

La cuisine indienne épice Lyon

Lyon Mag propose une sélection des meilleurs restaurants indiens, qui sont de plus en plus nombreux à Lyon.

Le Karachi ***

Ouvert depuis 1982, le Karachi est le plus ancien restaurant indien de Lyon. Cet établissement toujours dirigé par la famille Asharaf, qui est originaire du Pendjab, propose des spécialités à la fois indiennes et pakistanaises. En utilisant les tandooris, des fours traditionnels pour faire cuire viandes et poissons. Parmi les spécialités : de nombreux plats à base de fruits secs comme le Karachi d'agneau, préparé avec une sauce aux amandes et de la crème, ou le shahi korma, à base de noix de cajou. A noter également une demi-douzaine de plats à base de riz basmati. Fermé le dimanche. Menus de 11 à 25 euros. *Le Karachi, 206 rue Garibaldi, Lyon 3^e. Tél. : 04 78 95 49 23*



"Riche en saveurs"

Janed Asharaf, patron du Karachi, le plus ancien restaurant indien de Lyon.

Les Lyonnais aiment la cuisine indienne ?

Janed Asharaf : De plus en plus. La preuve : il y a vingt ans, on était le seul restaurant indien à Lyon, alors qu'il y en a une quinzaine aujourd'hui. En fait, les Lyonnais aiment cette cuisine parce qu'elle est très élaborée, c'est-à-dire qu'elle demande un savoir-faire, beaucoup de préparation... Mais surtout, c'est un vrai dépaysement avec des saveurs très particulières.

La particularité de la cuisine indienne ?

En fait, il y a deux types de cuisine indienne : la cuisine du sud de l'Inde, qui est végétarienne, car cette région de l'Inde est habitée en majorité par des hindous, dont la religion interdit de manger de la viande. Du coup, on mange beaucoup de plats à base d'aubergines, d'épinards, de pommes de terre, de riz basmati... D'ailleurs, le plat le plus populaire dans le Sud est le dahl, un plat à base de lentilles, d'épices, d'oignons, d'ail et de tomates fraîches. Et puis, il y a la cuisine du nord de l'Inde, qui est très différente mais qui est beaucoup plus répandue à Lyon.

En quoi cette cuisine du nord de l'Inde est différente ?

Les habitants du Nord, qui sont en majorité musulmans, mangent beaucoup d'agneau, de poulet et de bœuf... Des viandes préparées souvent avec des sauces à base de yaourt et de fruits secs comme de la noix de cajou, de la noix de

coco... Avec beaucoup de mélanges sucrés-salés. En fait, c'est une cuisine très riche qui est l'héritage de plusieurs siècles d'occupation de l'Inde par les Mongols, puis les Ottomans. Sans oublier les Anglais, qui ont introduit en Inde la cérémonie du thé.

Le point commun entre ces deux cuisines indiennes ?

Les épices bien sûr, qui constituent la base de la cuisine indienne. On utilise beaucoup le curry, le gingembre, la noix de muscade, le paprika, le safran, la coriandre, le cumin... Mais épicé ne veut pas forcément dire fort. En fait, tout dépend de la quantité de piments qu'on met dedans.

Les différentes techniques de cuisson ?

Il y a deux grandes techniques. On prépare beaucoup de plats mijotés, notamment des plats en sauce à base de curry. Mais pour faire cuire notre pain mais aussi nos brochettes, on utilise des fours tandooris, qui sont des fours en terre cuite chauffés au charbon de bois. Et qui diffusent une température constante. Ce qui permet à la viande de cuire doucement sans jamais être au contact de la flamme.

L'avenir de la cuisine indienne à Lyon ?

Je pense qu'elle va devenir de plus en plus populaire. Le risque, c'est qu'il y ait des restaurants qui proposent une cuisine qui ne soit pas toujours de bonne qualité. Ce qui est par exemple le cas de certains établissements situés dans le quartier très touristique de Saint-Jean. Et puis, je pense qu'à l'avenir il faudra aussi moderniser la déco des restaurants indiens, qui est souvent un peu kitsch. Il faut revenir à plus de sobriété pour coller aux tendances.

Janed Asharaf et son frère

