Avec un tronc d'environ 80 centimètres de haut et une touffe de longues feuilles qui tombent de tous les côtés, les choux palmiers du Domaine des Biolettes donne des airs de plaines exotiques au pied du Jura. Des qualités décoratives qui valent à cette plante une place dans un jardin hivernal aussi bien que dans un potager. Pour diversifier ses cultures de la saison froide, Gilles Roch fait pousser depuis quelques années cette variété aussi appelée Noir de Toscane en raison de ses feuilles vert sombre, presque noires. «Très résistant en sol et sain dans les assiettes, avec sa teneur en vitamines C, potassium et calcium, il est aussi attractif que le chou kale», explique le producteur basé à Ballens.

On trouve ses feuilles coupées sur les étals des marchés. Toutes leurs parties sont consommables. Le plus simple consiste à les couper en lamelle, en séparant éventuellement la tige avec laquelle on peut faire des petits dés. En Italie, où il est plus répandu, il vient verdir un risotto, une pizza ou un plat de pâtes. «C'est un très bon produit d'hiver pour concocter des soupes, des quiches ou des cakes. Son goût et son odeur, bien moins prononcés que ceux des choux que l'on connaît, en font un canevas vierge intéressant. Mais il faut lui donner du peps avec d'autres éléments», recommande la cheffe Fatima Ribeiro, à la tête du Fraisier à Lausanne. Il gagne par exemple, selon elle, à être blanchi avec de l'ail et des oignons. Ou frit dans de l'huile d'olive pour être croqué en chips.

Pour le magazine T, elle a dressé une assiette végétale aux saveurs subtilement épicées et sucrées mettant le chou palmier en majesté. Le vigneron Denis Bovard s'est prêté au jeu de la dégustation mets et vins, avec son Grand Cru Dézaley 2019. Il a été charmé d'emblée par la couleur safranée de la sauce faisant écho à son vignoble en terrasses de Lavaux parmi les mieux exposés au soleil. «Tous deux ont en commun une double facette oscillant entre chaleur et sécheresse, rondeur et dureté», apprécie-t-il.

La recette de Fatima Ribeiro

Chou palmier dans une vague de jus safrané

4 personnes

A la tête du restaurant lausannois Le Fraisier, accessible sur réservation uniquement, la cheffe autodidacte jongle entre plats du jour, menus à thème et ateliers culinaires dans une cuisine grande comme un mouchoir de poche.

300 g	chou palmier
1	poireau
2 dl	crème
1 dl	eau
1	sachet de safran
+	sel et poivre

1. Laver les feuilles de chou. Oter la nervure centrale de la feuille. Découper le vert de la feuille en lanières puis découper la nervure en petits dés
2. Dans une casserole, porter l'eau à ébullition avec un peu de sel. Plonger les lanières de feuille de chou dans l'eau bouillante, 2 à 3 minutes. Les retirer puis les plonger dans l'eau froide afin de stopper la cuisson et d'en garder la couleur
3. Couper un poireau en fins anneaux, puis répéter la précédente action avec les petits dés de la nervure du chou et les poireaux. Cuire plutôt 4 à 5 minutes
4. Pour réaliser le jus safrané, verser la crème entière dans une casserole, puis diluer avec un peu d'eau. Assaisonner avec du safran, sel, poivre et piment d'Espelette
5. Porter ce mélange à frémissement, puis y ajouter le chou et le poireau égouttés. Chauffer délicatement
6. Dans une assiette creuse, disposer les légumes avec le jus de safran au centre de l'assiette. En option, disposer au-dessus des chips de chou quelques noisettes concassées, torréfiées à la poêle. Ainsi que des demi-lunes de panais confits comme des pétales sur un côté de l'assiette

En carafe

Grand cru Dézaley, chasselas Domaine Antoine Bovard, 2019

En reconversion bio depuis l'an dernier, le domaine situé à Treytorrens, sur des pentes vertigineuses, propose dans sa gamme un Dézaley riche en sensations. «Le parfum aérien de fleurs blanches du Dézaley ne laisse pas présager beaucoup de corps. En entrée de bouche, des notes fruitées apportent pourtant une belle rondeur puis on retrouve la minéralité typique du terroir comme un coup de fouet final», résume Denis Bovard, à la tête du domaine.

Dans chaque numéro, un ou une cheffe propose une recette originale en utilisant un ingrédient surprenant produit en Suisse romande.

Retrouvez toutes les recettes du magazine T en ligne.

Le chou palmier, obscur membre des brassicacées

Aussi appelée Noir de Toscane, cette variété aux longues feuilles sombres se prête à moult variations hivernales

par *Emilie Veillon* photo: *Jonas Marguet pour le magazine T*