

Paris

Avec **ALIGRO**  
BIENVENUE A TOUS LES GOURMANDS

# Frenchie livre 32 recettes de son bistrot so *trendy*

**Le bistrot de Gregory Marchand est complet deux mois à l'avance. L'ancien chef de Jamie Oliver sort un livre du Frenchie**

David Moginier

C'est un vrai phénomène, un bistrot dont les 24 places sont réservées deux mois à l'avance. Il faut dire que le Frenchie n'est ouvert que le soir et que les prix y restent terriblement abordables (menu dès 34 euros!). Le Frenchie, c'est Gregory Marchand, jeune de la DDAS élevé en foyer qui entre en cuisine comme on entre en religion.

Le gamin a la bougeotte et parcourt le monde. De ses trois ans comme chef au Fifteen de Jamie Oliver, il garde le goût de plats colorés et d'associations insolites (et son surnom, «The Frenchie»). De Hongkong, le goût des herbes et des graines aromatiques. De New York, la culture d'une cuisine bistrotière faite pour faire plaisir sans trop de complications. De l'Espagne, le culte de l'huile d'olive.

En 2009, quand il ouvre le Frenchie rue du Nil, Paris 11e, il est seul en cuisine. La carte change toutes les semaines, au gré du marché et des inspirations du bonhomme, qui cuisine à l'instinct. Le succès est tel qu'il a désormais ouvert un bar à vins juste en face, pour promouvoir les crus choisis par ses deux sommeliers, Laura et Aurélien. Le voilà qui sort un bouquin, lui qui prétend ne pas connaître les quantités dans ses recettes et tout goûter. Un bouquin simple, branché, joliment looké, dont les 32 recettes permettent plein de déclinaisons. Et qui donnent envie d'aller à Paris... après avoir réservé.



## La cuisine du Frenchie at home

Greg Marchand, photos de Djamel Dine Zitout.  
Ed. Alternatives, 140 p., 46 fr. 30.



Autour de Gregory Marchand, accroupi à côté de sa femme et de son fils, l'équipe du Frenchie et du bar à vins du même nom situé juste de l'autre côté de la rue. PHOTOS DJAMEL DINE ZITOUT/ÉD. ALTERNATIVES

## Salade de carottes à l'orange et avocat

● Ingrédients pour quatre:  
2 belles bottes de petites carottes primeurs, 4 oranges, 2 avocats, 1 gousse d'ail, 1 citron vert, 1 pincée de graines de coriandre, 1 pincée de graines de fenouil, 1 branche de thym, quelques feuilles de coriandre, huile d'olive, fleur de sel, piment d'Espelette.  
**Les carottes rôties**  
Préchauffez votre four à 180° C. Lavez bien les carottes, séchez-les dans un torchon, puis déposez-les dans un saladier. Toastez à sec les graines de



fenouil et de coriandre dans une poêle jusqu'à ce qu'une odeur agréable s'en dégage. Attention à ne pas faire brûler. Transférez-les dans un mortier et écrasez grossièrement au pilon. Ajoutez-les aux carottes avec le thym, l'ail écrasé et un filet d'huile d'olive. Salez et mélangez bien avec vos mains. Versez le tout dans un plat et enfournez pendant quinze minutes environ. Réservez à température ambiante.

### Finitions

Epluchez les oranges à vif, puis découpez-les en rondelles. Tranchez les avocats en deux et dénoyotez-les. Détachez la chair de la peau à l'aide d'une cuillère. Taillez dans le sens de la longueur. Efficuillez la coriandre. Mettez le tout dans un saladier, ajoutez les carottes rôties et assaisonnez avec l'huile d'olive, le jus de citron vert et une pincée de piment d'Espelette. Dressez harmonieusement sur assiettes.



