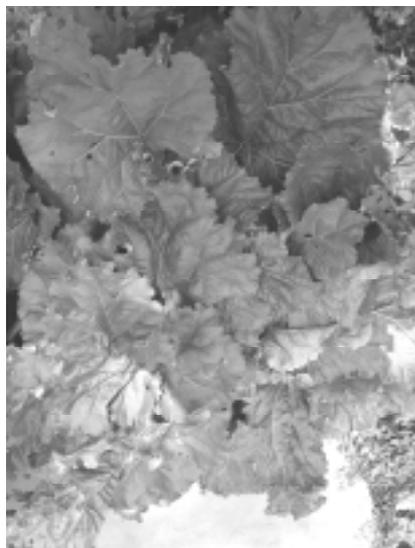


Légume, Condiment, Fruit : LA RHUBARBE



La rhubarbe est **originale d'Asie**, et comprend **50 espèces**. Elle aime l'altitude, la fraîcheur mais elle se plaît bien dans nos jardins, elle est peu exigeante mais préfère toutefois un sol perméable ; ses racines survivent dans les sols gelés. Au printemps, ses fortes pousses percent le sol, un bourgeon ramassé en une boule serrée comme un poing se déploie vers la lumière en **grandes tiges** pouvant atteindre **2,50 m de haut**. Les feuilles sont grandes, entières ou lobées. Les fleurs, groupées en grappes, sont petites, blanches ou rouges et très nombreuses.

La rhubarbe est une plante **herbacée** de la famille du sarrasin et cousine de l'oseille, **riche en acide oxalique**. Mais les feuilles de la rhubarbe en contiennent trop, pas question de les cuisiner : même les plus robustes ne s'en

relèveraient pas. Nous consommons donc sa tige : le pétiole.

La rhubarbe est une plante en 3 parties : **ses racines soignent, ses tiges régaler et ses feuilles peuvent tuer.**

En Chine (II^e siècle av. J.C.) les racines étaient déjà connues pour leurs **vertus médicinales**, propriétés **laxatives** et **élimination des calculs biliaires**. A la fin du XVII^e siècle commence son histoire culinaire. C'est chez nos voisins anglo-saxons qu'elle a le plus inspiré les cuisiniers. C'est là aussi que les jardiniers la cultivent en serre. En France, c'est en Alsace qu'elle est le plus répandue. Mais qui n'a pas le souvenir, dans un coin du jardin de sa grand-mère, de cette belle plante avec laquelle nous nous régalions de compote ou de confiture ?

Ce **fruit-légume** original a élargi ses recettes : en **Pologne** on la cuit avec des pommes de terre, en **Afghanistan** elle accompagne viandes et volailles. En **Iran**, elle sert à préparer des jarrets d'agneau avec des oignons. Nos cuisiniers exploitent son affinité avec des viandes grasses, canards farcis, magrets, mais aussi avec le poisson : saumon grillé, maquereau.

On trouve de la rhubarbe au jardin **du printemps à l'automne**. Sur les marchés, attention à sa fraîcheur ! Choisissez des tiges grosses et fermes (les rouges ont meilleur goût que les vertes), elles se conservent 4 jours au réfrigérateur et elles se conservent très bien. Lavez-les, éliminez toute trace de racine et de feuille, ne les pelez-pas. En coupant les tiges en tronçons, vous retirerez les parties filandreuses. La confiture de rhubarbe est toujours populaire, ses meilleurs alliés sont le **gingembre**, le **citron**, l'**orange**, la **fraise** ou la **cerise**.



Deux recettes...

Confiture de rhubarbe au gingembre frais



Epluchez soigneusement des bulbes de gingembre frais, coupez-les en très petits morceaux et pesez-en 50 g.

Faites-les cuire avec 50 g de sucre et 20 cl de vin blanc, diminuez la chaleur du feu et faites réduire jusqu'à évaporation du liquide. Ajoutez alors 2 cl de rhum.

Lavez environ 1,1 kg de rhubarbe, coupez les tiges en petits morceaux pour obtenir 1 kg de parties nettes comestibles.

Portez la rhubarbe à ébullition avec le gingembre et 500 g de sucre gélifiant en remuant sans arrêt.

Ajoutez alors encore 500 g de sucre et faites cuire 10 secondes à petits bouillons.

Versez la confiture aussitôt dans les bocaux et fermez tout de suite.

Compote de rhubarbe meringuée

Pour 4 à 6 personnes : 750 g de rhubarbe en tronçons de 3 cm de longueur, ¼ l d'eau, 12,5 cl de vin blanc doux, 150 g de sucre, ½ bâton de cannelle, le zeste d'un citron. Pour la meringue : 4 blancs d'œufs, 170 g de sucre glace, 90 g de poudre d'amandes.

Faites bouillir l'eau avec le vin blanc, le sucre, la cannelle et le zeste de citron.

Après 3 mn de cuisson, ajoutez la rhubarbe et laissez cuire pendant 10 mn. La rhubarbe doit rester ferme.

Laissez refroidir et versez dans des plats individuels allant au four.

Préparez la meringue : battez au fouet les blancs en neige ferme et ajoutez-y peu à peu le sucre glace et la poudre d'amandes.

Préchauffez le gril du four th.5 (150°) recouvrez la compote de meringue et faites dorer quelques instants à four très doux jusqu'à ce que le dessus de la meringue prenne légèrement couleur. Servez aussi tôt.



Chantal Lyautey

