



Chez Gina Trévier

Découvrez les trucs et astuces de cette femme chef reconvertie sous le soleil du Midi en professeur de gourmandise.

GINA TRÉVIER, CHEF DE LA MAISON TRÉVIER À ISSY-LES-MOULINEAUX DE 1990 À 2005, S'EST INSTALLÉE À CARPENTRAS, DANS LE VAUCLUSE, EN 2006. CETTE AMOUREUSE DE LA CUISINE PROVENÇALE Y A OUVERT UNE MAISON D'HÔTES ET CRÉÉ DES ATELIERS DE CUISINE. LÀ, ELLE APPREND À SES ÉLÈVES TOUS LES SECRETS D'UNE FEMME CHEF.

SA BIBLIOTHEQUE IDÉALE

« **La Grande Cuisine minceur** » (3) de Michel Guérard. Le premier chef qui s'est penché sur nos petites rondeurs. *Ed. Robert*

Laffont, 38 €. « **Vieilles Recettes de cuisine provençale** » et « **les Tables des quatre saisons en Provence** » de Calixtine Chanot-Bullier et Françoise Delesty. Pour retrouver les recettes qui ont bercé mon enfance au Grau-du-Roi. *Ed. P. Tacussel, 22 €.* « **Légumes courants et inconnus** » de Victor Renaud. L'encyclopédie du patrimoine légumier, une merveille de précision et d'originalité. *Ed. Eugen Ulmer, 30 €.*

LES VEDETTES DE SON PLACARD

Des céréales : petit épeautre de Haute-Provence, **riz de Camargue (2)** et **quinoa (4)** pour préparer des risottos de dernière minute. **Des huiles de première pression à froid (1)**, l'olive pour son parfum incomparable, le tournesol pour son petit goût d'artichaut, la noix pour son arôme particulier parfait dans les salades, les pépins de courge pour leur belle couleur verte. Les vinaigres exceptionnels de mes amis vigneron, de quoi sublimer toutes les crudités et réveiller les sauces.

SON FRIGO

Des légumes de saison, des salades, du parmesan pour les salades et les risottos, **des olives de Nyons (5)** et de la tapenade, des yaourts de brebis à la place de la crème fraîche, **des faisselles de chèvre (8)** pour des entrées fraîches ou pour un dessert express avec une confiture de citres (pastèques) ou de tomates vertes. Tout ce qui m'est nécessaire pour préparer un repas imprévu.

SES USTENSILES CHOUCHOUS

Le rice cooker Kenwood (60 € dans le rayon électroménager des grandes surfaces). Je l'utilise pour cuire toutes les céréales et les légumineuses. Un outil parfait pour une cuisson douce et sûre et qui s'arrête tout seul.

La mandoline à truffe (7), petite, efficace et très belle. Une amie me l'a offerte quand je me suis installée à Carpentras, capitale de

la truffe noire. Je l'utilise pour trancher les truffes (mélanos ou brumales), mais aussi pour couper les chips de betterave, les rondelles de concombre, de carotte ou de radis noir.

SES EPICES CHERIES

Le gingembre (6), le citron en zeste séché, la cardamome, de quoi animer tous les plats d'une saveur acidulée. Le saté pour la note exotique donnée à un poisson, une volaille ou une viande blanche.

SON PLAN ECO

Pour l'hiver, les parmentiers, un reste de cabillaud dans lequel j'ajoute une tombée de poireaux bien tendres, une couche de bintjes écrasées, un petit passage au four et le tour est joué, même chose pour du loup ou de la dorade avec du fenouil.

Pour l'été, le « crespéou », des petites omelettes de deux ou trois œufs parfumées et colorées avec tous les légumes et condiments que je trouve (aubergines, oignons rouges, tapenade, pistou, blettes...). Chaque omelette est différente, je les superpose sur une assiette, je couvre d'une cloche à fromage transparente pour maintenir le « gâteau » avant de servir avec du mesclun.

SA RECETTE QUI EN JETTE

Risotto de quinoa aux algues et au saumon

POUR 4 PERSONNES – PRÉPARATION : 10 MIN – CUISSON : 10 MIN. **Faites dorer 2 oignons hachés fin dans le rice cooker. Ajoutez 250 g de quinoa et 100 g d'algues séchées. Couvrez d'eau. Quand elle est absorbée, le risotto est cuit. Le rice cooker va le garder au chaud. Au moment de servir, allégez avec un peu de crème fouettée et ajoutez 180 g de petits cubes de saumon fumé pour colorer et corser la saveur marine.**

PAR ASTRID DE T'SERCLAES. PHOTO XAVIER IMBERT/STUDIO HFA. Voir adresses p. 49

