dont la cuisine fut l'une des passions.

Des chouchous parmi les navets

Alexandre Dumas aurait pu aussi rendre hommage au navet noir du Pardhailan encore cultivé par une poignée de producteurs sur un plateau du Parc Régional du Haut Languedoc, à une quarantaine de kilomètres de la mer. Les qualités des navets du Pardailhan sont reconnues depuis très longtemps, au point qu'ils ont été mis en conserve à la fin du XIXe siècle et ont obtenu des prix dans les expositions internationales.

Mais après la Seconde Guerre mondiale, l'agriculture a décliné à Pardailhan, et la culture des navets aussi. Quelques producteurs ont cependant maintenu la tradition, vendant eux-mêmes sur les marchés des villes proches comme Béziers et Narbonne. Désormais, il fait partie des Sentinelles du mouvement agroécologique *Slow Food*. Ce sont des communautés de petits producteurs qui préservent fruits, légumes, espèces en voie de disparition, savoirs anciens et territoires. Le navet du Pardhailan possède une chair tendre, délicate, à la saveur douce, comme légèrement sucrée, dont les arômes évoquent la noisette et le pignon.

Moi, j'ai aussi une vraie tendresse pour le navet boule d'or. Rond comme une queue de pelle, il fait le matador avec sa belle robe jaune. C'est à se demander s'il ne fait pas des UV en loucedé. Ne mégotez pas quand vous remplissez votre cabas car le navet boule d'or se mange à toutes les sauces : en soupe, poêlé, en gratin, en salade, en jardinière, en solo ou en compagnie avec une viande, une volaille ou un poisson.

Avant de l'embarquer dans votre panier, vérifiez que le navet est ferme, sans tache, ni flétrissure. Evitez les gros navets, qui ont tendance à être spongieux et filandreux, et ceux qui piquent au nez comme un jet de lacrymo sur une barricade de la rue Gay-Lussac. En cuisine, ôtez les deux peaux du navet avec un couteau d'office et non pas un éplucheur. Vous pouvez le cuire entier (s'il est petit) ou en morceaux à l'eau ou à la vapeur en ajoutant

par exemple une échalote, une feuille de laurier, une branche de thym à l'eau de cuisson. On aime également le couper en fines tranches que l'on fait confire avec des épices, comme le ras-el-hanout, et des herbes (ciboulette, persil plat...), un filet de bonne huile d'olive, le tout à la poêle et à couvert.

Jacky Durand

À découvrir

Tags :

Gastronomie

L'équipe

Production

Jacky Durand

Réalisation

Jean-Christophe Francis

Recevez quotidiennement votre dose indispensable de culture et de savoirs.

Pour vous abonner, saisissez votre adresse email.

