

Votre quotidien qui change du quotidien

Numéro 3

Dréalités

Special Semaine du Développement Durable 2014

Voire recette

Développement Durable
de la semaine

NOUVEAU!

VOTRE ROMAN-PHOTO :

**MAURICETTE ET BRENDA
FRANCISCO DEVRA TRANCHER**

UN SI LOURD SECRET DE FAMILLE

Semaine du Développement Durable 2014



3 1-03-2 014-01



Tu sais d'où viennent ces tomates que tu affectionnes tant en salade, Brenda ?

Bien sûr maman chérie, du supermarché, c'est moi qui les ai achetées !

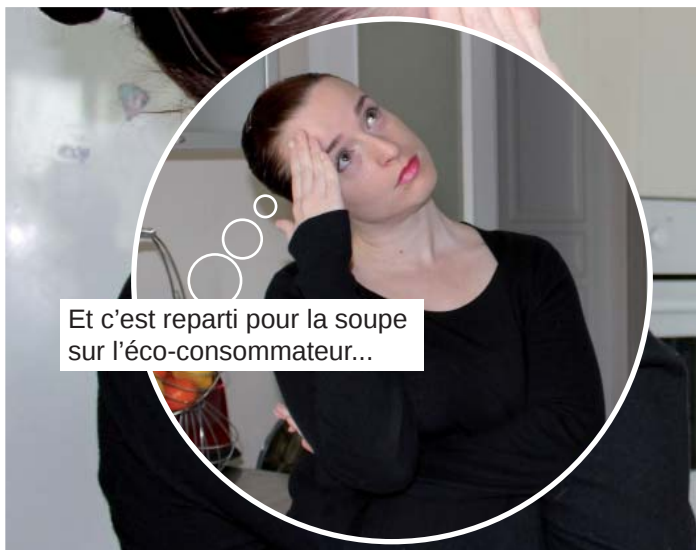
Mais non voyons , je parle de leur provenance !



Heu... D'Espagne ? Du Maroc ?



Tout à fait ! Elles sont moins chères, certes, mais elles constituent une vraie catastrophe écologique !



Et c'est reparti pour la soupe sur l'éco-consommateur...



Leur culture intensive pille les réserves d'eau, elle appauvrit les sols, leur transport consomme énormément de carburant et produit inutilement du CO2, et bla bla...



Je t'arrête tout de suite maman, j'irai dès demain au marché acheter des tomates du coin, c'est bon ?



La planète te dit merci ma Brenda !

Le lendemain, sur la place du marché...

Quel bel étalage de fruits et légumes ! Allons voir cela de plus près...

Bonjour mademoiselle, je suis Francisco, que puis-je vous proposer ?

Eh bien bonjour, je cherche des tomates pour ma maman qui tient tant à ce que je mange bio et local...

Que vous faut-il ? Des rondes, des allongées, des cœurs de boeuf ? Quelle couleur ?

Il existe tout ça ?!! Mais dans mon supermarché il n'y avait que des tomates en filet ! Je suis perdue, que dois-je faire ?!!

Prenez-en un peu de chaque, et vous me direz ce que vous préférez !

Très bonne idée ! Merci Francisco !

Ma maman chérie, tu avais raison ! D'autant que ces tomates sont excellentes ! Et le producteur qui me les a vendu était vraiment mignon, j'ai d'autant plus hâte de retourner me servir sur son étal !

j'espère qu'elle ne parle pas de mon Francisco... Il s'agit de son futur beau-père après tout !

CUISINE

La tomate à l'huile d'olive

Par Jean-Noël OALABOUCHE



1ère étape : Sortez votre calendrier et vérifiez si le jour où vous vous décidez à tenter cette recette est compris entre le 1er mai et le 31 octobre, si tel est le cas, vous pouvez passer à la seconde étape de la recette. Dans le cas contraire, repliez soigneusement cette recette et re-placez là à l'endroit où vous l'aviez rangée pour attendre patiemment l'arrivée de cette date.

2ème étape : rendez-vous chez votre primeur ou même au marché. Comme vous l'a expliqué Francisco, il existe une multitude de variétés de tomates, tout est une question de goût. L'important est d'en choisir une de provenance locale, cela multiplie les chances qu'elle ait fini de mûrir au soleil, plutôt que dans un container ou dans un frigo. Il est possible du coup, qu'elle ait une saveur de tomate, soyez vigilant cela peut parfois surprendre. En choisissant une tomate de plein champs, vous prenez certes le risque d'avoir un fruit pas vraiment régulier, il y aura même peut-être un peu de terre dessus (rassurez vous, une fois rincée tout risque sera écarté), mais vous multipliez les chances qu'elle ait une véritable saveur.

