Huile aux herbes maison

Tipp von Esther Kern

Quand on lui demande comment sublimer un plat, Fabian Fuchs, chef de cuisine au restaurant EquiTable à Zurich et ambassadeur V-ZUG, répond sans détour: avec de l'huile aux herbes. Il n'hésite pas à verser un filet d'huile verte sur les salades, les potages ou la viande.

Il la prépare tout simplement au Thermomix: il suffit de placer des herbes et de l'huile de tournesol à proportions égales, puis de mélanger à 60 degrés pendant 8 minutes. A défaut de Thermomix, on peut tout aussi bien faire chauffer l'huile légèrement, puis bien mélanger.

Quant à savoir s'il faut filtrer l'huile, Fabian Fuchs est catégorique: «Oui. Personnellement, j'utilise un tamis. Elle se conserve ensuite au réfrigérateur pendant environ deux mois. Ensuite, je la congèle.»

Son plat préféré avec de l'huile aux herbes est le risotto d'épeautre rehaussé de quelques gouttes d'huile d'ail des ours.

Zug, April 2021 © by V-ZUG