



Faut-il beaucoup d'eau pour cuire les pâtes ? Hervé This

Lors de notre séminaire de gastronomie moléculaire de janvier 2016, nous avons cherché à savoir s'il était exact qu'il faut beaucoup d'eau pour cuire les pâtes.

Le conseil est très fréquemment donné et l'on a le sentiment que les pâtes cuisent moins bien quand la quantité d'eau est trop petite... mais on sait aussi que, à propos de pâtes, les précisions culinaires abondent, telle celle qui préconise d'ajouter de l'huile dans l'eau de cuisson pour que les pâtes ne collent pas. Comme pour tous

les séminaires, nous avons testé expérimentalement la précisions culinaire, savoir que nous avons comparé la cuisson des mêmes pâtes soit dans beaucoup d'eau, soit avec très peu d'eau.

Les discussions de préparation des expériences ont été instructives, car notamment deux cuisiniers professionnels qui étaient présents avaient des pratiques différentes des pratiques dominantes : l'un, d'origine italienne, cuit parfois les pâtes comme du risotto, tandis que l'autre, qui a exercé sa profession dans de nombreux restaurants du monde, a signalé que la pratique de cuire dans beaucoup d'eau est très française.

Pour nos expériences, nous avons pris comme référence les proportions qui nous ont été données par un excellent professionnel présent au séminaire, à savoir un litre d'eau pour 100 g de pâte et 10 g de sel. Lors du séminaire, nous avons donc comparé deux casseroles identiques, mais avec soit deux litres d'eau, soit juste assez d'eau pour couvrir les pâtes, et nous avons réduit la quantité de pâtes à 40 grammes, dans la casserole avec beaucoup d'eau.

Pour nos expérimentations, nous avons fait très attention à ce que l'eau soit toujours à ébullition, preuve que la température est de 100 degrés dans les deux casseroles que nous comparions.

Après des discussions, nous avons décidé de mettre la **même quantité de sel** dans les deux casseroles, de sorte que, certes, la concentration en sel soit supérieure dans la casserole avec peu d'eau, mais qu'elle soit appropriée à la quantité de pâtes. On devrait donc d'ailleurs reproduire les expériences, mais en appropriant le sel à la quantité d'eau.

La cuisson avait lieu à découvert, et nous avons cuit les pâtes pendant **10 minutes** exactement : les pâtes étaient plongées exactement en même temps dans l'eau bouillante et sorties à l'écumoire exactement en même temps. L'incertitude sur le temps était de l'ordre de la seconde, ce qui correspond environ une précision de un pour 1000.

Le constat sans appel : aucune différence

Comme souvent, nous avons fait des tests triangulaires avec des professionnels qui ont goûté trois spaghettis dont deux provenaient d'une des casseroles, et le troisième de l'autre casserole. Cette fois, les tests ont été sans appel : nos dégustateurs n'ont pas perçu de différence entre les pâtes cuites avec peu d'eau et les pâtes cuites avec beaucoup d'eau.

D'autre part, les dégustateurs n'ont pas vu différence de sel, ce qui est étonnant... mais les faits sont les faits, et j'invite mes amis cuisiniers à répéter ces expériences.



Des lycées d'expérimentation

Pour cette précision culinaire comme pour bien d'autres, ne pourrait-ce pas être le rôle de la collectivité que de prendre en main de telles expérimentations ? Cela se fait au lycée hôtelier de Poligny, mais on imagine facilement que tous les lycées hôteliers ou les CFA puissent être en charge de telles recherches véritablement technologiques. Mieux, même, pourquoi ne pas inviter les jeunes cuisiniers en formation à faire les expériences ? Au lieu de leur dire des choses réfutables, les professeurs les inviteraient à expérimenter et à se faire une idée expérimentale, donc absolument fiable, à propos des techniques qu'ils vont utiliser.

Ces expérimentations ont d'autres avantages, à savoir que si l'on se met à expérimenter, on est quasi nécessairement conduit à de l'innovation, et l'on ne saurait conclure le compte rendu de ce séminaire de gastronomie moléculaire de janvier sans évoquer que l'on puisse cuire les pâtes dans autre chose que de l'eau, et différemment de la pratique « al dente » qui nous est rabâchée.

Cuisson Al dente

A propos de cet al dente qui nous est infligé de façon très impérialiste, je propose de rappeler que l'Italie n'a pas l'apanage des pâtes, et que bien des cultures ne cuivent pas al dente : pensons aux nombreuses variétés de pâtes alsaciennes ou chinoises, par exemple ; pensons aussi que les livres de cuisine française du passé conseillent des cuissons souvent bien différentes. D'autre part, d'un strict point

de vue artistique, il semble que cette pratique de l'al dente soit inappropriée : ne faut-il pas approprier la fermeté des pâtes aux mets qu'elles accompagnent, avant toute chose ?

Plus étonnant encore

Ensuite, nous observons que la cuisson dans l'eau salée n'est pas obligatoire : les pâtes sont faites de grains d'amidon dans un réseau de gluten (pour les pâtes sèches), de sorte que **n'importe quel liquide qui contient de l'eau peut convenir pour cuire des pâtes : du lait, du bouillon, des bisques, du vin, du jus d'orange...**

Décidément des expérimentations s'imposent absolument

Par Hervé This