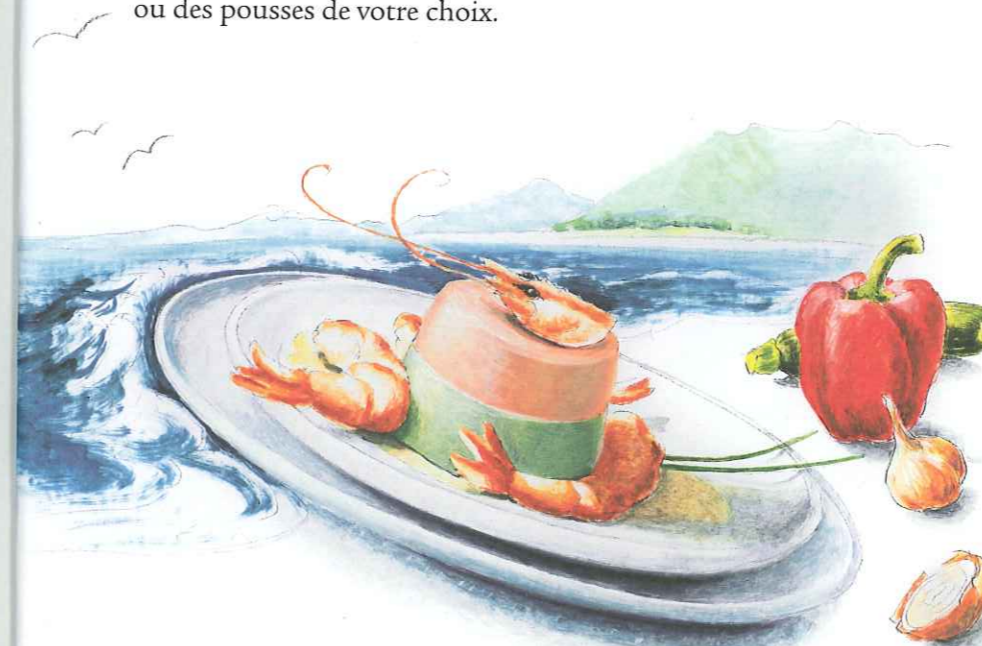


Lisez SWISSLIFE sur iPad et iPhone.
Téléchargement gratuit à l'App Store ou sous la forme
d'un e-magazine sur www.swisslife.ch/magazine

*Léger, aérien, gourmand: l'alliage subtil
des légumes du sud et des crustacés avec une
pointe de saveurs exotiques.*

**Timbale de poivrons et courgettes avec queues de langoustines
rôties au curry Madras**

1) Laver, vider et couper le poivron rouge en morceaux. Cuire dans de l'eau salée. // Egoutter. // Mettre deux feuilles de gélatine à tremper dans de l'eau froide. Mixer la gélatine égouttée avec les poivrons et les courgettes et un peu de jus de cuisson. Passer au chinois. Réserver au froid 1 h 30. 2) Monter 3 dl de crème. // Incorporez la moitié de la crème dans la préparation des poivrons et mouler à mi-hauteur dans des emporte-pièces. Laisser 1 h au froid. Incorporez le reste de la crème montée aux courgettes et verser sur les poivrons moulés. Remettre au froid. 3) Décortiquer les langoustines, enlever l'intestin. Faire blanchir les têtes et réserver. 4) Faire suer l'échalotte ciselée, déglacer avec le vin blanc, ajouter le curry et le bouillon. Faire réduire. Ajouter la crème et le beurre. 5) Faire chauffer l'huile d'olive dans une poêle, saler légèrement les langoustines. Les faire sauter 20 secondes sur une face, 10 sur l'autre. // Faire chauffer la sauce. 6) Démouler la timbale sur une assiette, ajouter les têtes de langoustines pour décorer, dresser les langoustines rôties, verser un peu de sauce et garnir avec des herbes ou des pousses de votre choix.



Illustrations: Sylvia Creel



**Julien Rettler
nous parle de
l'art culinaire
et des produits
naturels**

En tant que cuisinier, le respect est pour moi quelque chose de très important. Il y a le respect des convives qui doivent se sentir traités comme des rois chez nous. Mais il y a aussi le respect des produits que nous travaillons en cuisine, leur goût authentique, leur couleur et leur saisonnalité. Il faut choisir des bons produits, connaître les producteurs et leur faire confiance, vouloir découvrir de nouveaux produits en permanence. Mais il est aussi décisif de savoir cuisiner de manière à ce que le client sache ce qu'il a dans son assiette. Cela commence par la première impression en voyant l'assiette dressée. Car on mange aussi avec les yeux. Tout doit être assorti: les goûts, les consistances. L'ensemble ne doit pas être une suite d'éléments, mais une harmonie parfaite. Et l'on y arrive seulement lorsque l'on fait ressortir le naturel des produits.

Le guide Gault&Millaut l'a consacré «Découverte de l'année 2012» en Suisse romande. Julien Rettler est le chef de cuisine de l'Hostellerie du petit manoir à Morges (VD). A 30 ans à peine, il est considéré comme l'un des plus grands talents de Suisse. www.lepetitmanoir.ch

Ingrédients pour 8 personnes: 24 langoustines, 1 poivron rouge, 1 courgette, 1 échalotte, 1 dl de vin blanc, 1 dl d'huile d'olive, 1 dl de bouillon de légumes, 4 dl de crème liquide, 30g de beurre, 4 feuilles de gélatine, 5g de poudre de curry Madras.