

## vie privée cuisine

### ADOPTEZ LA BONNE CREVETTE-ATTITUDE !

Roses ou grises, on les adore ! Oui, mais voilà, l'élevage de ces délicieuses petites bêtes est accusé d'abîmer la planète. Mode d'emploi écologiquement et gastronomiquement correct, pour déguster quand même.

#### GAMBAS TERRE & MER

Pour 4 personnes.  
Faites sauter 200 g de champignons émincés dans 2 c. à soupe d'huile d'olive. Lavez 100 g de mâche. Assaisonnez-la avec une pointe de vinaigre de xérès, huile d'olive, sel et poivre. Dans une casserole, pochez 12 gambas, 3 à 5 mn, dans un bouillon de légumes chaud, un consommé ou du dashi (bouillon japonais, dans les épiceries asiatiques). Décortiquez-les avant de les arroser d'un trait d'huile d'olive. Servez avec la salade mêlée mâche et champignons.

■ Recette de  
Mauro Colagreco,  
Mirazur à Menton

#### Un succès mondial...

En 2001, la crevette est devenue notre produit de la mer préféré, devant le thon et le saumon. Les raisons de ce succès ?

Une saveur fine, une chair ferme, une « bouchée » facile à manger.

#### ... mais un bilan environnemental catastrophique

Tout n'est pas rose au pays de la crevette ! La pêche des crevettes sauvages (75 % de la consommation) est accusée de détruire les fonds marins. Quant aux 25 % de crevettes d'élevage, elles proviennent de « fermes » industrielles responsables de la disparition des mangroves et d'une pollution massive aux pesticides, antibiotiques et autres fertilisants.

#### L'option « crevette responsable »

Impossible d'y renoncer ? Optez pour des crevettes ou des gambas « responsables » de Madagascar. Sur les étals, on vise :

✓ **Les crevettes bio Oso.** Elles sont vendues cuites entre 20 et 50 € le kilo, selon le calibre, chez les bons poissonniers, ainsi qu'en barquettes préemballées chez Monoprix, au Lafayette Gourmet et à La Grande Epicerie de Paris. Surgelées et crues, elles sont chez Auchan, Intermarché et Système U (environ 20 € le kilo).

✓ **Les crevettes Nossi-Bé Label Rouge.** Chair savoureuse, carapace intacte, traçabilité... Crevettes et gambas sont vendues aux rayons libres-services frais et surgelés chez Picard et dans les grandes et moyennes surfaces (de 20 à 35 € le kilo).



✓ **Les Black Qwehli.** Présentées dans un écrin noir, elles ont conquis le chef Pascal Barbot.

Cuites vapeur, vapeur agrumes ou fumées, elles sont vendues en barquettes préemballées à La Grande Epicerie de Paris (9 € les six).

#### Les bonnes idées des chefs

✓ **Hachées :** en tartare cru ou cuit relevé de jus de citron vert, de coriandre, de piment d'Espelette et curry doux, servi avec une purée d'avocat au Tabasco, sel et jus de citron. A

manger avec une salade d'herbes fraîches : cerfeuil, menthe, estragon... (Jean-François Piège).

✓ **En consommé :** faire pocher les têtes avec citronnelle + feuilles de lime + coriandre + sel + poivre. Servir le consommé filtré bien chaud sur les queues décortiquées (Alain Passard).

✓ **Acidulées :** faire sauter les queues crues à l'huile d'olive, puis les servir sur une brunoise de concombre et une réduction de jus de pamplemousse (Pierre Gagnaire). DANIELE GERKENS

#### LE RESTO DE LA SEMAINE : ROSE BAKERY

Quelques tables dans un endroit grand comme un couloir, cuisine ouverte, no déco radicale... pourquoi est-on aussi nombreux à faire la queue dans un endroit qui ne ressemble à rien ? Parce que Rose Carrarini fait les meilleures tartes salées du monde, parce que son



risotto aux tomates et aux aubergines est toujours nickel, parce que ses légumes rôtis sont absolument irrésistibles, parce qu'elle sait mieux que personne rendre du tofu délicieux (ah, la sauce miso-noix !), parce que ses compotes sont si jolies qu'on n'ose les manger, parce que son crumble aux fruits rouges et ses sablés sont à tomber, parce que l'on repart avec des petites merveilles (muesli, biscuits, chocolat...), parce que tout est bio, parce qu'il était temps qu'elle ouvre, après la rue des Martyrs, une deuxième adresse à Paris ! Merci, Rose. Env. 25 €.

■ 30, rue Debelleye, Paris-3<sup>e</sup>. Tél. : 01 49 96 54 01.

MARIE ZOTTO