

**Zeitschrift:** Générations  
**Herausgeber:** Générations, société coopérative, sans but lucratif  
**Band:** - (2017)  
**Heft:** 96

**Artikel:** Magnus est grand, son gravlax aussi  
**Autor:** Zbinden, Véronique  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-830490>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 07.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Magique, la meringue sans œuf...

On ignore généralement que l'eau de cuisson des pois chiches est aussi bourrée de vertus. Riche en protéines, le liquide gluant des conserves se prête à la plupart des usages du blanc d'œuf et se monte de même au batteur: meringues, îles flottantes ou mayo. Un bémol? Pour une texture ferme, il faut parfois ruser, par exemple en ajoutant un peu de féculle. Pour 100 g de jus, on ajoute peu à peu 100 g de sucre glace en continuant de battre, on passe en poche à douille et hop au four tiède!



## VIE, MORT ET RÉSURRECTION DE LA BÛCHE

Depuis l'invention de la bûche, vers 1830, la recette classique — génoise + crème au beurre — avait peu varié. C'était avant l'avènement des stars nommées Hermé ou Michalak, qui usent désormais du gras et du sucre avec une parcimonie cistercienne. La collection 2017 de bûches des pâtissiers genevois s'inscrit dans la même ligne. Légèreté,

architecture, textures... La forme? Une boule de neige, le Mont-Fuji, la banquise. Le fond? Adieu crème au beurre, bonjour mousses, agrumes, sorbets. Des parfums de fruits rouges, de citron meringué ou des bûches vraiment givrées avec sorbets yuzu et mangue pour les orfèvres de Plainpalais Christophe et Pilar Berger.

# Magnus est grand, son gravlax aussi

Ou comment réussir le plat phare de la cuisine suédoise grâce à un bon fournisseur et au meilleur chef nordique.

Gravlax? Pour les Fêtes, on relève le défi du plat emblématique de nos cousins Vikings à base de saumon. Avec l'aide de deux experts: Magnus Nilsson, le plus grand des chefs nordiques\*, et Dominique Lucas (photo du haut), importateur avisé de produits de la mer.

On commence par choisir son saumon: sauvage ou d'élevage? Le premier représente moins de 5% des ventes et sa saison, c'est l'été... Quant à l'origine, la Norvège assure plus de la moitié de la production mondiale (1,3 million de tonnes). Avec son cahier des charges exigeant, le saumon écossais label rouge est une bonne piste. De même que d'autres microproductions, de l'Irlande aux Côtes-d'Armor.

La question principale tient pour Dominique à la fraîcheur: «Brillant, ferme, il doit sentir les embruns, plutôt que les algues à marée basse...» Et la taille? Idéalement, un costaud de 3 à 4 kilos entier. Là-dessus, on fait écailleur la bête, mais on garde la

peau pour la tenue. Et on en vient à notre gravlax, mot suédois signifiant «enterrer»... La recette primitive consistait à enterrer un saumon saumuré pour qu'il fermente; elle évolue dès le XVIII<sup>e</sup> pour aboutir à moult variantes, mais deux constantes: le poivre blanc et l'aneth.

Magnus Nilsson compte 1 kilo de filets écaillés, mais avec la peau, pour 4 cuillères à soupe de sel, 4 cuillères à soupe de sucre, 20 grains de poivre concassé, 1 bouquet d'aneth frais. Bien masser la chair avec la marinade pour l'enrober complètement et la placer dans un sac plastique, sous un poids, au frigo. Laisser reposer 24 heures, avant d'éliminer le sel, puis oublier 24 heures encore pour que la chair respire. Et avec ça? Des pommes de terre en robe et une crème à l'aneth...

VÉRONIQUE ZBINDEN

\*La cuisine des pays nordiques, Editions Phaidon.

