

LA BONNE CUISINE SELON:

LAURENCE SALOMON, chef de resto bio

«J'aime tout cuisiner, et particulièrement les végétaux»



Portrait express

Laurence Salomon dirige depuis six ans les cuisines du restaurant Nature & Saveur à Annecy. À 37 ans, ce chef atypique y a concrétisé sa passion pour l'art culinaire et la santé en associant plaisir et bien-être. Son savoir-faire inédit et sa formation de naturopathe lui permettent de réaliser des repas « bons, beaux, sains et digestes » en alliant produits biologiques et fermiers locaux.

avec les épices, sans les utiliser sans raison. Et puis Alain Passard, pour sa façon de cuisiner les végétaux.

■ **V.P.G.:** *Quelle est votre spécialité?*

L.S.: Pour les recettes sucrées, c'est le fondant au chocolat qui peut être accommodé à la chicorée, aux fruits, avec des farines différentes, etc.

■ **V.P.G.:** *En duo ou avec quelques amis, quelle recette aimez-vous déguster?*

L.S.: Des émincés de poulet marinés justes poêlés avec du chou pointu. C'est délicieux servi avec une polenta cuite dans un bouillon de légumes.

Restaurant Nature & Saveur

Place des Cordeliers

74000 Annecy. Tél. 04 50 45 82 29.



À LIRE

FONDRE DE PLAISIR, de Laurence Salomon,

éd. Grancher, 35€

Cet ouvrage préfacé

par Philippe

Desbrosses et

imagé par Pedro

Granero présente

3 thèmes salés

et un sucré. Une

rubrique «formes

et bien-être» vient

conclure chacune

des recettes pour

mieux connaître leur

aspect nutritionnel.

Vous y découvrirez

un nouvel

univers culinaire,

indissociablement

lié au plaisir des

papilles et au

bien-être du corps.

■ **VIE PRATIQUE GOURMAND:** *Quel plat a émoussillé vos papilles durant votre enfance?*

Laurence Salomon: Je me souviens d'un plat de ma mère: des filets de sole roulés autour d'une farce à base de champignons de Paris avec une sauce légère à base de fumet de poisson et d'une pointe de crème, accompagnés de pommes de terre vapeur.

■ **V.P.G.:** *Quelle est votre plat préféré?*

L.S.: J'aime beaucoup les palets de canard (des bouchées avec de l'ail du persil, un peu de mie de pain, etc.) dans une chapelure croustillante au pain canut et aux noisettes. J'aime aussi les plats à base de végétaux comme une pressée d'aubergines au tofu, tomates et basilic.

■ **V.P.G.:** *La région gastronomique où vous aimez vous rendre?*

L.S.: Le Pays basque car il y a un choix important de poissons, et les habitants cuisinent souvent à l'huile d'olive.

■ **V.P.G.:** *Et à l'étranger?*

L.S.: J'aime la cuisine italienne. Elle utilise légumes, huile d'olive et les produits sont traités simplement, ce qui permet de retrouver toutes les saveurs. Dans cette gastronomie saine, j'apprécie l'aspect santé.

■ **V.P.G.:** *Quels chefs vous font rêver?*

L.S.: Bien que je ne le connaisse pas personnellement, je suis une admiratrice d'Olivier Roellinger dont la cuisine me fait envie. Il utilise beaucoup les épices et j'ai l'impression qu'il essaie vraiment d'harmoniser les saveurs des ingrédients

Propos recueillis
par Alexis Chenu