

## Tendance

# L'œuf sort de sa coquille

### GOÛT

Symbole de renaissance mais aussi de cycle biologique, l'œuf, pas cher et très accommodant, est pile dans la tendance. À condition de casser un peu son côté lisse.

**BROUILLÉ**, dur, au plat, à la coque, en omelette, en neige, cocotte, poché, Bénédicte, mollet, au lait... L'œuf, sous toutes ses formes, est de tous les plats à la carte du restaurant Coco & Co, une rafraîchissante table parisienne (75006 Paris, tél. : 01 45 44 02 52) où il fait bon caqueter entre poulettes.

L'œuf est à la mode. Et pas seulement dans les cantines girly. Oublié son côté trop lisse, voire populaire. C'est justement son prix accessible et son potentiel de transformation qui l'ont remis sur le devant de la scène culinaire. Car celui qu'on appelle « la viande du pauvre », eu égard à sa richesse en protéines et vitamines, a bel et bien retrouvé ses lettres de noblesse.

### Brouiller les pistes

Preuve qu'il mérite tous les honneurs, les chefs les plus réputés l'ont mis sur le devant de l'assiette. Yannick Alléno, le chef triplement étoilé du Meurice, s'amuse à proposer chaque jour au petit déjeuner une version différente de l'œuf matinal. Il affiche également un faible certain pour les œufs brouillés aux oursins (servi dans la coquille... du fruit de mer) ou, en saison, avec quelques copeaux de truffes blanches d'Alba. À L'Arpège, le chaud-froid d'œuf au sirop d'érable d'Alain Passard est déjà classique. Même travail d'équilibriste au niveau des cuissons pour l'œuf de poule cuit à

basse température de Mauro Colagreco, chef du **Mirazur** à Menton (tél. : 04 92 41 86 86). En ce moment, le jeune chef l'agrément de quinoa et de girolles.

L'important, vous l'aurez compris, est de ne pas cantonner l'œuf à sa coque et de brouiller les pistes. Laissez-le gratiner au four, pocher dans un coulis de légumes, enrichir une salade sous sa forme meurette ou bluffer la tablée sous sa forme soufflé, ennoblir un dessert en sabayon au saké. Et pour résister aux petites faiblesses de cette fin d'hiver, misez sur le lait de poule, ce mélange réconfortant de jaunes d'œufs, miel, lait, rhum et zestes d'agrumes. Pas assez révolutionnaire à votre goût ? Attendez voir.

Déjà l'industrie agroalimentaire nous prépare de l'œuf en barre, des jaunes ou des blancs d'œufs liquides, séchés en poudre voire pré-cuits en omelettes à découper en rubans pour décorer la salade. À signaler aussi les boîtes à œufs japonaises en forme de voiture ou de fleurs qui permettent de modifier la forme d'un œuf dur lorsqu'il est encore chaud : magique et très utile pour faire manger les enfants. Bref, la transformation de l'œuf, sa vie hors de la coquille ne font que commencer. Pour mieux se projeter dans l'avenir, reste à déguster cette phrase de Paul Eluard : « *Le passé est un œuf cassé, l'avenir est un œuf couvé.* »

ALEXANDRA MICHOT

■ **À lire** : « *Ce que nous devons savoir sur l'œuf* » par Pierre Attenont dans la collection Jean-Pierre Coffe présente, environ 18 € (Plon).

Pour en savoir plus : le site du comité national de promotion de l'œuf : [www.œufs-asso.com](http://www.œufs-asso.com)



Libéré de son carcan et de son image populaire, l'œuf 2009, plus chic, ose tous les mélanges. *Kulka/Zefa/Corbis*

### Bio et Labels rouges sur le dessus du panier

■ Tous les œufs ne se valent pas, surtout en termes gustatifs. Mieux vaut donc privilégier les bio et les Labels rouges. Mais comment être sûr de bien les reconnaître ? Réponse : en observant les différentes mentions sur la coquille. A commencer par le code-barres formé de 3 parties. Décryptage.

**Le premier chiffre** indique le mode d'élevage de la poule : 0 pour un œuf bio, 1 pour un œuf issu d'une poule élevée en plein air (qui peut aussi être Label rouge), 2 pour un œuf issu d'une poule élevée au sol et 3 pour un

œuf issu d'une poule élevée en cage. En clair, plus le chiffre est élevé, plus la production est industrielle. On privilégie donc les œufs 0 et 1.

**Les deux lettres** suivantes renseignent sur le pays d'origine. Ici, FR pour la France. Une information qui peut être utile si l'on souhaite privilégier les œufs « locaux », dont le transport n'aura généré qu'une moindre quantité de CO<sub>2</sub>.

**Le code final** permet d'identifier l'élevage d'origine. Les deux derniers chiffres représentent le numéro du bâtiment.

**La DCR**, juste en dessus, correspond à la « date de consommation recommandée ». À la place peut être indiquée la date de ponte ou l'inscription « pondu le... ».

Attention, seules ces mentions et le logo des labels figurant sur l'emballage ont une valeur officielle. Méfiance si la boîte comporte les allégations « œufs de ferme » ou « œufs de basse-cour », ou si elle s'enrichit d'illustrations de paysages champêtres. Rien de tout cela ne renseigne sur la qualité réelle des œufs.

CAROLINE SALLÉ

Illustration Zofé de Las Cases