Sublimer les restes avec René Schudel

On dit qu'un cuisinier dévoile tout son art lorsqu'il accommode des restes. Le restaurateur René Schudel nous explique comment il évite le gaspillage et redonne une seconde vie aux aliments de la veille dans le respect du produit. Avec une bonne organisation et une touche de créativité, le résultat est époustouflant.

Texte: Gabriela Bonin Photos (reportage): Flurina Rothenberger
Recettes: Silvia Erne-Bryner Stylisme: Irène de Giacomo Photos (recettes): Ruth Küng

Utiliser des légumes frais de saison est essentiel, même quand il s'agit d'accommoder des restes.

Une bonne organisation évite les restes ou permet de les intégrer à d'autres recettes.

Tout est question d'organisation! Il est 9 heures. L'équipe de René Schudel, 37 ans, se réunit dans l'élégant restaurant du chef, *benacus*, à Interlaken, pour discuter des plats qui seront servis aujourd'hui. Comme chaque jour, la brigade entend offrir une cuisine «créative, authentique et honnête», explique le lauréat du «Best of Swiss Gastro Award», devenu célèbre grâce à son émission culinaire *Flavorites* diffusée sur ProSieben Suisse.

La carte propose des «fricadelles de saumon et de cabillaud pochés en nage de fruits au curry et à la coriandre» et des «penne sauce crémeuse à la moutarde, légumes du jour et parmesan». Le jeune cui-

René Schudel rectifie l'assaisonnement avec l'aide de Patricia Zajmalowski.

Tous les ingrédients achetés ne sont pas utilisés le jour même.

sinier Alejandro Sobral suggère d'utiliser le saumon fumé de la veille pour les fricadelles. Le chef acquiesce de la tête. Toujours concentré, il parle peu lors de ces réunions.

S'il se distingue par son côté rock'n roll, ses formules originales et son style de vie non conventionnel, le professionnel suit des principes précis dans son métier: «La qualité, c'est sacré!», révèle-t-il tout en soulignant qu'il travaille toujours dans le respect du produit ou de l'animal.

Ce n'est donc pas étonnant qu'il veille à ne jeter aucun aliment encore consommable. Il sait par ailleurs qu'il ne pourrait pas s'y retrouver financièrement: outre les prix des marchandises, trop élevés, les frais d'élimination des déchets alimentaires représentent désormais un poste de dépense important.

Actions contre le gaspillage

Selon la plateforme d'information et de dialogue indépendante Foodwaste.ch, 2,3 millions de tonnes de nourriture sont jetées tous les ans en Suisse, soit chaque jour 800 g par personne. Nous avons cependant tous les moyens d'empêcher ce gaspillage. Pour cela, le site propose différentes astuces pour le quotidien. Liens utiles:

- **www.tablecouvretoi.ch: organisation distribuant aux nécessiteux des aliments de la grande distribution pouvant encore être consommés**
- **www.partage.ch: association récoltant, triant et redistribuant des produits alimentaires à des services sociaux**
- **www.cuisinorama.com: entrez les restes que vous avez et obtenez de nombreuses idées de recettes.**
- **www.wwf.ch/fr/savoir/consommation/manger_boire/gaspillage_alimentaire: informations sur le gaspillage alimentaire, conseils, recettes**

René Schudel achète des poulets entiers car il parvient à en utiliser 95%.

Bien découpé, un poulet permet de réaliser différents plats.

Donner un second souffle aux plats les sublime

Comment René Schudel et son équipe gèrent-ils alors les restes? Leur clientèle exigeante accepte-t-elle de se voir servir des aliments «recyclés»? Oui, quand on propose des mets de qualité et que l'on fait preuve de transparence. Cela est primordial, insiste René Schudel, les clients le remarqueraient. Il souhaite par ailleurs redorer le blason de ce type de cuisine, qui souffre à tort d'une image négative. «Les restes sont des produits à part entière qui offrent en effet de multiples possibilités».

Le professionnel sait également que certains aliments révèlent davantage leur saveur dans une deuxième préparation. Le haché de bœuf, par exemple, sera plus goûteux le lendemain servi en empanada à l'apéritif. Et que dire du magret de canard cuit il y a deux jours? Fumé, découpé froid puis dressé sur un lit de salade, il fera «un tabac», se réjouit le restaurateur. Ce dernier se sert également de pain rassis pour préparer de délicieux knödels. La saucisse bernoise proposée chaude avec des pommes de terre et des poireaux agrémentera avec bonheur une salade: ce sont les papilles des clients qui seront ravies. René Schudel nous prouve ainsi qu'il ne s'agit pas d'associer simplement des restes avec de nouveaux aliments mais de retravailler des produits ayant déjà été préparés la veille.

Tous les cuisiniers amateurs le savent bien: il n'y a pas de röstis bernois sans pommes de terre en robe des champs, ni de polenta gratinée au fromage sans bouillie à base de farine de maïs. La liste de recettes à base de restes pourrait être longue mais elle devient intéressante quand elle fait place à la créativité.

