

Introduction

Ils sont signes de fraîcheur, de soleil, et apportent fraîcheur et vitalité aux plats salés et sucrés. Les agrumes ont tout pour plaire ! Petit rappel : les agrumes sont des fruits provenant des arbres de la famille des rutacées, et dont les plus connus sont l'orange et le citron – mais d'autres sont à découvrir ou redécouvrir.

Le citron

Comme bon nombre de fruits et légumes, le citron est né en Asie, il y a plusieurs millénaires. Après avoir atteint Babylone, il arriva en Grèce où on l'utilisait surtout dans les banquets de noces. Mais ce sont les Arabes qui favoriseront la propagation du *li mûm* comme ils le désignaient dans tout le Bassin méditerranéen. Au x^e siècle, il arrive en Espagne, où il devient *limon*. Ce sont d'ailleurs les Espagnols et les Portugais qui l'introduiront en Floride ! En France, il devint très populaire aux alentours du xviii^e siècle, notamment chez les marins lorsque l'on s'aperçut qu'il permettait de lutter contre le scorbut.

Fruit du citronnier, le citron est un agrume protégé par une écorce jaune plus ou moins épaisse et parfumée, qui cache une pulpe acide et juteuse. Il est aujourd'hui disponible toute l'année, notamment grâce aux importations en provenance des États-Unis, d'Italie ou d'Espagne. En France, il est cultivé principalement sur la Côte d'Azur et, depuis les années 1930, il est l'emblème de la ville de Menton, qui lui consacre même une fête tous les ans.

Agrume voisin du citron jaune, le citron vert est cultivé aux Antilles et en Amérique du Sud. Plus petit et plus rond, sa pulpe acide est très parfumée et particulièrement juteuse.

Le citron caviar est un petit citron de forme très allongée. Son écorce cache une pulpe faite de petits grains (d'où son

nom) dont le goût se situe entre le citron et le pomelo. Il reste cependant encore très difficile à dénicher.

Le yuzu

Cet agrume, qui ressemble à un petit pamplemousse, est un cousin du citron (il s'agit en fait d'un hybride du citron et de la mandarine), plus gros et avec une peau épaisse et bosselée. Son goût puissant et acidulé se situe entre celui du citron vert, de la clémentine et du pomelo. Le *yuzu* (*Citrus juno*) est le fruit de l'arbre du même nom. Ingrédient quasi indispensable dans la cuisine japonaise, il est essentiellement utilisé pour son jus. En France, il est assez difficile de trouver le fruit mais on le trouve de plus en plus sous forme de jus ou de zeste râpé.

Le combava

Une écorce toute bosselée, une forme ronde, une couleur vert foncé, le combava est un agrume pour le moins surprenant ! Très utilisé dans les cuisines asiatique et créole, il est acide et très parfumé et son arôme rappelle à la fois la verveine, la citronnelle, la coriandre et le gingembre. On utilise beaucoup son zeste (idéal dans les crèmes ou les *panna cotta*), au parfum inimitable, son jus et ses feuilles, qui viennent aromatiser un plat (parfait dans le curry) ou une boisson.

L'orange

L'orange est sans doute originaire du Sud-Est asiatique puisqu'on y a trouvé la trace d'orangers datant de 2 200 ans avant notre ère. En Afrique du Nord, elle est cultivée depuis le III^e siècle, mais il faudra attendre le Moyen Âge pour qu'elle arrive en Europe du Sud. Et ce n'est qu'au XVI^e siècle que l'orange douce telle que nous la consommons aujourd'hui fit son apparition, lorsque les Portugais en rapportèrent des plants de leurs escales à Ceylan et dans les comptoirs chinois. On construisit alors des orangeries, dont les

plus célèbres en France restent celles du Potager du Roi à Versailles. Jusqu'au début du xx^e siècle, l'orange est restée un fruit rare, synonyme de luxe et de délicatesse, et cadeau symbolique que l'on offrait à Noël. Aujourd'hui, l'orange est le deuxième fruit le plus consommé en France après la pomme. S'il existe une petite production en Corse et dans les Pyrénées-Orientales, l'orange provient essentiellement des pays méditerranéens et des régions chaudes : Espagne, Maghreb, Israël, Italie, Afrique du Sud ou États-Unis.

On distingue les oranges à *jus* et les oranges *de table*, et l'on recense plusieurs variétés : les *blondes fines* (la *salustiana* ou la *valencia late*), les *blondes navels*, assez grosses, juteuses et sucrées (et fruits de table par excellence), et les *sanguines* (dont la *maltaise* ou la *tarocco*) dont la pulpe rouge est souvent très juteuse.

