

Le frigo de Julie Andrieu

QUAND LA JOURNALISTE CULINAIRE NE SILLONNE
SUR FRANCE 5, SA VIE TOURNE TOUJOURS AUTOUR DE LA C



Prochaine destination de
la jeune femme : La Réunion.
Julie se passionne pour
les produits locaux et ne rentre
jamais sans quelques trou-
vailles. Sa cuisine est inspirée
de ses escapades. Ici, une
pastilla au poulet qui fleurit
bon le Maroc...

ÈTE POUR SON ÉMISSION «FOURCHETTE ET SAC À DOS»

E... VOYAGE TOUT EN SAVEURS DANS SA CUISINE PARISIENNE.



Assise sur sa valise qu'elle vient tout juste de poser, Julie déballe ses trésors gourmands du monde entier et les range dans son réfrigérateur. « Mon grand plaisir quand je rentre, c'est de les tester et de les faire connaître à ceux que j'aime. Reste que l'envie de repartir me chatouille rapidement. Le voyage est comme une drogue et quand il est prometteur de rencontres et de goûts nouveaux, c'est difficile de résister ! Mais cette année, je me calme ! »

Ses meilleurs souvenirs « Des Saint-Jacques crues dans leurs coquilles sur un bateau de pêche en Ecosse et le *ndolé* camerounais, un plat de poisson à base d'une herbe locale très amère, de cacahuètes et de crevettes séchées. Ou me frotter à l'art de la pâtisserie japonaise : juste des bari-

amérindienne au Québec : la pâte à pain est enroulée sur un bâton et cuite au-dessus du feu. Et le cheddar aromatisé au Laphroaig, sublime whisky single malt de l'île d'Islay. »

Le pire... « Pas vraiment de mauvais souvenirs car j'apprends à relativiser mes goûts et à m'adapter à chaque culture. Je reste quand même un peu réfractaire, par exemple, aux frites au cheddar inondées de sauce brune que l'on appelle « poutine » au Québec. Aux fritures dont raffolent les jeunes en Ecosse : boudin, hamburger ou part de pizza trempés dans la pâte à beignet. Au Cameroun, les larves de hanneton ont été un moment difficile, mais une fois la répulsion passée, ce n'était pas si mauvais ! Ce qui reste avant tout, c'est la rencontre, la générosité de nos hôtes



Pastilla au poulet

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 30 MN

CUISON : 1 H 30

FACILE

• 14 feuilles de brick • 1 poulet de 1 kg en morceaux • 2 œufs • 125 g d'amandes effilées • 2 oignons blancs • quelques branches de coriandre fraîche • 1 cuil. à soupe de miel • 60 g de beurre fondu • huile • 1 cuil. à café de cannelle en poudre • 1 cuil. à café de cumin en poudre • sucre glace • sel, poivre.

- Faire dorer les amandes dans un peu d'huile. Les égoutter.
- Faire revenir les morceaux de poulet dans une cocotte avec une cuil. à soupe d'huile. Ajouter les oignons pelés et émincés, cuire 10 mn, ajouter la coriandre, le miel, la cannelle et le cumin. Mélanger. Saler et poivrer.
- Verser 10 cl d'eau et laisser mijoter 45 mn. Désosser le poulet et enlever la peau. Hacher grossièrement la chair. Faire réduire le jus de cuisson de moitié. Ajouter les œufs battus salés et poivrés, les cuire 2 mn en les remuant sans arrêt avec une fourchette. Mélanger le poulet et les amandes. Préchauffez votre four th. 6 (180 °C).
- Beurrer deux moules à manqué de 12 cm de diamètre. Poser au fond de chaque moule une feuille de brick beurrée au pinceau puis 3 autour, débordant de moitié et une autre beurrée au centre.
- Etaler dans chaque plat une couche de poulet-amandes, puis une d'œufs brouillés. Rabattre les bords des feuilles vers le centre. Recouvrir de 3 feuilles beurrées, rentrer les bords sous la préparation.
- Cuire environ 20 mn (les feuilles de brick doivent être croustillantes). Saupoudrer de cannelle et de sucre glace.
- Servir immédiatement.



Aubergines grecques, biscuits japonais, huile de bolets sont autant de découvertes qui inspirent ses livres. Ici : *Julie chez vous!* (éd. Marabout)

Yaourt au soja sans yaourtière

POUR 1/2 LITRE

PRÉPARATION : 20 MN. REPOS : 12 H.

TRÈS FACILE

• ½ litre de lait de soja bio • 1 yaourt bio au soja nature • une boîte isotherme • 1 bocal en verre de 1 litre avec son couvercle stérilisé.

- Amener à frémissements 1/4 de litre de lait de soja bio.
- Verser le yaourt et le reste de lait de soja dans le bocal, puis verser le lait tiède (il doit être à environ 45 °C). Fermer avec le couvercle, envelopper le bocal dans un sac isotherme en plastique. Laisser reposer 12 heures dans la cuisine. Puis réserver ce yaourt au frais.
- Servir au petit déjeuner avec des raisins et des abricots secs macérés à l'eau de rose et de fleur d'orange et un mélange de noisettes, d'amandes et de pignons.

RÉALISATION RECETTES :
MARIE-CAROLINE MALBEC



Dans son frigo « De quoi préparer mon petit déjeuner fétiche : yaourts au soja, abricots et raisins macérés à l'eau de rose et de fleur d'orange, des fruits frais, des noisettes, amandes, pignons et de l'huile de noix que je garde toujours au frais. Du fromage, toujours de la salade, quelques légumes. Beaucoup de plats mijotés que je congèle. Beaucoup de condiments. Des chocolats pralinés, tandis que les noirs restent hors du réfrigérateur. »

Ses magasins « J'ai un primeur au-dessous de chez moi, on échange des recettes. Il y a aussi une petite supérette qui est mon arrière-cuisine, il m'est arrivé d'y aller trois fois en cours de recette ! Pourvu que ces commerces perdurent... Sinon Monoprix et Picard, surtout pour des produits bruts que je cuisine, comme des blancs de poulet, des aubergines grillées, des queues de langouste... Je vais acheter du tarama, du jambon ibérique et du saumon sauvage chez Byzance. »

Ses spécialités « Je ne refais jamais deux fois la même recette. Mais mes plats fétiches sont le lapin confit au vin blanc, les pâtes à l'encre, la pastilla au poulet, les salades de légumes. J'adore aussi le quinoa et je teste tout le temps des recettes de biscuits que je refais aux copines. »

Son aliment doudou « Les petits farcis niçois, qui me rappellent ma nounou, Lydie, quand nous habitions le Midi avec mes parents. »

Sa ligne « J'ai bon appétit, mais je fais attention. Je mange de tout, un petit peu. J'ai constaté que la culpabilité n'a jamais fait maigrir, alors je ne m'interdis rien. J'aime la nourriture plaisir, comme me faire pour moi seule un lièvre à la royale. J'en congèle les trois quarts, c'est idéal pour des dîners chics en deux minutes chrono au micro-ondes. »

PROPOS RECUEILLIS PAR FRÉDÉRIQUE DE GRANVILLIERS

SES ADRESSES FÉTICHES

Isami : le meilleur japonais de Paris (4, quai d'Orléans, 75004 – 01 40 46 06 97).

Le 21 : le bistrot de mes rêves (21, rue Mazarine, 75006 – 01 46 33 76 90).

Byzance : de superproduits (27, rue Yves-Kermens, 92100 Boulogne – 01 46 09 02 28).

Et pour le grand jeu, Taillevent (15, rue Lamennais, 75008 – 01 44 95 15 01).