

L'umami est mis à l'honneur par le chef Alexandre Bourdas (ci-dessous) dans son veau cru au jus blanc, pesto et salami d'Aveyron (ci-contre), et son homard poché, bouillon clair à la noix de coco, livèche et coriandre.



Akira Saito, Virginie Garnier



GASTRONOMIE

## L'umami séduit.

Présent dans le parmesan ou la tomate mûre, ce "cinquième goût" bien connu au Japon surprend les papilles occidentales et fascine les grands chefs.

Après le sucré, le salé, l'acide et l'amer, l'umami - considéré comme le « cinquième goût » - a été découvert par Kikunae Ikeda, professeur à l'Université impériale de Tokyo, il y a un peu plus de cent ans. Il reste une énigme pour l'immense majorité des palais occidentaux. Cette saveur caractéristique du *dashi*, le bouillon japonais à la base de la (vraie) soupe miso, se dévoile dans des produits aussi variés que le parmesan, la bonite séchée, la tomate mûre ou le roquefort... Il s'invite désormais sur nos tables, grâce notamment à l'émergence d'une génération de chefs nippons installés en France. Un livre va peut-être nous sortir de ce brouillard gustatif. *Umami. The Fifth Taste*, (Japan Publications Trading Co, en anglais) rassemble les contributions et recettes de dix chefs, dont le Français Alexandre Bourdas (SaQuaNa à Honfleur et Pascade à Paris), qui nous guident dans cette quête. Le cuisinier raconte : « J'ai vécu trois ans au Japon. J'ai appris à trouver cette sensation d'hypergourmandise. Je n'avais pas les repères. Au Japon, la notion de saveur est très différente. Ici, nous sommes un peu trop rustiques. Dans ma cuisine, inconsciemment, j'utilise beaucoup d'ingrédients riches en umami - je suis originaire de l'Aveyron et la charcuterie ou le roquefort en sont pleins - et j'exploite régulièrement les synergies entre l'umami et les autres aliments. » Aujourd'hui, ce goût a la cote. Il est devenu

un argument de vente, jusque dans la junk food. La chaîne de restaurants Umami Burger fait un carton aux Etats-Unis avec son sandwich à la viande saignante, sa tulle de parmesan et sa tomate rôtie. Et une étude publiée dans *The American Journal of Clinical Nutrition* tend à prouver que ce cinquième goût accentue la satiété. Reste à le reconnaître dans nos assiettes. Boris Coridian

*Umami. The Fifth Taste*, (Japan Publications Trading Co), disponible en France le 18 septembre 2014.