



NOUVEAUTÉS

Compagnie ~~Créole~~ Léa Nature ?

C'EST BON, ET PAS QUE POUR LE MORAL !

Depuis sa création en 2024, c'est peu de dire que JOM BAO® a rapidement su trouver sa place chez les adeptes, de plus en plus nombreux comme l'ont attestées plusieurs études récentes, de la cuisine du monde. Un domaine dans lequel la marque de Compagnie Léa Nature a su se distinguer, nous convainquant via des préparations engagées s'appuyant sur des filières bio, et nous enthousiasmant surtout grâce à des recettes résolument gourmandes. De quoi nous donner envie d'ouvrir nos horizons gustatifs, et d'oser surprendre nos papilles avec des saveurs exotiques. **Impossible de le nier : pour la première quinzaine de références ayant déjà rejoint son catalogue, JOM BAO® a tout particulièrement puisé son inspiration en Asie et on le comprend aisément, tant ce continent se distingue par la richesse de sa culture culinaire.** Sans doute d'ailleurs, cela a pu conduire certains à penser que JOM BAO® était une marque asiatique mais pas du tout, sa mission dès son premier jour a été parfaitement claire : s'imposer comme le complice vertueux et savoureux au rayon de cuisine du monde et cela au sens large, ce qu'elle prouve justement en nous invitant, en cette nouvelle année, vers une nouvelle destination...

Une idée de laquelle cela peut bien être ? Le Moyen Orient ? La cuisine africaine ? Toutes ces suggestions sont excellentes, et cela viendra peut-être un jour ne vous inquiétez pas, mais en attendant, c'est vers une autre destination que l'on s'évade : la France. Comment ça ce n'est pas dépayçant ? Bien sûr que si, car cette fois, point question d'escalope à la normande ou de tielles sétoises puisque c'est de cuisine créole dont il s'agit... on ne peut plus exotique ! **Une cuisine absolument passionnante et parfumée d'épices car elle est issue du métissage de nombreuses cultures : africaine, européenne, indienne, chinoise et amérindienne.**

Saviez-vous par exemple que le colombo était un cousin éloigné du curry ? C'est, dit-on, grâce à des travailleurs indiens arrivés aux Antilles au XIXème siècle que cette épice a voyagé, et qu'elle a donné naissance au colombo des Antilles Françaises tel que nous le connaissons. Souvent, force est de constater que la cuisine créole reste encore assez confidentielle, on a trop tendance à la cantonner à de simples accras par exemple, alors qu'elle recèle au contraire de multiples recettes traditionnelles, toutes plus délicieuses les unes que les autres.

Cari poulet, blaff, cabri massalé, dombrés... on y mijote beaucoup de plats demandant d'assez longs temps de cuisson (*Sé tan kif é kannari* est un proverbe que l'on entend souvent et qui explique que « *c'est le temps qui fait la marmite* »), ce qui, forcément, n'est pas évident à réaliser dans le tourbillon de nos vies modernes. On se réjouit alors de découvrir ces nouvelles recettes JOM BAO® permettant de réaliser un rougail ou un colombo en deux temps trois mouvements, un soir de semaine pour régaler les enfants ou lorsque des amis viennent déjeuner à l'improviste un dimanche. La cuisine créole est une cuisine de partage dit-on, un parfait prétexte pour un moment convivial tous ensemble. **Vite fait bien fait oui, mais sans tous les travers que l'on peut parfois avoir à l'égard des plats préparés. Ici, et parfaitement en accord avec la philosophie de Compagnie Léa Nature, on apprécie d'autant plus ce repas exotique lorsqu'on sait que les recettes en question s'appuient le plus possible sur des ingrédients issus de l'Agriculture Bio, et font l'impasse sur tout ce qui apparaît superflu, comme les arômes de synthèse, les colorants, les conservateurs...** Avec JOM BAO®, on apprécie cette volonté de transparence, d'autant plus amusante sur des recettes qui, elles, sont pour le coup hautes en couleurs !

