



:37

Et quand je dis le Nooord, je veux dire le grand Nord !

Là où il fait vraiment froid, très froid. Un peu comme en ce moment... Quel rapport avec mon sujet de prédilection me direz-vous ? Et bien justement, c'est la cuisine nordique. Et là, posez-vous la question : Que connaissez-vous de la cuisine nordique ? Surement pas grande chose, comme moi, à part le saumon gravlax (très facile à réaliser maison d'ailleurs, promis ma recette très bientôt), les fameux smørebrød (tartine de pain de seigle beurrée agrémentée de charcuterie, de fromage, de condiments...) ou les boulettes de chez Ikea. Et quand on parle des pays nordiques, de quoi parle-t-on exactement ? Ce sont les questions que s'est posé le chef suédois Magnus Nilsson avant d'entamer un véritable voyage culinaire.

Magnus Nilsson est un chef atypique. Après une formation de cuisinier et de sommelier en Suède, il passe plus de trois ans en France aux cotés de Pascal Barbot à L'Astrance (après un rapide passage à l'Arpège d'Alain Passard). De retour en Suède, il se consacre à la sommellerie et rejoint le restaurant Faviken Magasinet en tant que sommelier avant de prendre les commandes des cuisines un an plus tard. Depuis le restaurant est devenu un vrai phénomène. A plus de 600km au Nord de Stockholm, au milieu de nulle part, le diner est servi à 19h précises pour 16 convives, qui presque tous dormiront sur place, avec un seul et unique menu. Les réservations ne s'ouvrent que deux jours par an et tout est complet en quelques



Magnus Nilsson était de passage à Paris il y a

quelques semaines pour nous présenter son livre, nous expliquer sa démarche, nous expliquer ce qu'est la cuisine nordique. Dans un premier temps il voulait écrire un livre sur la cuisine suédoise exclusivement et c'est, convaincu par son éditrice, que son projet s'est étendu géographiquement. Au final une véritable bible, plus de 700 pages de recettes, d'anecdotes, de savoir-faire parfois agrémentés de petits dessins. Un recueil unique en son genre. Il faut avant tout comprendre, qu'en raison d'un climat hivernal très rude, rien ne pousse pendant les deux tiers de l'année. Très tôt il a donc fallu que les populations s'adaptent, organisent les stocks pour l'hiver, apprennent les méthodes de conservation. Les produits de la chasse et de la pêche sont omniprésents ainsi que les fruits de la cueillette (baies diverses). Le pain tient lui une place prépondérante (mais jamais le pain blanc qui se garde très mal). C'est

ainsi que la cuisine nordique s'est façonnée, adaptée aux conditions climatiques de chaque région.

Bien sûr vous trouverez dans ce livre les grands classiques: les smørebrød, le gravlax, les harengs sous toutes leurs formes, le ragoût de renne, les boulettes de viande, le fameux riz au lait à la danoise, les compotées de fruits rouges et de baies, les biscuits aux épices... mais aussi des dizaines de recettes facilement réalisables et originales. Plus qu'un livre de recettes, c'est un voyage dans le temps, dans la culture, les traditions et les modes de vie des pays nordiques, fruit de plus de 3 ans de recherches.

### **Saumon Gravlax**

Les ingrédients: 1 beau morceau épais de saumon label rouge de 700 à 800gr environ sans peau, 800gr de gros sel gris de Guérande, 150gr de sucre blond, 4 branches d'aneth frais, 1 cuillère à soupe de poivre noir en grains, 1 cuillère à soupe de poivre Sansho en grains, 1 cuillère à soupe de graines de coriandre, 1 cuillère à soupe de baies roses, 1 cuillère à soupe de vodka

Avec une pince à épiler retirez toutes les arêtes du poisson puis le rincer sous l'eau froide. Bien l'essuyer avec du papier absorbant. Etaler les grains de poivres, baies roses et coriandre dans une poêle anti-adhérente et les torréfier quelques minutes sur feu doux. Versez tous les grains dans un mortier, laissez tiédir puis écrasez grossièrement au pilon. Dans un grand saladier, mélangez le sel, le sucre, la vodka, les poivres et l'aneth finement hachée. La consistance doit être celle d'un sable un peu humide. Réservez.



Dans un plat suffisamment long, étalez une longue bande de film plastique alimentaire. Répartir une petite moitié du mélange sel sucre épices sur le film plastique. Poser le filet de saumon puis recouvrir avec le mélange restant. Le saumon doit être entièrement recouvert de sel. Rabattre le film alimentaire pour mettre le poisson à l'abri de l'air. Placer le poisson au réfrigérateur pour la nuit ou une dizaine d'heures (ne pas dépasser 12h de macération sinon votre saumon sera trop salé).

Le lendemain matin, sortez le poisson du film plastique et le passer délicatement sous l'eau froide pour retirer tout le sel et les épices. Essuyez délicatement le filet de saumon dans un torchon propre. Posez le sur une grille placée sur une assiette et le laisser sécher au réfrigérateur pendant une heure environ. Puis l'emballer dans une feuille de papier aluminium jusqu'à son utilisation le jour même.

Au moment de servir, coupez des tranches bien verticales d'un demi centimètre d'épaisseur (contrairement au saumon fumé, le gravlax ne se découpe pas dans la longueur du filet et en fines tranches). Vous pouvez servir ce saumon avec une salade de mâche ou une salade d'endives et accompagné de raifort ou d'une chantilly aromatisée avec un très fin zeste de citron vert par exemple. Je vous conseille de préparer ce gravlax le soir pour le lendemain.

**Natacha Guégo Haas**

*Magnus Nilsson La Cuisine des Pays Nordiques, Ed Phaidon*

- 7 vues

Catégorie

Agenda Culturel