



Citron et compagnie



Du citron, on peut en mettre partout! Une giclée de jus par-ci, un peu de zeste par-là, voilà de quoi ajouter beaucoup de caractère à nos plats.

De plus, les fruits du genre « citrus » sont pleins de vitamine C, de fibres solubles, de substances anticancer et ils possèdent des pouvoirs bactéricides et antiseptiques. C'est la saison des agrumes et vous aurez peut-être remarqué que certaines épiceries nous offrent des variétés inusitées. L'autre jour, j'ai vu des « mains de Bouddha » une variété de cédrats (*citrus medica*) qui ressemble à un paquet de doigts. On peut le confire, utiliser son zeste râpé, frais ou sec. Généralement, les autres variétés de cédrats ont plutôt l'aspect d'un citron bosselé ou verruqueux. Il y a aussi le citron « Meyer » (*citrus x meyeri*) qui a récemment fait son entrée sur nos marchés. Natif de Chine, il serait un croisement entre le citron et la mandarine. Plus rond que le citron habituel et d'un jaune tirant sur l'orange, il est beaucoup plus doux, presque sucré, son jus et son zeste offrent un parfum fruité très subtil.

Trucs et astuces

- Pour extraire le maximum de jus d'un citron ou d'une lime, il faut que le fruit soit à la température de la pièce. Avant de le presser, on le roule (sur le plan de travail) en l'écrasant légèrement sous la paume de la main.
- Il semble que dans les émissions de cuisine, les presse-agrumes n'ont pas la cote. C'est pourtant un ustensile formidable qui nous permet de retirer un maximum de jus des citrons et des limes qui sont parfois très fermes. Vive le bon vieux presse-agrume en verre!
- Lorsque l'on désire prélever du zeste d'agrume, il est préférable de choisir des fruits biologiques, car les autres sont aspergés de pesticides. Pour un moindre mal, on peut laver les fruits traités en les brossant dans de l'eau additionnée d'une goutte de savon vaisselle, ensuite on les rince à l'eau courante.
- La râpe microplane est un ustensile des plus utiles, car elle donne un zeste ultra-

fin. Elle sert aussi à râper la muscade, le gingembre, l'ail, le parmesan, etc. On la nettoie sous l'eau à l'aide d'une brosse.

- Lorsque l'on prélève le zeste d'un agrume (à l'aide d'un économe ou d'un couteau d'office) pour en faire des juliennes ou autres, il faut éviter (autant que possible) de prendre la partie blanche amère qui se trouve sous le zeste.

Limoncello maison

C'est une liqueur de citron typique à la région de Naples, préparée avec les citrons de Sorrente lesquels jouissent d'une Indication géographique protégée (IGP). En Italie, on le sert à l'apéro, mais surtout bien frappé comme digestif. Le limoncello est excellent pour la composition de cocktails, de punches ou de sangrias à base de vin blanc plat ou mousseux. En suivant la même méthode, on peut faire un substitut de liqueur d'oranges en remplaçant les zestes de citron par des zestes d'orange.

Ingrédients

- Zestes de 6 citrons, prélevés à l'aide d'un économe ou d'un couteau d'office acéré
- Vodka, 1 bouteille de 750 ml
- Eau, 750 ml (3 tasses)
- Sucre, 335 ml (1 ½ tasse)

Préparation

Dans un grand bocal, mettez les zestes et la vodka. Fermez le bocal hermétiquement et laissez macérer le tout à l'abri de la lumière pendant une dizaine de jours. Amenez l'eau et le sucre à ébullition et laissez mijoter à feu moyen au moins 3 minutes. Au-dessus d'un saladier (grand bol), passez l'alcool à travers une passoire fine afin de recueillir les zestes. Au-dessus d'un autre saladier, versez le sirop chaud sur les zestes (dans la passoire) pour en récupérer toute la saveur. Une fois le sirop refroidi, mettez-le dans le bocal avec l'alcool, fermez bien le couvercle et, idéalement, laissez macérer le tout encore quelques jours au frigo.

Ceviche de thon à la lime et au citron Meyer

Le ceviche (céviché) est une spécialité péruvienne de poisson cru mariné au jus de citron ou de lime. Les poissons à chair ferme se prêtent bien à cette délicieuse préparation. La forte acidité du jus du citron (et de la lime) cuit la chair du poisson et tue les bactéries qui peuvent s'y trouver. Pour le ceviche style « carpaccio », on détaille le poisson en tranches fines que l'on étale sur une assiette. Cette méthode ne requiert que 30 minutes de macération. La méthode péruvienne utilise du poisson en cubes (1.5 cm de côté) et le temps de macération est de 6 heures ou plus. Voici une recette de base à laquelle peut être ajouté des rondelles d'oignon rouge, des herbes fraîches (coriandre, persil plat, feuilles de céleri) ou, au moment de servir, des dés de tomates, de poivrons, d'avocats, de céleri, des câpres, etc.

Ingrédients

- Thon frais ou décongelé (ou saumon), environ 300 g en tranches ou en cubes
- Jus d'un citron Meyer et d'une lime, 110 ml (1/2 tasse) et 5 ml (1 cuil. à thé) de zeste râpé
- Ail et gingembre râpés, 3 ml (½ cuil. à thé) de chacun
- Sucre, 5 ml (1 cuil. à thé) ou sirop d'érable 10 ml (2 cuil. à thé)
- Sel, 1 à 3 ml (jusqu'à ½ cuil. à thé), poivre et/ou flocons de piment au goût
- Huile d'olive, 15 à 30 ml (1 à 2 cuil. à soupe)
- Anis étoilé, 1 entier (facultatif)

Préparation

Mélangez tous les ingrédients sauf le poisson. Poisson tranché : versez le mélange de jus sur les tranches, laissez macérer au moins 30 minutes. Poisson en cubes : mettez les cubes de poisson et le mélange de jus dans un bol de verre (ou un bocal) couvrez et laissez macérer au moins 6 h. N.B. La macération se fait toujours au frigo.

Bon appétit !