LE ROUGAIL, UN VRAI RÉGAL

C'est bien simple, il existe, paraît-il, autant de versions de rougails que de Réunionnais, c'est dire ! Et si en France métropolitaine, on en connaît surtout la déclinaison « rougail saucisse », sachez qu'il existe aussi le rougail morue, le rougail mangue, le rougail ananas... et bien d'autres mets à découvrir encore. Bref, si le mot « rougail » recouvre de multiples réalités, une chose est sûre : dans la tradition, c'est avant tout une préparation courte, avec peu d'ingrédients et peu ou pas de cuisson, l'inverse pour le coup d'un cari qui, lui, va être longuement mijoté. Évidemment, JOM BAO® ne peut que souscrire à cette volonté d'aller à l'essentiel car la marque rochelaise est elle aussi du genre à s'affranchir de tous les ingrédients superflus, un vrai point fort au rayon cuisine du monde où cela n'est clairement pas la norme. Ici, la marque propose un rougail tomates que chacun pourra venir associer à sa guise avec une viande ou un poisson. Sa recette va à l'essentiel et c'est sans doute pour ça qu'elle se révèle si savoureuse. On y retrouve le bon mix de tomates bio, entre pulpe et purée afin d'avoir la bonne consistance, mais également des oignons bio en morceaux à hauteur de 25%, de la purée d'ail bio, du gingembre bio, des plantes aromatiques bio, du curcuma bio, du piment de Cayenne bio... Bref, voici la perspective d'un moment d'évasion. Avec un peu de riz en accompagnement, et on est déjà loin, quelque part au beau milieu de l'Océan Indien.



NOUVEAU
SAUCE COLOMBO
JOM BAO®
330g, 3€49



NOUVEAU
SAUCE ROUGAIL
JOM BAO®
350g, 3€49

LE COLOMBO, QUE C'EST BON



C'est vrai que visuellement, le colombo ressemble un peu à un curry, à tel point qu'on pourrait rapidement avoir envie de les amalgamer mais il ne faut surtout pas car la sauce créole est vraiment singulière, ce qu'on peut constater dès la première bouchée. Moins pimenté, plus herbacé, plus acidulé... c'est un plat très équilibré, et cela qu'on choisisse de le réaliser avec de la viande, du poisson ou bien en mode végétarien en sélectionnant de savoureux légumes comme des aubergines, des pommes de terre, de la courgette... Dans tous les cas, ce qui fera la différence, c'est la qualité des herbes et des épices qu'on y ajoutera, à commencer par le curcuma, la coriandre, le laurier, le fenouil, le cumin... On le concède, cela fait beaucoup de choses à avoir dans son placard mais rassurez-vous, il y a désormais une alternative tout aussi savoureuse et prête à l'emploi, que l'on doit une fois de plus à JOM BAO®. Pleinement inspirée de la recette traditionnelle, cette sauce cuisinée à base d'oignons réunit justement toutes ces bonnes choses, mais également de la purée d'ail, du jus de citron, de la coriandre et d'autres épices encore, sachant que 100% des ingrédients sont certifiés bio. Arômes, colorants, exhausteurs de goûts synthétiques... ne sont pas de la partie dans cette recette qui peut s'accompagner de riz, de haricots rouges ou bien de bananes plantain.

CHUT(NEY), C'EST UN SECRET BIEN GARDÉ...

On ne le sait pas forcément mais le chutney vient à la base d'Inde, et d'ailleurs, il doit son appellation au mot hindi « chatni ». Mais une fois encore, et puisque les Antilles sont à la croisée de bien des routes maritimes, cette préparation a voyagé pour devenir une constituante essentielle de la cuisine créole. Dans cette dernière, on en trouve de très nombreux, comme ceux de citron, de tamarin, de papaye verte... mais les plus plébiscités restent ceux de mangue et d'ananas, et c'est justement ceux-ci que JOM BAO® a décidé de proposer en GMS pour notre plus grand bonheur. Les amateurs de sucré-salé seront aux anges en découvrant ces deux recettes faisant la part belle à ces fruits tropicaux, évidemment issus de l'Agriculture Biologique, une évidence lorsqu'on connaît les valeurs de la marque de Compagnie Léa Nature. Bref, voici deux assaisonnements légèrement relevés, parfaits pour donner du contraste à un plat, qu'il s'agisse d'un boudin créole, d'accras, de grillades ou bien encore d'un poisson grillé. À chaque fois, le chutney vient apporter cette petite touche légèrement acide, pour créer un contraste permettant de bien faire ressortir chaque saveur d'un plat. C'est un vrai régal à utiliser en fonction de ses inspirations, deux produits dont on salue en prime la recette minimaliste et évidemment pas le moindre arôme, colorant, conservateur...



NOUVEAU
CHUTNEY MANGUE
JOM BAO®
220g, 3€49



NOUVEAU
CHUTNEY ANANAS
JOM BAO®
220g, 3€49



LES PRODUITS JOM BAO® SONT DISPONIBLES EN RAYONS BIO EN GMS.