

Vinaigres fins et thé délicat: le meilleur de Tu mitonnes cette semaine

Recettes, bons produits et mets à découvrir : chaque samedi, retrouvez un best-of de notre newsletter culinaire.



Dans le genmaicha, mélange très populaire au Japon, des grains de riz grillés viennent adoucir le goût du thé vert. (Firm/Getty Images/iStockphoto)

A la source : les vinaigres de la Compagnie de Bouteville

La région de Cognac est mondialement célèbre pour le spiritueux auquel elle a donné son nom, particulièrement prisé en Amérique du Nord et en Chine, mais on connaît moins l'un de ses autres trésors : les Baumes de [Bouteville](#) (1). Ces vinaigres [balsamiques](#), produits à partir de raisins vieillis en fûts de Cognac, sont très fins, peu acides. Ils s'expriment aussi bien dans des ceviches de poisson blanc, comme le bar, sur des huîtres, que pour déglacer un jus de légumes ou mêmes dans des cocktails ou des desserts. On en pince en particulier pour la version fumée (11,90 euros les 20 cl) mais vous pouvez aussi opter pour l'original ou le végétal (au même tarif) ou casser votre tirelire et vous offrir le baume vieilli dix ans (29,90 euros les 20 cl).

(1) 1 rue de Montmorency, [Bouteville](#) (16120). 05 45 64 76, contact@bouteville.com . Disponible sur la boutique en ligne et dans certaines épiceries fines.

Mais c'est quoi ce mets ? Le genmaicha



Le thé vert est trop astringent pour vos délicates papilles ? Alors le genmaicha est sans doute fait pour vous. Dans ce mélange très populaire au Japon, des grains de riz grillés (et parfois soufflés, façon pop-corn) viennent adoucir le goût du thé vert. Un parfait équilibre entre l'amertume du thé et le côté torréfié du riz, qui rappelle un peu la noisette (voire le bol de céréales du petit déj). Réconfortant et désaltérant, on le consomme comme au Japon, pendant le repas.

Selon les spécialistes, c'est l'un des thés qui s'associe avec le plus d'aliments : ses notes végétales se marient aussi bien avec du poisson grillé, un croque-monsieur ou du chocolat blanc. Faible en théine (la moitié de l'infusion seulement étant composée de thé), le genmaicha peut même être consommé le soir, et peut servir d'alternative pour les accros au café cherchant à diminuer leur consommation. On en trouve en épiceries asiatiques, chez la plupart des revendeurs de thés et parfois en supermarché, souvent à des prix raisonnables d'autant que l'infusion nécessite un faible dosage. On privilégie les mélanges composés de thé sencha, une variété plus noble que le thé bancha, d'entrée de gamme. On peut aussi tester le matcha-iri genmaicha, du genmaicha «fortifié» à la poudre de matcha, pour une option plus herbacée.

Sauce qui peut : la sauce tzigane de Tonina, pour les penne

C'est une petite d'ouvrage de cuisine que celui que Vicky Bennison consacre aux «Pasta grannies» (1). L'autrice culinaire a sillonné l'Italie à la rencontre de vieilles femmes (et de quelques hommes) qui lui ont confié leurs recettes de pâtes, à faire à la main, et de sauces à base de légumes, de légumineuses, de bouillon, de viande, de fruits de mer pour les accommoder. Dans cet ensemble très riche, on s'est arrêté sur la «sauce tzigane de Tonina», que la dame sert avec des garganelli. *«Les garganelli sont censées ressembler à la trachée, écrit Vicky Bennison, le tube qui relie le nez et les poumons. Ce sont des équivalents faits main des penne, qui peuvent donc les remplacer en semaine pour un repas rapide.»*

La sauce tzigane est composée de :

- 200 g de pancetta.
- 1 oignon finement haché.
- 150 g de champignons émincés finement.
- 50 g d'olives vertes dénoyautées.
- 400 g de purée de tomates.
- Une pointe de peperoncino ou de piment de Cayenne.
- Un peu de sel.

Commencez par découper la pancetta en petits dés (moins d'1 cm si possible) et faites-la frire dans une sauteuse pour libérer un peu de graisse. Ajoutez l'oignon, cuisez environ cinq minutes le temps qu'il s'attendrisse, ajoutez les champignons, les olives, la purée de tomates et le piment. Laissez mijoter une vingtaine de minutes, en goûtant pour ajuster en sel si besoin.

(1) *Pasta Grannies, faire ses pâtes à la main comme les mamies italiennes*, photos d'Emma Lee, **First Editions**, 2021.