



## CUISINE

# Riz au lait, un grain de nostalgie

Soupirs d'aise ou haut-le-cœur, ce doudou roboratif et indémodable ne laisse personne indifférent

Stéphanie Noblet

**C**ertains en restent comme deux ronds de flan et se damneraient pour racler la dernière cuillerée. D'autres sont estomaqués avant même d'y goûter, ou écœurés dès la première bouchée. Le riz au lait fait partie de ces recettes qui suscitent soit une franche adhésion, soit un rejet viscéral. Pas du genre à laisser indifférent. Et pourtant, les ingrédients entrant dans sa composition sont on ne peut plus simples et consensuels – du riz, du lait, du sucre et de la vanille, pour la version de base. Rien d'exotique, d'inconnu, de fort en goût ou de farfêlu susceptible d'effrayer le mangeur timoré.

Pourquoi tant de passion ? Probablement parce qu'il y a dans cette recette une bonne part d'immatériel, de souvenir émotionnel lié à l'enfance. Il suffit de faire le test autour de soi – ou d'interroger de grands chefs ou pâtisseries : évoquer le riz au lait, c'est convoquer une partie de la famille, la mère, la grand-mère le plus souvent, les tantes et les cousins au passage, la recette transmise de génération en génération et toute la nostalgie qui va avec. Ce plongeon dans un bain blanc et lacté, sucré, onctueux et parfumé, ponctué de grains de riz comme autant d'îlots de douceur régressive, comment y résister ? Ce n'est pas un vulgaire dessert mais un billet pour un voyage mélancolique, un doudou roboratif pour adulte en mal de tendresse, une expédition punitive pour mangeur sage contemporain ayant banni le lait et le sucre (ouf, le riz est sans gluten).

A l'inverse, cette quintessence de l'entremets déplaît parfois du fait de sa nature même. D'aucuns répugnent à manger du riz dans une préparation sucrée ; d'autres sont gênés par la texture créée par l'amidon libéré en cours de cuisson (et boudent le risotto salé pour la même



raison); les plus catégoriques n'y voient qu'une bouillie informe destinée aux « sans-dents » du jeune et du grand âge. Il n'empêche : au côté du flan, de la crème caramel et des œufs à la neige, le riz au lait résiste à toutes les modes et demeure un emblème de la cuisine de bistrot en même temps qu'un grand classique des desserts familiaux. Aussi généreux que peu onéreux.

Le faible nombre et l'extrême simplicité de ses ingrédients doivent conduire au plus haut degré d'exigence sur leur qualité : le riz sera rond (parfois appelé « spécial dessert »), le lait, entier et bio, la vanille, en gousse jeune, grasse et charnue. Baisser la garde sur un des piliers – une vanille desséchée et maigrelette ou, pire, de synthèse – et c'est la médiocrité assurée. Le seul écueil, dans la préparation de cette recette enfantine, est d'obtenir le juste degré de cuisson du riz, par absorption d'une grande partie du lait, tout en conservant une consistance suffisamment liquide – ce qui la distingue du gâteau de riz, plus ferme et contenant des œufs. Pour fendre l'armure des grains de riz et faciliter la libération de leur amidon, une astuce consiste à les immerger rapidement dans une casserole d'eau à ébullition, avant de les égoutter et de les plonger dans le lait : le résultat sera plus moelleux.

Pour davantage de crémeux encore, certains chefs poussent le vice jusqu'à introduire une dose de crème fouettée dans la préparation refroidie – c'est ainsi, avec une pointe de caramel au beurre salé et des noix de pécan torréfiées et caramélisées, que Stéphane Jégo, le chef de Chez l'ami Jean (Paris 7<sup>e</sup>), régale nombre de « rizaulaitdolâtres ». Il est vrai que la recette se prête à d'intéressantes variations, que ce soit par l'ajout d'une simple pincée de fleur de sel, d'une douce aromatisation (fleur d'oranger, miel, cardamome, zestes d'agrumes...), d'un coulis (caramel, fruits rouges, chocolat...) et/ou d'un *topping* croustillant (noisettes, pistaches, pralines roses, quinoa soufflé...). Les adeptes des desserts végans pourront tenter une version 100% végétale, en prenant soin d'adapter la quantité de liquide selon la boisson choisie : celles au riz (pour les monomaniaques) ou à l'avoine sont très fluides et plutôt fades, tandis que celles à l'amande, à la noisette ou le lait de coco apportent bien plus de texture, de crémeux et de goût.

Dans ma famille, où le riz au lait n'est pas plus consensuel qu'ailleurs, une scission s'est opérée au profit de la teurgoule – une variante normande (au lait de vache, donc), qui « tord » la « gueule », surtout quand on la déguste encore brûlante : un riz au lait à la cannelle cuit au moins 5 heures, à tel point que les grains de riz disparaissent totalement. Une expérience troublante, que j'apprécie aussi même si je préfère l'original, sa texture et son parfum vanillé. La tradition, ça a du bon!

## Recette simple, basique

– Pour 6 personnes –

Portez **160 g de riz rond « spécial dessert »** à ébullition dans une casserole d'eau pendant une minute, puis égouttez-le. Rincez et séchez la casserole. Versez-y **1 litre de lait entier bio**. Fendez **1 grosse gousse de vanille** en deux et récupérez les graines avec la pointe d'un couteau. Ajoutez la gousse et les graines dans le lait; portez à frémissement, puis incorporez le riz égoutté. Mélangez et laissez cuire à feu doux 25 minutes, en remuant régulièrement. Incorporez **80 g de sucre en poudre** en pluie, mélangez et prolongez la cuisson de 5 minutes. Coupez le feu, goûtez pour vérifier que le riz est cuit; la consistance de l'entremets est encore liquide à ce stade, c'est normal: elle va épaissir en refroidissant. Dégustez tiède, froid ou à température ambiante.



REIN JANSSEN POUR « LE MONDE »