

Cuisinez tendance, cuisinez fusion food !



Crée le 17/02/2010 par Sylvie Gotlibowicz
Révisé le 08/03/2010

Vous ne le saviez pas encore, mais votre poulet à la menthe n'est plus dans le coup. Trop banal. Désormais, pour cuisiner branché, il faut surprendre, oser ! Place à la fusion food qui revisite les plats du terroir, mélange les saveurs et joue avec les textures...

1 Fusion food ou l'art des mélanges culinaires

2 Les aliments vedettes de la fusion food

3 Notre sélection de produits fusion food

4 Recette : sashimi kiwi-saumon-pavot, pistou ricotta-basilic

Une bouillabaisse nipponne, ça vous tente ? Les puristes du terroir vont en perdre leurs couverts, mais c'est une réalité : les mélanges culinaires inédits s'invitent partout. Les cacahuètes s'enroben de wasabi, les topinambours s'associent au gingembre, l'huile d'olive se pschitte sur une salade d'oranges... Cette tendance porte un nom : la fusion food. En clair, il s'agit d'intégrer dans une recette des ingrédients qui a priori n'ont à rien à faire ensemble et sont issus de cultures différentes.

Opposition de textures, rupture de saveurs

« La fusion food, c'est l'exotisme revisité. Elle répond à un besoin du consommateur de découvrir de nouveaux goûts, de nouvelles textures, et d'en jouer avec », assure Xavier Terlet, expert en tendances et innovations du Sial*. Dans ce nouvel art culinaire, l'audace a toute sa place. Il s'agit avant tout d'étonner, de surprendre.

« On en a fini avec les saveurs douces et féminines. Aujourd'hui, on est dans l'opposition des textures, le besoin de rupture dans les goûts », développe Xavier Terlet. Ce qui est important, c'est de savoir mélanger différents ingrédients, de se les approprier en créant des associations improbables. De la vanille dans de la moutarde, du foie gras dans une soupe thaïe...

* Le Salon international de l'alimentation se déroulera du 17 au 21 octobre 2010 à Paris Nord Villepinte. Informations : www.sial.fr

1 Fusion food ou l'art des mélanges culinaires

2 Les aliments vedettes de la fusion food

3 Notre sélection de produits fusion food

4 Recette : sashimi kiwi-saumon-pavot, pistou ricotta-basilic

Pour mixer les saveurs, la fusion food s'inspire largement des traditions culinaires du monde entier. Certes, cette vogue des aliments exotiques n'est pas nouvelle : rappelons-nous du lait de coco, du sésame, de la citronnelle, découverts dans les années 1990. Aujourd'hui, de nouveaux venus débarquent dans nos assiettes.

Côté fruits, la cranberry, à découvrir en sucré-salé avec une viande ; mais aussi le goji, un fruit rouge d'origine chinoise ou encore le yuzu, un agrume japonais très prisé dans les desserts. Dans la famille des légumes, demander le chou chinois et, moins connu, l'okra, également appelé gombo, un légume vert originaire d'Afrique de l'Ouest.

Gingembre et speculoos

Les épices indiennes sont particulièrement appréciées en fusion food. Elles revisitent les plats de terroir en se glissant par exemple dans une blanquette de veau. Autres vedettes : le gingembre et le wasabi, un condiment japonais au goût piquant. Sans oublier le speculoos, le fameux biscuit belge aux épices. Xavier Terlet, expert en tendances et innovations du Sial, le confirme : « Il est partout, dans les boissons, les glaces, les pâtes à tartiner... »

Miel et champignons

La quête d'insolite revendiquée par la fusion food ne s'arrête pas là. Il s'agit aussi d'explorer différemment les ingrédients de tous les jours. Le miel classique cède la place à un miel aux épices qui devient condiment avec la viande. Les champignons, la truffe notamment, investissent les pâtes fromagères. Ou encore la coriandre, à utiliser en huile essentielle, en spray sur les préparations.

1 Fusion food ou l'art des mélanges culinaires

2 Les aliments vedettes de la fusion food

3 Notre sélection de produits fusion food

4 Recette : sashimi kiwi-saumon-pavot, pistou ricotta-basilic

- Jus cuisinés à base de bouillon de légumes, de vinaigre et de sirop : à utiliser à chaud ou à froid pour mariner, assaisonner, napper, déglacer... 4 parfums au choix : carotte, pamplemousse rose et gingembre ; cerise, vinaigre balsamique, piment-cannelle ; épinard, ail et menthe ; framboise, rose et litchi. Jus cuisiné Monin, 6,80 euros la bouteille de 25 cl, www.moninshopping.com

- De nombreux produits insolites à base d'algues chez Algues de Bretagne : gelée rhum-vanille aux pépites d'algues (3,95 euros), tapenade d'algues et d'olives noires (3,85 euros), moutarde aux 3 algues (4,40 euros), www.algues.fr

- Miels culinaires pour légumes : des mélanges de miel et d'épices (curcuma, paprika, gingembre, poivre noir, origan, fenugrec, coriandre, piment...) pour salades, viandes et poissons, 6,90 euros, www.mieletunetentations.com

- Vinaigrette bi-phasée au vinaigre balsamique de Modène et pointe d'orange, pour accompagner les carpaccios de poissons et les salades à base de crustacés, Maille, 2,55 euros la bouteille de 36 cl. En grandes surfaces.

- Yaourts gourmands et Crèmes gourmandes Mamie Nova, parfums coquelicot, pomme d'amour : 1,30 euro les 2 pots de 150 g. En grandes surfaces.

À lire

- "Ma petite cuisine japonaise", Laure Kié, éd. Marabout.

- "Les couleurs du goût", William Ledeuil, éd. Seuil.

1 Fusion food ou l'art des mélanges culinaires

2 Les aliments vedettes de la fusion food

3 Notre sélection de produits fusion food

4 Recette : sashimi kiwi-saumon-pavot, pistou ricotta-basilic

Recette imaginée par Charles Soussin, professeur de cuisine, chef référent de la cuisine Fraich'attitude*.

Ingrédients pour 16 pièces

4 kiwis ; 100 g de saumon frais ; quelques graines de pavot ; un quart de botte de basilic ; 100 g de ricotta fraîche ; 40 g de pignons ; 3 cuil. à soupe d'huile d'olive.

Préparation des sashimis

- Éplucher les kiwis. Les couper en 4 dans la hauteur et retirer le cœur blanc.
- Tailler le saumon en fines tranches, à la taille des quartiers de kiwi. Disposer le saumon dessus.
- Retailer au besoin pour que toutes les bouchées soient de la même taille.
- Entourer les sashimis d'une demi-feuille de basilic. Les rouler sur une extrémité dans les graines de pavot.

Préparation du pistou

- Mixer le basilic avec l'huile d'olive et les pignons.
- Ajouter la ricotta. Bien mélanger, sans mixer pour garder en partie la texture de la ricotta.
- Servir les sashimis accompagnés du pistou, en entrée ou à l'apéritif.

* Pour s'inscrire aux cours de cuisine : www.fraichattitude.com