La clémentine

La clémentine est une invention mise au point au début du xx^e siècle par le père Clément, un religieux agronome de la région d'Oran : il eut l'idée de faire un croisement entre la mandarine et l'orange amère. Au fil des ans, la clémentine a fini par supplanter la mandarine et, aujourd'hui, différentes variétés (*fine*, *nule* ou *Marisol*) se partagent le marché. Très gourmande de soleil, la clémentine est principalement cultivée en Italie, au Maroc ou en Espagne. Mais on la trouve également en France, et depuis les années 70, les vergers corses se sont spécialisés dans la production de ce petit agrume. Caractérisée par sa petite taille, son goût acidulé, ses belles feuilles vertes et son absence de pépins, la clémentine de Corse est la reine sur les étals des marchés.

Le pomelo

Le « vrai » pamplemousse, originaire d'Asie, est un gros agrume à la peau jaune verdâtre et à la chair très acidulée. Le pomelo, quant à lui, est un hybride du pamplemousse et

d'une variété d'orange de Chine, créé en Amérique au XIX^e siècle. Les fruits communément appelés *pamplemousses* sont donc bien souvent, en réalité, des pomelos. Les variétés à pulpe jaune proviennent essentiellement d'Israël, d'Argentine ou d'Afrique du Sud. Les agrumes à pulpe rose ou rouge viennent principalement des États-Unis (Floride notamment) et d'Israël. Leur saveur est généralement plus parfumée et moins amère. On trouve également sur les étals des pomelos géants (d'environ 13 cm de diamètre) vendus sous le nom de *sweetie*. Il s'agit en fait d'une variété de pamplemousse chinois dont la pulpe blonde ou rose a une saveur très douce. Le pomelo *sweetie*, ou pomelo doux, est un pamplemousse chinois de la famille des rutacées de grande taille.

Le kumquat

Littéralement, *kumquat* signifie « petit agrume d'or ». Originaire de Chine, il est cultivé en Asie, Australie et Amérique, mais également dans le sud de la France. Ce petit fruit, de la taille d'un œuf de caille, est d'une belle couleur orangée. Sa peau tendre et sucrée cache une chair acidulée. On le consomme frais, entier, ou confit.

*Toutes les recettes sont prévues
pour quatre personnes, sauf mention contraire.*

Abréviations

cc: cuillerée à café
cs: cuillerée à soupe
g: gramme
kg: kilogramme
cl: centilitre

ENTRÉES

Trifle pomelo/avocat

Préparation : 20 min

Réfrigération : 3 h

Pas de cuisson

- 100 g de mascarpone
- 50 g de petites crevettes cuites
- 1 avocat
- 1 pomelo
- 1 citron vert
- 1 gros œuf
- 8 crackers
- 1 cc de paprika
- quelques pluches de coriandre fraîche
- sel, poivre

Séparer le jaune du blanc d'œuf. Verser le jaune dans un saladier et fouetter avec le mascarpone. Saler, poivrer et ajouter le paprika. Battre le blanc en neige et l'incorporer à la préparation.

Peler le pomelo à vif et détacher les segments ; les couper en dés. Éplucher l'avocat, le couper en deux, ôter le noyau puis détailler la chair en dés. Arroser de jus de citron pour éviter qu'ils noircissent.

Émietter grossièrement les crackers et les répartir au fond de verrines. Recouvrir d'une couche de la préparation au mascarpone. Ajouter les dés d'avocat et de pomelo, ainsi que les crevettes. Recouvrir d'une couche de préparation au mascarpone, décorer de coriandre fraîche et placer au réfrigérateur au moins 3 h.



Salade de citron et olives

Préparation : 15 min

Pas de cuisson

- ½ citron confit à l'huile
- 1 cs de jus de citron
- 50 g d'olives vertes
- 50 g d'olives noires
- 50 g de feta
- 4 cœurs d'artichaut cuits
- 1 poignée de roquette
- 1 cs d'huile d'olive
- 1 cc de cumin
- coriandre fraîche
- sel, poivre

Couper le demi-citron confit en petits dés. Détailler les cœurs d'artichaut en lanières. Couper la feta en cubes. Rincer et essorer la roquette.

Préparer la sauce : verser le jus de citron dans un saladier et ajouter le poivre et le cumin. Verser l'huile d'olive et fouetter à la fourchette.

Ajouter la roquette, les dés de citron confit et de feta, les lanières d'artichaut et les olives. Parsemer de coriandre ciselée, mélanger et servir.



Salade de fenouils au citron et pomelos

Préparation : 10 min

Cuisson : 5 min

- 2 petits bulbes de fenouil
- 1 pomelo
- 1 cs de jus de citron
- 2 cs d'huile d'olive
- sel, poivre

Couper la base et les tiges des bulbes de fenouil, les laver et les couper en lanières. Faire cuire à la vapeur environ 5 min (le fenouil doit rester légèrement croquant).

Peler le pomelo à vif et détacher les segments au-dessus d'un saladier pour récupérer le jus qui s'écoule.

Ajouter le jus de citron, le sel, le poivre, puis l'huile et fouetter. Incorporer le fenouil tiède, mélanger et servir.