## Un plaidoyer pour la biodynamie

L'ingénieur-œnologue Dorian Amar publie un livre d'introduction bien fait

Si le livre s'appelle *L'essentiel de ce qu'il faut savoir sur le vin*, la personnalité de son auteur, Dorian Amar, qui a travaillé avec des gens comme les Cruchon, à Echichens, les Paccot, à Féchy, ou les Wannaz, à Chenaux, le pousse à promouvoir d'abord la biodynamie, cette science qui veut rendre les domaines indépendants des influences extérieures. Autour de ces deux chapitres à la gloire de Rudolph Steiner, d'excellentes explications sur les cépages, la vinification ou le vieillissement des vins fournissent une bonne base à l'amateur. **D.MOG.**

*L'essentiel de ce qu'il faut savoir sur le vin*, de Dorian Amar, Ed. Slatkine, 72 p.

### Insolite

## Livre comestible

Amusante, la dernière idée de l'agence de design allemande Lerefe: un livre 100% en pâte fraîche, qui donne la recette pas à pas pour fabriquer des lasagnes. Que l'on confectionne avec les pages du bouquin, évidemment. **D.MOG.**



## Le coup de fourchette

### L'Epicurious offre aujourd'hui une cuisine à la hauteur de ses vins

En été, c'est une des plus belles terrasses de Lausanne avec ses 300 m<sup>2</sup> sur les toits du Flon. Autrement, c'est un immense espace postindustriel au décor un peu froid, qui mélange hardiment le bleu et le violet.

Le lieu créé par l'équipe de l'Atelier Volant est multiple: en sortant de l'ascenseur au 3e étage, il y a d'abord le bar à vins où, derrière un comptoir tout en longueur, une centaine de crus sont disponibles au verre, à des prix très urbains, accompagnés d'un petit choix de tapas. La carte est évidemment sur iPad. Un grand aquarium accueille également les fumeurs, en particulier ceux de cigares que soigne l'Epicurious. Plus loin, les immenses chaises

bleues du restaurant ont un dossier surdimensionné qui protège des voisins.

Après quelques hoquets, l'endroit a trouvé le chef qu'il lui fallait: Christophe Albiero, qu'on appréciait au restaurant Le 5e, à Lausanne, est aux commandes depuis un mois. A midi, quatre propositions (de 19 fr. 50 à 28 fr.) et un menu d'affaires à 48 fr. changent chaque jour. Le soir, la carte est un peu plus étoffée, dans un registre classique modernisé.

On a apprécié ce gaspacho d'asperges vertes bien voluptueux, même si l'anis annoncé était discret. Au centre, un fagot d'asperges entourait une chantilly légèrement parfumée au foie gras (18 fr.). Jolie réussite que ces rillet-



Le décor postindustriel de l'Epicurious, avec ses immenses chaises bleues qui protègent des voisins. SAMUEL FROMHOLD

tes de crabe au wasabi, bien relevées, posées sur un carpaccio de saint-jacques à l'huile d'argan (22 fr.) subtilement dosée.

La tartelette printanière aux légumes était, elle, un peu décevante, entourée de grosses crevettes parfaitement saisies et juste parfumées de vinaigrette (38 fr.). Mais la noix de ris de veau alliait le croustillant de la surface à la tendresse de la chair, sur son lit d'asperges vertes et de morilles généreusement servies avec une sauce légèrement crémeuse (41 fr.).

La carte des desserts est originale, comme ce palet moelleux de chocolat amer et sa glace morille et absinthe, que nous n'avons pas goûté. Quant au service, il est efficace.

### L'adresse

**Epicurious**  
Port-Franc 11, 1003 Lausanne  
021 312 16 85.  
[www.epicurious.ch](http://www.epicurious.ch)  
Fermé sa midi, di et lu



Petite carte aux goûts classiques



De 80 à 110 fr. par personne, avec boisson



Une centaine de crus au verre ou à la bouteille

Toutes nos adresses sur iPhone:  
[www.24heures.ch/cdf](http://www.24heures.ch/cdf)