

RIO, C'EST GRANDE !

Le Brésil, c'est le pays qui monte, y compris à table. La preuve par quatre !

LE BRÉSIL CHEZ NOUS

✓ Côté traiteur, on peut faire appel à Rosilene Vitorino, cuisinière de l'ambassade du Brésil, qui réalise des repas sur mesure (www.bocafina.fr).

✓ Côté restaurants, à Paris, direction Gabriela (3, rue Milton, 9^e, tél. : 01 42 80 28 14),

L'Area (10, rue des Tournelles, 4^e, tél. : 01 42 72 96 50), Le Carajas (24, rue des Trois-Frères, 18^e, tél. : 01 42 64 11 26) ou O Corcovado (152, rue du Château, 14^e, tél. : 01 43 27 50 87).

✓ Côté livres, pour débiter, rien de tel que le très beau « Brésil, la cuisine de ma mère », de Viviane Tronel (éd. Minerva), ou le pratique « Cuisine du Brésil », de Frédéric Bec (éd. Edisud).

1. DES SAVEURS MÉLANGÉES

Parfait résumé d'un pays patchwork, la cuisine brésilienne mixe les recettes européennes, africaines et indiennes...

Dans le Nordeste (région de Bahia), les influences africaines et les épices se font sentir.

Au Sud-Est, dans la région de São Paulo et de Rio, ce sont les origines coloniales (viandes grillées, haricots) qui dominent. Quant à Brasília et au Mato Grosso, ils mettent en scène l'Amazonie (manioc, poisson, caïman). Mais, à chaque repas, on trouve les indispensables riz et haricots rouges !

2. DES CHEFS CALIENTE

✓ **Alex Atala** : du muscle, du tatouage et du talent... Il n'en fallait pas plus pour que ce surdoué de São Paulo voie son restaurant D.O.M. classé 7^e meilleur restaurant du monde en 2011 ! Formé en Europe, ce fils de la forêt amazonienne travaille comme nul autre le riz noir et le manioc.

✓ **Bel Coelho** : bombe brune de 32 ans, Bel est aussi à l'aise dans la cuisine du Dui, son restaurant de São Paulo, qu'en string dans les pages des magazines... Passée par New York et l'Espagne, elle signe cette année les menus bien-être de Tam Airlines.

3. DES INGRÉDIENTS ÉTONNANTS

Farine de tapioca, semoule de manioc, fruits exotiques (jaboticaba, maracuja, acerola, açai, carambole...), tucupi (jus de manioc)... Pour découvrir ces ingrédients quasi inconnus chez nous, on file dans les épiceries Coisas do Brasil (22, rue Daniel-Stern, Paris-15^e,



www.coisasdobrasil.fr) ou 100% Brésil (18, rue Maison-Dieu, Paris-14^e, www.100bresil.com).

4. DES RECETTES FUN

Convivial et peu normé, le repas brésilien compte du riz et des haricots avec une « mistura », à base de viande ou de poisson, et des accompagnements variés de légumes crus et cuits, après un pêle-mêle d'amuse-gueules. Pour finir, desserts composés de fruits, de riz ou de lait.

Le tout arrosé de jus de fruits, de limonade au guarana, de bière ou de caipirinha.

✓ **Salada de quiabo** : salade de gombos cuits 10 mn

à l'eau bouillante + dés de tomate + échalotes + persil + huile + citron vert.

✓ **Pastel de queijo** : de petits beignets au fromage réalisés avec de la farine de blé ou de manioc, frits ou cuits au four.

✓ **Churrasco** : barbecue de viande avec une sauce piquante (poivron + tomate + oignon + citron vert + persil + piment + huile).

✓ **Feijoada** : le plat national ! Un ragoût de haricots noirs aux tomates, au piment et au porc (travers, saucisses, lard), toujours servi avec du riz.

✓ **Farofa de banana** : semoule de manioc à la banane et aux œufs.

✓ **Doce de abacate** : mousse d'avocat au lait concentré sucré.

DANIÈLE GERKENS

LE RESTO DE LA SEMAINE : LE COQ RICO

Sublimer le poulet rôti, voilà le dada du grand chef Westermann, qui s'offre ici sa troisième adresse parisienne. Bois clair, tabourets au bar, tables d'hôte, service au taquet, ici, on est bichonnés comme des poules de luxe. La carte ? En total-hook poulailler : œufs sous toutes les coutures (coque, frit, à la russe...), volailles en bouillon, en terrine... Le clou du repas, c'est le poulet rôti, un fermier de Challans bien sous tous rapports, cuisson juste, jus parfait, et frites au top. Mais on peut aussi (c'est plus cher) choisir un pigeon ou une volaille de Bresse. Avant de craquer pour l'île flottante, qui rend « n'œufs-n'œufs » tant elle est régressive. Cocorico ! A partir de 50 €.

■ 98, rue Lepic, Paris-18^e. Tél. : 01 42 59 82 89.

MARIE ZOTTO

