



## Saveurs

Sensations



# Goûtez à la coquille saint-jacques

La dernière marche vers le septième ciel pourrait bien être votre assiette...

Côté menus, « pour augmenter la testostérone, l'alimentation des hommes doit être pauvre en calories, conseille Maïa Baudelaire, micronutritionniste, qui propose des menus "spécial libido". Pour les femmes, cap vers la Méditerranée : fruits, noix, céréales et huile d'olive accroissent la fréquence des orgasmes ».

Certes, mais en amour, la science ne fait pas tout ! La texture, l'odeur et la saveur d'un aliment peuvent aussi aiguïser notre appétit pour l'autre. L'avocat, reconnu pour booster la libido, doit son nom aux Aztèques, qui l'appellent *ahuacatl* (« testicules ») parce qu'il pousse par paire. L'huître doit son statut d'aliment aphrodisiaque à sa forme, sa texture et son goût salin évoquant le sexe féminin.

Comme d'ailleurs tous les coquillages bivalves, qui dévoilent à l'ouverture une chair mystérieuse... Ce n'est pas un hasard si Botticelli représente la *Naissance de Vénus* surgissant de la mer, nue, dans une coquille saint-jacques ! Chacun développe ses propres fantasmes culinaires... Pour Thierry Marx, chef doublement étoilé du Mandarin oriental, « la texture du chocolat, croquant, semi-fondant puis fondant, exprime une très forte sensualité ». Nous avons tous nos « déclencheurs » de désir, car un aliment cristallise énormément d'émotions et de souvenirs. Notamment ceux partagés avec l'être aimé. Pour les uns, l'aphrodisiaque pétillera dans des bulles de champagne, pour d'autres, il se lovra dans les bouchées fondantes d'un steak aux poivres de Sichuan.

Par Marie-Laurence Grézaud

## 3 recettes en guise de préliminaires

### L'élixir qui enflamme

10 ml de purée de framboises  
+ 15 ml de jus de citron  
+ 20 ml d'Aperol + 10 ml de vodka.

Shakez tous les ingrédients, versez dans des coupes et ajoutez 20 ml de champagne.

Florian Tatsuhito,  
mixologue

### Un plat pour s'enfiévrer

4 queues de langoustine  
+ huile d'olive + 1 citron  
+ 1 citron vert  
+ 1/2 concombre + 2 feuilles de gélatine.

Taillez en dés la chair des langoustines. Versez un filet d'huile d'olive, le citron pressé et les zestes du citron vert. Garnissez deux ramequins aux trois quarts. Passez le concombre épluché et épépiné à la centrifugeuse, mélangez-le à la gélatine. Versez dans les ramequins sur 5 mm. Laissez au frais 1 heure.

Nicolas Masse,  
chef aux Sources de Caudalie

### Un dessert qui affole

2 œufs + 30 g de chocolat noir + 1 c. à s. de sucre + 1 c. à c. de gingembre moulu.

Montez les blancs en neige. Mélangez les jaunes au sucre. Faites fondre le chocolat au bain-marie. Ajoutez-y le gingembre, les jaunes d'œufs et les blancs. Laissez au frais 2 heures.

Maïa Baudelaire,  
micronutritionniste