

Plaisirs Cuisine

LÉGUME Souvent mal aimée en raison de son amertume, l'endive, ou chicon dans le Nord, est pourtant savoureuse et bonne pour la santé

Leur évocation suscite souvent les grimaces d'une bonne partie des convives. Coupable d'amertume, l'endive est bien malmenée par les clichés, tout comme le sont de nombreux légumes d'hiver. Bien que le potiron, crâneur et joufflu, lui vole souvent la vedette sur les étals des marchés, elle sait pourtant vivifier la saison froide par sa texture croquante et son fort caractère. Issue d'une famille de chicorées plus ou moins sauvages, cousine de la frisée, de la scarole, du radicchio et autres pissenlits, elle a une place de choix dans la catégorie des salades amères.

L'endive cache toutefois un secret de naissance : la légende veut qu'elle soit née d'une avarice. Au XIX^e siècle, un paysan belge aurait dissimulé dans sa cave sa récolte de barbes de capucin (une espèce de chicorée) pour échapper à l'impôt. Là, serrées dans le noir et la chaleur, les racines auraient donné naissance à de ravissantes pousses diaphanes. La nouvelle née fut baptisée « chicon », un dérivé du nom botanique de la chicorée, *Cichorium intybus*.

Les pousses blanches ont ensuite passé la frontière, rapportées de l'exposition internationale d'horticulture de Gand par le botaniste Henri de Vilmorin, en 1873. En voulant donner au chicon un nom français, on le confondit alors avec une autre espèce de chicorée, *Cichorium endivia*, et on le rebaptisa « endive de Bruxelles ». La méprise est restée, sauf dans le Nord, où l'on ne jure que par le chicon.

Pleine terre en hiver, sur les marchés à l'année

Cette salade domestiquée s'y est implantée durablement et avec elle, sa technique de culture bien particulière, dite du « forçage » : la graine semée au printemps produit une racine, récoltée à l'automne, qui est mise à « forcer » en terre ou en salle obscure, sous une bâche et de la paille, à une température de 20 degrés. Au bout de trois semaines, elle donne un bourgeon et des feuilles couleur crème, ourlées de vert-jaune à la pointe : l'endive est là.

Aujourd'hui, très peu de producteurs persistent à produire en pleine terre, surtout depuis que la culture hors sol est apparue, en 1974 : l'hydroponie représente 95 % de la production nationale. Elle a bouleversé le cycle de la nature et des



JEAN-CLAUDE AMIEL/ELLE À TABLE

saisons : alors que l'endive n'apparaît qu'en janvier, on la trouve sur les marchés toute l'année. Son goût est alors différent de l'endive de pleine terre. Moins amère, elle est faite pour séduire naturellement nos papilles d'humains, programmées pour fuir cette saveur. « *Le corps rejette l'amertume dès la naissance, car elle est associée aux molécules toxiques des plantes, donc à du poison*, explique Emmanuel Giraud, au-

teur du livre *L'Amer* (Argol). *Le goût pour l'amertume est une construction culturelle, qui se façonne au contact des marchés et des producteurs. C'est une saveur adulte.* »

Les endives au jambon des cantines scolaires

Lui-même a tenu un carnet de son voyage au pays de l'amertume : l'Italie. Un pays où on boit le café amer et sans sucre, du Spritz et du

Campari. Chaque village a sa recette d'amaretto, cette gnôle à base de macération de plantes amères et on y produit le Fernet-Branca, une de ces liqueurs anciennes qui relèvent de la pharmacopée du XIX^e siècle : l'amer est connu pour stimuler la production de bile, qui aide à bien digérer et à nettoyer l'organisme. « *Contrairement à la France, l'Italie a le goût de cette diversité végétale*, poursuit-il. *Le nombre d'espèces de*

chicorée est incroyable. J'ai vu des petits Romains manger de la puntarelle, une chicorée très amère, dès leur plus jeune âge ! »

La France cherche plutôt à l'adoucir. Il faut dire que des générations ont été contrariées par le plat-totem des mauvaises cantines scolaires : les endives au jambon. Pleines d'eau, noyées sous des louches de béchamel épaisse, grossièrement gratinées, elles n'avaient rien pour séduire. À L'Étoile du Nord, la brasserie qu'il supervise à la gare du Nord à Paris, Thierry Marx propose de redécouvrir le goût des vraies bonnes endives au jambon : gratinées à la minute et garnies du jambon trois étoiles du charcutier Gilles Verot. Pour le chef étoilé des cuisines du Mandarin oriental, c'est « *un légume très inspirant* ». Il loue la simplicité d'une tombée de feuilles d'endives, cuites au beurre avec du miel. « *J'ai découvert ce produit en copiant les saint-jacques aux pointes d'endive de Michel Guérard ou celles de Claude Deligne. Ces grands chefs en ont fait des plats remarquables.* » Thierry Marx aime aussi l'endive confite, caramélisée à la poêle avec de l'eau gazeuse, du beurre, du sirop d'érable et du gingembre confit, « *qui atténue l'amertume sans la cacher* ».

Avec un beurre fumé ou une faisselle de chèvre

Dans sa région du Nord plantée de chicons, Florent Ladeyn en a beaucoup vu et mangé. « *L'endive de pleine terre, trop rare, est un fleuron de notre terroir. On veut lisser les goûts, mais l'amertume n'est pas un gros mot* », s'indigne le chef étoilé de l'auberge du Vert Mont à Boeschepe, presque à la frontière belge. Après avoir ôté la partie la plus amère du produit (le cône à la base du pied), il la prépare en salade coupée en lamelles, avec de l'huile de cameline et du vinaigre de pomme. Ou il la marie avec un beurre fumé ou une faisselle de chèvre : le gras accompagne bien l'endive, arrondissant son caractère. « *Le rôle des chefs est de faire redécouvrir ces légumes d'hiver. Rendre attirant un salsifis ou une endive, c'est plus difficile mais plus utile que de servir du caviar.* » C'est ce qu'il fait aussi au Bloempot, sa « *cantine flamande* » du Vieux-Lille.

Le finaliste de *Top Chef* 2013 a peut-être été entendu : depuis peu, l'amertume fait son retour dans nos verres, via les barmen, qui troquent les cocktails sucrés pour des liqueurs piquantes. La multiplication de nouvelles brasseries de bières artisanales et locales rééduque aussi nos palais à des goûts plus corsés. L'endive va bientôt pouvoir faire de l'ombre au potiron. ●

CHARLOTTE LANGRAND @Chalangrand



R. FRANKENBERG : V. LELOUP/DIVERGENCE POUR LE JDD



LA RECETTE DE THIERRY MARX

LES ENDIVES AU CITRON

Ingrédients
4 endives
1 citron et 1 citron confit au sucre
Quelques morceaux de gingembre confit
20 g de beurre; sel et poivre

Laver et éplucher les endives. Les couper en deux dans le sens de la longueur et retirer le cœur.

Tailler le citron et le gingembre confits en petits dés, sans les mélanger.

Presser le citron frais et mouiller le jus.

Faire colorer dans une poêle les endives au beurre, ajouter le jus de citron et les dés de citron confit. Laisser mijoter pendant 20 minutes à couvert et tourner régulièrement les endives. Rectifier l'assaisonnement.

Servir parsemé des dés de gingembre confit.

Sur Mesure par Thierry Marx, à l'hôtel Mandarin oriental, Paris.