«Il existe d'innombrables possibilités de cuisiner un produit brut.»

La créativité d'un cuisinier se mesure à la façon dont il met en valeur les restes. René Schudel est convaincu d'une chose: la façon dont les cuisiniers amateurs et professionnels accommodent les restes témoigne de leur créativité. En effet, il existe d'innombrables possibilités de cuisinier un produit brut. Si ce dernier est déjà bouilli, cuit à la vapeur ou grillé, il faut faire preuve d'un véritable savoir-faire: «Créer un nouveau plat qui suscite l'émerveillement fait partie de mon métier», souligne-t-il avec passion.

Place maintenant à la démonstration! La réunion, qui a duré une quinzaine de minutes, est terminée. Le chef nous conduit sur le théâtre de ses expérimentations: sa cuisine. Alejandro Sobral hache des morceaux de poisson de tailles disparates, le saumon fumé de la veille et le cabillaud frais, ainsi que des légumes croquants pour confectionner ses fricadelles. Seuls les meilleurs ingrédients sont repris. Toutefois la saveur des prochaines fricadelles, qui figureront peut-être à nouveau au menu dans quelques semaines, sera différente selon les ingrédients frais et les restes de poisson dont disposera alors Alejandro.

René Schudel nous mène à présent à Patricia Zajmalowski, qui découpe des quartiers de colrave et rassemble des pelures de légumes: précieusement conservées, elles serviront à la confection d'un bouillon pour le colrave. «Les épluchures intensifieront le goût du légume, explique le propriétaire du benacus. Chez nous, rien ne se perd, nous préparons avec un 'thé aux légumes', très parfumé, qui remplacera l'eau dans les cuissons.»

«L'utilisation des épluchures intensifie le goût des légumes.»

René Schudel s'empare à présent d'un poulet entier et découpe agilement toutes les parties de l'animal pour nous montrer qu'il n'est jamais trop tôt pour éviter le gaspillage. Tout commence au moment de l'achat. En préférant une volaille entière à des morceaux prédécoupés, on fait non seulement des économies (95% de l'animal peut être utilisé) mais on garde également le contrôle sur l'intégralité du produit: la peau servira de matière grasse; le blanc, grillé ou poché, sera délicieux cuit à la vapeur avec du soja et du gingembre; les ailes deviendront de croustillants chicken wings; les ailerons seront la base de petites bouchées panées apéritives; les cuisses pourront être braisées. Enfin les os et les quelques restes permettront de réaliser un succulent fond de volaille. René Schudel ajoute avec enthousiasme: «Il n'y a rien de meilleur qu'une salade agrémentée de restes de cuisse braisée.»

Un délicieux parfum titille peu à peu nos narines. Il s'agit des fricadelles d'Alejandro dressées sur de jolis cubes de riz et arrosées d'une nage au curry: un régal pour les yeux et les papilles. Une chose est sûre, il n'y aura aucun reste!

Conseils d'une paysanne

Mère de cinq enfants et enseignante en économie domestique, Clara Helfenstein, 47 ans, est une paysanne lucernoise très active. Chaque jour, elle cuisine un repas chaud pour le dîner et se remet aussi souvent aux fourneaux le soir. Elle confectionne pain et pâtisseries elle-même. Fruits, légumes, produits laitiers, pommes de terre et viande de porc et de bœuf: les denrées qu'elle utilise proviennent majoritairement de sa ferme. Tout l'hiver, cette vaillante quarantenaire prépare des soupes en doublant les quantités pour en avoir d'avance. Elle procède de la même façon pour ses délicieux knöpflis. Revenus dans du beurre lors du deuxième service, ils gagnent encore en saveur.

Chez les Helfenstein, les recettes traditionnelles pour accommoder les restes sont très appréciées, comme les gratins avec du fromage et des pâtes ou les röstis de pommes: «Je fais revenir de fines tranches de pain rassis dans du beurre à rôtir, puis je verse des rondelles de pommes pelées, des raisins, de la cannelle et du sucre. En revanche, pour les croûtes dorées, je me passe de ce dernier: je mélange seulement des œufs, un peu de sel et de l'eau. Chacun les déguste selon ses goûts», explique Clara.

Un apprenti lui a récemment donné une excellente idée: «Il m'a raconté que sa mère enrobait les restes de choucroute dans le jambon, nappait le tout de béchamel avant de le faire gratiner au four. J'ai immédiatement essayé: un régal!»

Seuls deux produits semblent résister à la créativité de cette experte qui excelle dans l'art d'accompagner les restes: la fondue et les frites. Pour le premier plat, elle essaie de bien doser les quantités et si les invités ont encore faim, elle ajoute un œuf ou deux dans le caquelon. Et les restes dont elle ne sait vraiment que faire, c'est son chat qui s'en charge. Il engloutit les dernières bouchées à la vitesse de l'éclair!