

Texte ANITA LEHMEIER

GORGE EN FEU

Douleur, stimulation et saveur, telles sont les trois sensations que l'on attend d'une sauce pimentée. Explications.

Nous aimons les sauces pimentées pour une (bonne) raison: le piquant stimule. C'est de la chimie. Le composant actif qui réchauffe littéralement nos sens s'appelle capsaïcine. Elle produit une sensation de brûlure dans la bouche. Le corps réagit immédiatement à cette tromperie thermique en transpirant, en augmentant le flux circulatoire sanguin, en salivant beaucoup et en sécrétant des endorphines. Ces hormones du plaisir endogènes ont des effets comparables à la morphine: elles apaisent la douleur et sont euphorisantes, ce qui peut causer des fous rires incontrôlés. Une réaction connue sous le nom de *pepper high*. Quiconque a ressenti une fois le feu du piment sait qu'il peut devenir accro. Rudolph Valentino, le sex-symbol du cinéma muet hollywoodien, fut tristement célèbre pour sa consommation excessive de piments. D'après la légende, il utilisait ces petits diables en suppositoires, comme stimulants sexuels. Une manière de les «consommer» sur laquelle nous n'allons pas nous étendre ici. Car on risquerait de passer à côté de ce qu'il y a de meilleur en eux: leur goût.

«Leur piquant n'est qu'une de leurs facettes, la palette de leurs saveurs est beaucoup plus intéressante», souligne Beat

Heuberger, commerçant en épices dans le Kreis 4, à Zurich, et spécialiste des piments. «Il en existe plus de 10 000 variétés. J'en fais pousser en Espagne à peu près une cinquantaine, en grande partie bios, dans la région de Valence. Chacune a son caractère.» Il transforme lui-même la récolte en délices piquantes à fort potentiel addictif. Quand on a goûté à son *sambal oelek*, à a harissa marocaine ou à son ketchup à base de tomates roses de Berne, plus question de toucher aux produits industriels. Et sa création baptisée Halluzination, à base de *red savina habanero*, qui atteint la force 11, est un défi même pour les palais les plus habitués au feu.

En parlant de force, pour l'évaluer, oubliez l'échelle de Scoville, inventée en 1912, qui va de 0 à 2 millions. Une absurdité, car aucun palais n'est capable de distinctions aussi fines. Ou alors seulement ceux qui font preuve de courage et osent tester des curiosités au nom tapageur comme Toxic Waste, Ass Reaper, Kryptonite, Brain Damage ou Fifty Shades of Red. Pour un usage culinaire, l'échelle courante, qui va de 1 à 12, suffit amplement.

On peut très bien goûter aux plus puissantes saveurs, d'après notre spécialiste. Certes, notre corps réagit à la douleur, comme on l'a vu ci-dessus. Mais il finit par s'habituer à la brûlure. Pour cela, il suffit d'augmenter les quantités et la force progressivement. En cas d'overdose, le lait, le yaourt ou le miel apaisent le feu. A condition de ne pas choisir celui de Beat Heuberger, au piment. Une création maison, force 5, où se mêlent douceur et piquant, dont cet alchimiste des arômes garde la formule secrète.

Pour accompagner les sauces pimentées, Nils Mager, directeur des ventes au Delicatessa Globus et cuisinier de formation, recommande de boire un thé à la menthe chaud ou une bière fraîche, une Indian pale-ale. Il est incollable sur les sauces piquantes: «Ce sont surtout les hommes qui réclament ces saveurs fortes. Et depuis que

le Mexique est devenu une destination à la mode, la demande a encore augmenté.» Il a ramené une recette de là-bas: peler et râper des tomates fraîches, relever d'un peu de vodka, épicer de piments doux – c'est prêt! Voilà une petite collation estivale qui réchauffe avant de donner une sensation de fraîcheur. Bien sûr, on peut cuisiner avec des sauces au piment, car la capsaïcine résiste à la chaleur. Pour assaisonner, notre spécialiste recommande de mouliner des piments secs dans un moulin à poivre. On peut ainsi doser la saveur à chaque tour. La variété *habanero* est l'une de ses préférées. «Tout juste coupé, il ne révèle pas immédiatement sa force, ce qui peut surprendre.»

Nils Mager est d'accord avec Beat Heuberger sur le fait que la puissance n'est que l'une des composantes des sauces aux piments. Elle n'a pas de goût, elle renforce juste les arômes doux, salés, amers, acides et umamis. Cela dépend de l'équilibre, du mélange avec les autres ingrédients des sauces. Il vaut la peine d'essayer. Un quart de la population mondiale consomme des piments au quotidien. Autant de gens ne peuvent pas se tromper.



FORCE

2

SUPPORTABLE, MÊME POUR LES DÉBUTANTS

Tsuri Sauce Number 1, sur tsurisauce.ch, 12 fr. 90 les 200 ml.



FORCE

3

LES ENFANTS PEUVENT L'ESSAYER SUR LES FRITES

Great British Tomato & Habanero Chili Sauce, chez Globus, 7 fr. 90 les 320 g.



FORCE

4

EN INDE, ON TROUVERAIT ÇA LÉGER

Hot Curry du chef étoilé H. Real du Liechtenstein, chez Globus, 11 fr. 90 les 150 g.



FORCE

5

SORTEZ VOS MOUCHOIRS

Miel au piment Golden Habanero, chez Beat Heuberger, 13 fr. les 260 g.



FORCE

6

DONNERAIT DES BOUFFÉES DE CHALEUR À UNE NONNE

Tsuri Sauce Number 2, sur tsurisauce.ch, 6 fr. 40 les 50 ml.



FORCE

7

ÇA DEVIENT SÉRIEUX

Sambal Oelek Thai Bangkok, chez Beat Heuberger, 13 fr. 60 les 90 g.



FORCE

8

À RÉSERVER AUX PALAIS ENTRAÎNÉS

Rufus Teague Blazin' Hot made in Kansas City, chez Manor, 9 fr. 80 les 454 g.



FORCE

9

À DÉGUSTER AVEC PRÉCAUTION

African Birds Eye Chilli Addict, chez Globus, 8 fr. 90 les 200 ml.



FORCE

10

DIABOLIQUES PETITES CORNES

Habaneros frais, p. ex. chez Coop.



FORCE

11

AU FEU!

Chili Bird's Eye, grains entiers secs, Altes Gewürzamt, sur gewuerzamt.ch, 13 fr. 90 les 40 g.