



week-end | dégustation

Des rougets au caractère trempé

De la mer du Nord à la Méditerranée, ce petit poisson qui migre à la fin de l'été se cuisine en toute simplicité.

PAR JEAN-PAUL FRÉLILLET PHOTO ÉLODIE RAVAUX STYLISME GILLES POIDEVIN

A la saison où les vendangeurs cueillent le raisin, le rouget quitte l'océan Atlantique pour se réfugier dans le bassin d'Arcachon (Gironde). A l'automne, les herbiers de la lagune triangulaire attirent ce poisson migrateur. Voilà pourquoi les pêcheurs l'ont affublé du sobriquet « rouget des vendangeurs ». A la barre de son chalutier *Paix du Ciel*, David Lamourous traque ce petit poisson à l'écaïlle vive comme le reflet de la mer par grand soleil. Lors des deux dernières saisons, le rouget n'était pas au rendez-vous des pêcheurs d'Arcachon. « On ne sait pas trop pourquoi, reconnaît David Lamourous, sans doute à cause du mauvais temps. »

Le rouget est pêché « à la trempé », une méthode douce qui n'abîme pas la chair du poisson : les filets sont plongés pendant une heure trente, le temps d'être « trempés », puis relevés. Le rouget des vendangeurs, selon la réglementation, doit peser au moins 90 g. Dans les restaurants du bassin d'Arcachon, ce petit poisson à la chair ferme est traité avec la plus grande simplicité : fariné, poêlé dans un peu d'huile et servi avec des échalotes fondues déglacées au vinaigre.

La « bécasse de mer »

Mais le rouget nage dans toutes les eaux, de la mer du Nord à la Méditerranée. Dans la grande bleue, il frétille du printemps à l'automne dans les mailles des filets des pêcheurs. Dans l'Atlantique et dans la Manche, c'est plutôt à l'automne qu'il scintille sur les étals. Dans tous les cas, il se doit d'être au faite de sa

fraîcheur. Jugez-la à son œil bombé, à sa cornée transparente, à son corps brillant et ferme, d'un rose chatoyant, et à ses ouïes rouges. Pour profiter au mieux de ses atouts, il faut l'acheter entier, non vidé et non écaïlé. « Ce poisson a une saveur très iodée qui ne plaît pas à tout le monde », remarque Jean-Michel Ferré, poissonnier sur les marchés de Saint-Malo (Ille-et-Vilaine). Son goût est si marqué que, sur les rives de la Méditerranée, on le baptise la « bécasse de mer ». Après l'avoir fait griller sur une braise parfumée, les cuisiniers le font « tomber » sur des tartines avec une purée d'aubergine. Pour corser son caractère, d'aucuns le badigeonnent de son foie, préalablement écrasé dans de l'huile d'olive et du vinaigre.

Cuisson douce à la poêle

Le rouget inspire de savoureux mariages terre et mer à Guillaume Monjuré, auteur d'une cuisine de terroir moderne dans son restaurant Palégné, à Lyon. « Je le traite comme un gibier des mers. Je l'associe avec des lentilles, un jus de viande, du foie gras ou, mieux, une galette de pieds de porc. » Le chef recommande de cuire doucement, à la poêle, le poisson légèrement fariné, pour que la peau n'accroche pas. Si la chance vous sourit, et que vous croisez des rougets de friture sur le marché – au bord de la Méditerranée, notamment –, suivez les conseils de Guillaume Monjuré et faites-les cuire entiers, au four, pas plus de neuf minutes, puis servez-les sur des tranches de pain frottées à l'ail et nappées d'huile d'olive. Un régal ! ●

Le bon accord



Un pinot noir d'Alsace

Contrairement à certains de ses cousins bourguignons au nez enjôleur, ce pinot noir alsacien ne déçoit pas en bouche. Ce vin immense – l'adjectif est mérité – réserve une belle finale. Charpenté, il soutient à merveille un rouget poêlé et sa galette de pieds de porc.

> Riefel, Côte de Rouffach, Bonheur festif, 2011, à partir de 13 €.



Un vouvray sec

A Vouvray (Indre-et-Loire), le chenin, un cépage singulier, fait du domaine Huet, pionnier de la biodynamie (un mode de culture au rythme de la lune), une valeur sûre. Ce vin sème des arômes d'une intense complexité qui accompagnent idéalement une tarte fine de rouget.

> Le Mont Sec, Vouvray AOC, Domaine Huet, 2012, à partir de 22 €.



Un bourgogne blanc

Ce vin mûri sur la Côte de Beaune, l'un des plus beaux terroirs de France, a hérité du caractère franc de sa créatrice, Francine Picard. Explosif, ce chardonnay droit dans sa bouteille libère une belle finesse aromatique. Sa vivacité se mariera parfaitement avec un beau rouget en salade.

> Au Pied du Mont Chauve, Saint-Aubin Premier Cru, Le Charmois 2011, à partir de 26 €.