3ème étape : vous avez déjà trouvé la tomate de votre vie (non sans avoir laissé votre numéro de téléphone à Francisco, quel séducteur celui-là ! Ou même à Tabatha, sa cousine au regard de braise) et vous voilà de retour dans votre petit nid. Vous avez évidemment effectué le trajet à pied ou en transport en commun, c'est si agréable par cette belle journée de printemps et ce serait dommage de gâcher tous vos efforts en utilisant votre voiture pour faire à peine quelques centaines de mètres. En plus vous vous seriez très certainement énervé(e), avec ces embouteillages incessants et ces conducteurs sans savoir vivre, toujours sur les nerfs, sans doute aigris de manger depuis des années des tomates sans saveur ou bien trop acides. Sortez votre tomate de son joli panier en osier et positionnez là sous le robinet de votre évier, ouvrez l'eau en ayant pris soin de placer une bassine ou un récipient juste en dessous, l'eau récupérée vous permettra d'arroser la jardinière dans laquelle vous faites pousser vos herbes aromatiques suite à mes conseils du numéro 285 de mars 1997. Coupez l'eau dès que vous avez terminé de rincer ce joli fruit gorgé de soleil. Allez arroser votre jardinière.

4ème étape : ouvrez votre tiroir et sortez en un couteau dont le fil est bien aiguisé, si vous n'en trouvez pas, il ne vous reste plus qu'à croquer dedans mais là ce n'est plus la même recette... Bon, vous avez trouvé l'outil idéal, refermez le tiroir.

5ème étape : saisissez la tomate et ôtez délicatement la cicatrice du pédoncule (le petit bitonio vert sur lequel est accrochée la queue de la tomate). Là vous vous trouvez face à un choix cornélien, je vous

conseille de bien y réfléchir, car à l'étape suivante il sera trop tard pour revenir en arrière : comment couper cette tomate : en tranches ou en quartiers ? La physionomie générale de votre sujet devrait vous aider à ne pas vous tromper, est elle plutôt ronde ou plutôt allongée, régulière ou biscornue ? Vous vous êtes décidé pour une coupe en quartiers, plus traditionnelle, moins tendance, mais une valeur sûre passez à l'étape 6. Dans le cas contraire, vous êtes plus aventurier, vous aimez la nouveauté quitte à prendre des risques, sautez l'étape 6 pour aller à l'étape 6 bis.

6ème étape : maintenez fermement votre tomate entre le pouce l'index et le majeur de votre main gauche si vous êtes droitier, avec ceux de votre main droite si vous êtes gaucher. Laissez suffisamment de distance entre la pomme de votre main et le fruit pour pouvoir y passer le couteau que vous avez précédemment utilisé pour ôter la cicatrice du pédoncule sans risquer de vous blesser. Tranchez, votre tomate est désormais séparée en deux parties distinctes. Il est possible que du jus de couleur rouge en sorte, tranquillisez vous, c'est sans gravité et plutôt bon signe quand à sa maturité. Saisissez l'un des morceaux obtenus et coupez le également en deux. Faites de même avec la seconde moitié et renouvelez l'opération avec chacun des 4 morceaux que vous avez désormais pour en obtenir 8. Passez à l'étape 7.

Etape 6 bis : maintenez délicatement une extrémité votre tomate entre le pouce l'index et le majeur de votre main gauche si vous êtes droitier, avec ceux de votre main droite si vous êtes gaucher. Découpez le fruit en tranches régulières à l'aide du couteau que vous avez précédemment utilisé pour ôter la cicatrice du pédoncule. Précipitez vous dans votre salle de bains pour placer un pansement à votre doigt que vous venez de couper et qui saigne et revenez profiter du spectacle de votre tomate si joliment découpée. Passez à l'étape 7. Avant cela retournez à la salle de bains, vous avez encore oublié d'éteindre la lumière !

7ème étape : Ouvrez votre placard et sortez en la bouteille d'huile d'olive que vous avez sélectionnée en suivant mes conseils dans mon excellente rubrique d'octobre 1971 si savamment intitulée : « comment choisir mon huile d'olive ». Si par malheur vous n'avez pas connaissance de cette rubrique vous pouvez heureusement la retrouver dans le recueil édité aux Editions Méki HACHETTE SA ou passer directement à l'étape 8. Mais comme vous êtes un fidèle lecteur(trice), vous avez cette fabuleuse huile d'olive, et vous en versez un filet sur le fruit de vos désirs. Remettez la bouteille à sa place et fermez le placard.

8ème étape : Salez délicatement votre tomate, attrapez une fourchette et dégustez... C'est bon hein ? Ca méritait bien tout ce travail !

J-N.O.