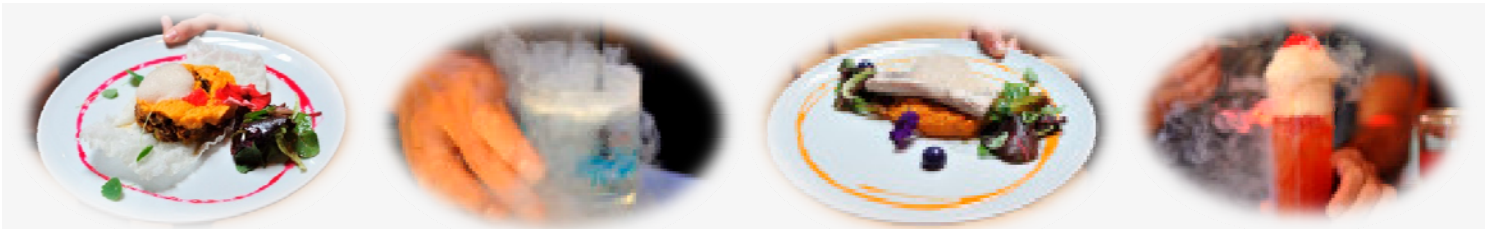


29 juillet 2015 | 21:23

Démocratiser la cuisine moléculaire



Par Dominique Cambron-Goulet [Métro](#)



Le pâté chinois à l'agneau et au canard, avec patates douces, «air» et «caviar» de ketchup.

Denis Beaumont/[Métro](#) Previous photo Next photo



Le restaurant Fibo, situé dans le Vieux-Montréal, s'affiche comme un restaurant de cuisine moléculaire. Pourtant, il offre un menu accessible, malgré ce «terme qui peut faire peur», avoue son chef propriétaire, Sylvain Proulx.

La cuisine moléculaire, qui s'intéresse aux processus de transformation de la nourriture, a été propulsée sur la scène gastronomique internationale au début des années 2000 grâce au chef espagnol Ferran Adrià et à son restaurant El Bulli, aujourd'hui fermé. «Plusieurs restaurants ont peur de s'afficher comme faisant de la cuisine moléculaire, parce que les gens croient que ça va coûter très cher et qu'ils auront encore faim en sortant», soutient Sylvain Proulx.

Le chef du Fibo souligne que son approche est à l'opposé de celle pratiquée jadis au El Bulli et dans les grands restaurants. «Mon but à moi, c'est de démocratiser la cuisine moléculaire, dit-il. Ce qui coûte cher dans les grands restos, ce sont les bons ingrédients, mais surtout la mise en place. C'est d'avoir 30 personnes qui font le service et de gérer quasiment une manufacture en cuisine.» Avec son équipe qui se limite à un serveur, un barman et un cuisinier en plus du propriétaire, Fibo est loin de cette formule. Reste qu'on y va pour une occasion spéciale, puisque les plats principaux coûtent entre 25\$ et 45\$, et les entrées, entre 10\$ et 20\$.

Dans ce restaurant, on combine des techniques issues de la cuisine moléculaire avec des plats plus traditionnels. On pense par exemple au pâté chinois au canard et à l'agneau, qui est orné de «caviar» de ketchup. «On mélange [le ketchup] à de l'alginate de sodium, qu'on laisse ensuite tomber goutte à goutte dans du lactate de calcium», indique M. Proulx. Chaque goutte devient alors une petite perle de saveur qui éclate lorsqu'on la croque.

«J'ai appris à l'université YouTube. J'ai regardé des clips et j'ai adapté mes propres recettes.» – Sylvain Proulx, chef propriétaire de Fibo, un ancien planchiste professionnel qui n'a pas de formation de chimiste

Le bar du Fibo est lui aussi un lieu de découvertes, puisque le même procédé est utilisé avec de la sauce Tabasco dans les Bloody Caesar maison. Cette version du fameux cocktail est recouverte d'un «air» de lime. Les airs sont parmi les plats fétiches de la gastronomie moléculaire. Il s'agit de jus parfumés avec une saveur au choix, battus avec de la lécithine de soya. «Cela a pour effet de séparer la molécule d'air de celle d'eau», explique le chef. Le résultat est une mousse très légère, qui a le goût du jus. On peut en faire à presque n'importe quoi.

Les produits qui servent à la création de la cuisine moléculaire ne sont pas en vente dans toutes les épicereries. «C'est sûr que ça se trouve, mais utiliser de l'azote liquide, ce n'est pas une chose qu'on va vouloir faire à la maison, pense Sylvain Proulx. C'est trop compliqué et en l'occurrence, ça peut être dangereux.» Toutefois, il dit que si on est créatif, il est très facile de s'amuser.

Un peu de science

Si les composés qui servent à faire les «caviars» et les airs ont des consonances chimiques qui peuvent rebuter, Sylvain Proulx insiste sur la différence entre conservation et transformation. «De l'alginate de sodium, c'est des algues. Du lactate de calcium, c'est du sel extrêmement raffiné qu'on transforme dans de l'eau, dit-il pour illustrer le principe. Ce qu'il y a dans un pot de ketchup commercial, c'est des produits de conservation. Moi, je m'intéresse à la transformation. Je n'ai pas besoin de conserver quelque chose pendant deux ans.»