



le dimanche d'un chef

L'aïoli de la plus jeune étoilée de France

Chaque semaine, un chef nous confie les secrets d'un plat qu'il cuisine chez lui. Du haut de ses 22 ans, la Niçoise de Paris Julia Sedefdjian nous fait partager les saveurs de son enfance.

par Rémi Dechambre photo Nathalie Carnet stylisme Garlone Bardel



Tout d'une grande

L'an dernier, à seulement 21 ans, Julia Sedefdjian a vu la cuisine qu'elle propose aux Fables de la fontaine (Paris 7^e) récompensée par une étoile Michelin, qui vient d'être confirmée pour 2017. Si elle interprète avec finesse des spécialités comme la bourride (soupe proche de la bouillabaisse) ou l'aïoli, elle propose aussi de belles créations comme son jaune d'œuf croustillant, poireaux croquants en vinaigrette d'algues, haddock cru et cuit. On pourra rencontrer cette étoile montante de la gastronomie aux côtés de chefs prestigieux lors du prochain festival Taste of Paris, du 18 au 21 mai, au Grand Palais (8^e).
www.lesfablesdelafontaine.net
www.tasteofparis.com

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, consommez avec modération.

L'aïoli est mon plat fétiche. C'est une spécialité de Nice, où j'ai vécu jusqu'à mes 17 ans. Presque tous les dimanches, il était sur la table familiale. D'ailleurs, ce jour-là, en bons Niçois, on allait aussi faire nos courses au marché du cours Saleya. Pour cette recette, comme j'aime les légumes tendres et goûteux, j'utilise des petits navets, des mini-carottes ou des carottes fanes. Il faut aussi faire attention à ne pas trop cuire le poisson. L'idéal est qu'il soit juste nacré. Quant à la sauce aïoli, je la monte au pilon avec de l'ail et de l'huile. C'est la recette des puristes. Elle demande un bon coup de poignet mais cela vaut la peine : la sauce est très légère.

Savoir faire cuisiner les autres

J'aime tellement ce plat que, aux Fables de la fontaine – le restaurant parisien où je suis chef –, c'est devenu une de mes spécialités. Je vais vous faire une confidence : j'ajoute un jaune d'œuf afin que la sauce aïoli tienne mieux, comme pour une mayonnaise. Vous savez, au restaurant, il faut être plus efficace qu'à la maison. D'ailleurs, les jeunes qui choisissent

ce métier très tôt – c'était à 14 ans pour moi – sont étonnés. Leurs premiers jours ne ressemblent pas à ce qu'ils avaient imaginé. On n'a pas, comme dans "Top Chef", deux heures pour envoyer quatre assiettes... on est plus proche des 100 ! Il faut être extrêmement motivé, mais ça ne suffit pas. Il y a aussi un déclin, qu'on a plus ou moins tôt, qui consiste à s'investir pour comprendre ce que l'on fait, à prendre des responsabilités et à les assumer. Pour moi, il a eu lieu pendant ma deuxième année d'apprentissage, à Nice, chez le chef David Faure. Après cela, le plus gros défi pour un jeune est, en plus de cuisiner lui-même, de savoir faire cuisiner les autres. Il faut avoir du caractère pour être respecté et obtenir de l'équipe le résultat souhaité, quitte à froisser en étant autoritaire. Cela peut paraître difficile mais ça s'apprend. Et j'ai eu la chance de faire très tôt de bonnes rencontres. Dans mon restaurant actuel, mon prédécesseur – le chef Anthony David – a mis sur moi alors que j'étais toute jeune et le directeur, David Bottreau, me fait vraiment confiance. Une belle leçon d'humanité qui n'est pas étrangère au fait d'avoir décroché une étoile ! »

trois vins pour le bon accord



Un pouilly-fumé. Avec ses notes d'agrumes, ce blanc minéral s'accorde avec les poissons et l'aïoli. Choisi par Julia, celui-ci fait partie des plus réputés de l'appellation. Cuvée 2015, Domaine Jonathan Didier Pabiot, à partir de 18 €.



Un blancu gentile. Frais et gourmand, ce vin blanc corse peut accompagner tout le repas, de l'apéritif au fromage en passant par notre aïoli ! Cuvée 2014, Domaine Yves Leccia, à partir de 21,60 €.



Un viognier d'Ardèche. Original et plus abordable, ce viognier est frais, rond et charnu. Il joue la complémentarité avec le côté gourmand et canaille de l'aïoli. Cuvée 2014, Maison Louis Latour, à partir de 8 €.

photos © L. Pajaud/H. Lucas, SP



Le soleil de Nice dans l'assiette

Nous avons réalisé l'aïoli de lieu de Julia Sedefdjian

Difficulté ★★★★★

Coût ★★★★★

Cuisson 30 minutes

Préparation 30 minutes

Pour 4 personnes 4 pavés de lieu jaune, 8 mini-carottes fanes, 8 cebettes, 4 petits navets, 4 pommes de terre, 5 cl de vin blanc, 2 oignons rouges, 2 betteraves cuites, 4 gousses d'ail, 4 branches de thym, huile d'olive, gros sel, poivre, safran, sucre semoule.

Sauce aïoli Faites une mayonnaise et incorporez-y l'ail pilé.

Coulis de betterave Epluchez les betteraves cuites, mixez avec 25 cl d'eau, du sel et du poivre.

Poisson et légumes Répartissez le gros sel sur les pavés de lieu pendant

5 minutes pour faire tenir la chair du poisson à la cuisson. Rincez-les et séchez-les avec de l'essuie-tout. Poivrez-les, et réservez au frais avec une branche de thym et de l'huile d'olive. Cuisez les carottes à l'eau bouillante salée pendant 5 minutes. Taillez le vert des cebettes et cuisez-le 2 min, épluchez et taillez les navets en 4, cuisez-les 6 min, le tout à l'eau. Epluchez les pommes de terre et cuisez-les dans de l'eau frémissante salée et safranée pendant 8 min. Epluchez et coupez les oignons rouges en 8. Enduisez-les d'huile d'olive, salez, poivrez et sucrez. Mettez au four 15 min à 180°C. Faites cuire le poisson à la vapeur à 100°C entre 5 et 10 minutes.

