



PAR | BY DAVID SZANTO

Renouer avec ses racines

Rooting Around for Dinner

Les légumes-racines ne sont d'aucun intérêt? Voilà un mythe que dénonce vigoureusement Poya Saffari des *Jardins de la résistance*. Pour lui, ces légumes ont une texture riche et ils sont savoureux, en plus d'avoir du caractère. « La culture des carottes exige énormément de temps et beaucoup de soins. Ce sont des légumes capricieux, futés et exigeants. » Quant aux radis blancs (daikons) ils se dressent fièrement du haut de leurs 60 cm. Et que dire du céleri-rave, cette petite balle échevelée qui se pointe au ras du sol ?

Comme les gens ne dépendent plus des légumes-racines pour s'alimenter en hiver, ils ont tendance à les bouder et à leur préférer les pousses vertes de la Californie et les asperges du Chili. Toutefois, racines, rhizomes et tubercules constituent le système de stockage d'énergie des plantes et ils sont à la fois nourrissants et savoureux. Sans compter que leur empreinte écologique est moindre que celles des légumes cultivés en serre ou à l'étranger.

Anne Desjardins, chef propriétaire du restaurant L'eau à la bouche, est une adepte de l'achat local. Elle adore ses légumes-racines qu'elle cultive religieusement : « L'été québécois est de courte durée, il faut l'accepter et exploiter nos ressources. » Pour les palais timides, elle recommande tout simplement la purée de panais ou de céleris raves. Il suffit de les faire bouillir, de passer au mélangeur avec un peu de yogourt et on obtient un plat d'accompagnement onctueux. Pour une touche plus attrayante, elle propose des fausses frites : carottes, patates douces ou rutabagas en julienne que l'on fait cuire à 450°F dans un peu d'huile d'olive. C'est rapide, c'est croustillant et c'est légèrement sucré.

Oubliez le navet d'antan qui n'a plus la cote et optez plutôt pour une purée de betteraves rouges ou jaunes, relevée d'un peu de vinaigre de vin et de poivre noir. Ça met de la couleur et c'est appétissant. Pour accompagner les rôtis, rien ne vaut les pommes de terre bouillies passées à la moulinette. Et enfin les daikons pelés, piquants et croquants font un excellent hors d'œuvre.

Fiers ou modestes, d'ici ou d'ailleurs, les légumes-racines peuvent agrémenter nos repas d'hiver, pour autant qu'on les apprête avec un peu d'imagination. **M**

It's a big old myth that root vegetables are boring. Poya Saffari, of Les Jardins de la Résistance, thinks just the opposite, finding them rich in texture, taste, and even personality. "Carrots are incredibly difficult, and long to grow. They are picky, astute, meticulous." Daikons? Quite another matter—brassy and pompous, he says, with their two-foot-tall tops. And celery roots? "Kind of freaks. Like little aliens, poking out above the soil."

No longer dependent on root vegetables during winter, much of the population now scorns them in favour of Californian microgreens and Chilean asparagus. But because they are the plant's energy-storage system, roots and rhizomes and tubers are nutritious and satisfying, and they don't have as big an energy footprint as fresh veg from hothouses or foreign lands.

Chef-owner of l'Eau à la Bouche and localness advocate Anne Desjardins loves her roots and the challenge of Québec's short growing season: "We have to live with it, and we have to take advantage of it, too."

For traditionalists, she recommends simple root-vegetable purées, like parsnip or celery root. Boiled and food-processed with a little yogurt, they become a silky side dish. To jazz things up, fausses frites made from julienned carrots, sweet potatoes, or turnips, and baked in a 450°F oven with a little olive oil, are a quick, sweet, and crispy treat.

Ancient rutabagas are nobody's dinnertime friend, but golden and red beets, mashed with a little wine vinegar and black pepper offer a surprising shot of colour to any plate. Steamed potatoes, put through a vegetable mill, become a fluffy pillow for savoury roast meats. Shaved daikon, with its spicy bite and snap, makes for a lively hors d'oeuvre.

Whether they're brassy or freaky, alien or local, root vegetables plus a little imagination can make January to March a taste- and texture-filled feast. **M**

David Szanto enseigne la gastronomie, les études alimentaires et les communications à l'Université du Québec à Montréal, à l'Université Concordia et à l'Université des sciences gastronomiques en Italie. Il vit à Montréal. Il a entrepris cet automne des études en vue d'un doctorat interdisciplinaire en gastronomie à Concordia. **M** David Szanto teaches Gastronomy, Food Studies, and Communications at l'Université du Québec à Montréal, Concordia University, and the University of Gastronomic Sciences, in Italy. He lives in Montréal, where he began an interdisciplinary doctoral program in Gastronomy this autumn at Concordia.