

Le gibier, un mets de choix

Que l'on soit pour ou contre la chasse, le gibier n'en reste pas moins un plaisir gastronomique dont les atouts nutritionnels ne sont pas concernés par les travers de l'élevage intensif.



Le gibier, c'est l'ensemble des animaux que l'on chasse, faisane, sanglier, cerf, biche perdrich, lièvre... pour ne citer que les plus fameux d'entre eux. Cela regroupe les animaux sauvages, mais également ceux qui sont élevés en territoire clos dans des conditions de liberté comparables à celles du gibier véritablement "sauvage".

DES VIANDES PEU CALORIQUES

C'est une viande goûteuse, pauvre en graisses et riche en nutriments compte tenu de leur activité physique intense. Le lièvre est ainsi six fois moins calorique que le lapin. Et les "venaisons" (chairs comestibles du gros gibier à poil) ne sont pas en reste. Le chevreuil et la biche sont

vingt cinq fois moins gras que l'agneau et le bœuf, tandis que le sanglier, deux fois moins calorique et cinq fois moins gras que le porc selon une étude réalisée sous la direction scientifique du professeur Ducluzeau (service de nutrition et diabétologie, CHU Angers).

La Suisse, et d'autant plus l'Etat de Genève où la chasse est interdite, et la France, particulièrement giboyeuse, ne sont pas logées à la même enseigne en matière de chasse. À l'échelle européenne, la France figure à la troisième place en matière de surface de chasse, avec 1,6 million d'hectares derrière l'Espagne et la Suède, mais devance tous les autres pays avec 1,3 million de chasseurs (contre 35 000 en Suisse). Toutefois, cela ne suffit pas à garantir la nature "sauvage" et "française" du

gibier que les Français consomment puisqu'ils en importent entre 70 à 80 % selon les années, des chiffres finalement comparables à ceux de la Suisse. En Suisse, la viande de gibier connaît un développement significatif grâce à l'élevage, mais cela reste néanmoins un marché de niche. «L'élevage du gibier recèle un certain potentiel, mais nécessite une formation particulière, des stages, des infrastructures coûteuses et des autorisations qui découragent souvent les producteurs», confirme Philippe Charrière, responsable de la ferme-école de Sorens dans le canton de Fribourg.

CÔTÉ VIN

Pour accompagner cette recette de gibier signée Michel Roth, Geoffrey Bentrari, chef sommelier de l'hôtel Président Wilson à Genève, recommande un Pinot noir élevé en fût de chêne AOC Genève 2015 Domaine de la République et canton de Genève car «ce vin dévoile de la race et une structure puissante qui en fait un vin de garde, mais également de plaisir instantané que l'on peut déguster tout de suite.» Mais aussi un Chateaneuve du pape "Piedlong" Vallée du Rhone 2014 Domaine du Vieux Télégraphe (Cépage : 90 % de grenache de 70 ans et de 10 % de mourvèdre de 50 ans.) «En bouche, la puissance et la concentration du mourvèdre, associées à la fraîcheur et au croquant du grenache, donnent un vin sphérique et charnu au goût irrésistible.» Le tout à consommer avec modération bien sûr. ■



Recette

Selle de biche rôtie sur os, mitonnée de coco de Paimpol, salsifis et jus d'airelles

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

1 / Selle de biche :

- 1 selle de biche
- 1 c a soupe d'huile d'olive
- 50 gr de beurre
- 1 gousse d'ail
- 1 branche de thym
- Jus de biche 1 dl

Dans un poêlon, faire revenir à l'huile d'olive, au beurre la selle de biche d'une coloration blonde.

Ajouter l'ail et le thym. Cuire au four à 180 °c pendant 12 minutes. À la sortie du four, glacer la selle au jus de biche. Réserver.

2 / Mitonnée de coco de Paimpol

- 350 gr de coco de Paimpol
- ½ carotte en brunoise
- ½ oignon ciselé
- ½ litre de bouillon de poule
- 50 gr de tomates confites hachées
- ½ botte de ciboulette ciselé
- 1 gousse d'ail écrasée
- 25 gr de beurre

Faire revenir au beurre l'oignon ciselé et les carottes, ajouter les tomates confites, les cocos de Paimpol, la gousse d'ail écrasée et le bouillon de poule. Laisser cuire à feu doux pendant 40 minutes. Pour finir ajouter la ciboulette ciselée.

3 / Marmelade d'airelles

- 100 gr d'airelles
- 30 gr de sucre
- 20 cl d'eau

Porter à ébullition l'eau et le sucre, ajouter les airelles et cuire 2 heures à feu doux. Mixer pour obtenir une purée lisse. Réserver.

4 / Finition et dressage

- 12 pièces de chips de salsifis
- 50 gr de confiture d'airelle
- 1 râpé d'orange
- 20 cl de jus de biche
- ½ barquette de shizo
- 8 demi salsifis épluchés et rôtis

Dans un poêlon, mettre la mitonnée de coco sur un côté, ajouter la biche au-dessus avec la confiture d'airelles. Disposer sur un autre côté les chips et salsifis rôtis, les points de marmelade d'airelles, le râpé d'orange et les pousses de shizo. Servir le jus de biche en saucière à part.