

SEP M  
TOP  
ventes

# Maxi Cuisine

maxicuisine.fr

FÉERIE  
GOURMANDE  
Les plus beaux  
desserts  
de Noël



*Que la fête  
commence !*

**APÉRITIFS  
& ENTRÉES  
SUR LEUR 31**

**FOIE GRAS ET VOLAILLE**  
Nos conseils pour  
bien les choisir

**RECETTES CLASSIQUES  
OU INNOVANTES**  
**15 SAVOUREUX PLATS  
À PARTAGER**

**MIEUX  
CONNAÎTRE**  
Le tarama

**95**  
**recettes**  
*éblouissantes*

*Verrines  
de la mer  
page 23*

# MERVEILLEUX NOËL!



**NOTRE LEÇON DE  
CUISINE** Divine  
bûche aux marrons

**C'EST BON POUR LA  
PLANÈTE** Des idées pour  
des fêtes plus responsables

N° 177 NOV.-DÉC. 2024 BAUER MEDIA CPPAP

L 15737 - 177 - F: 3,50 € - RD



BEL. 3,90 € / F. 920002 - CH. 6,10 CHF / VDE 97040 - LUX. 3,99 € - PORT. 4,10 € - ESP. 4,10 €  
ALL. 4,10 € - GRE. 4,10 € - MAR. 39 MAD - TUN. 6,70 TND - DOM A 4,90 € - DOM B 3,99 €  
TOM A 4,90 € - TOM B 6,80 XPF - ZA. 4,90 ZAR - CFA 3000 CFA



# L'Appenzeller,<sup>®</sup> le fromage le plus corsé de Suisse.

RCS Paris B 422 496 018 - Document contractuel - Septembre 2024

Puissant et aromatique, le fromage Appenzeller<sup>®</sup> offre une saveur aussi étonnante qu'incomparable, grâce à un lent affinage avec une saumure à base d'herbes des montagnes d'Appenzell. La recette de son goût reste secrète.



**Appenzeller<sup>®</sup>**  
S W I T Z E R L A N D



Suisse. Naturellement.

[www.appenzeller.ch](http://www.appenzeller.ch)

Rejoignez-nous sur notre page Facebook/Instagram



**Les Fromages de Suisse.**   
[www.fromagesdesuisse.fr](http://www.fromagesdesuisse.fr)

POUR VOTRE SANTÉ, PRATIQUEZ UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE  
[www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)



# Sommaire

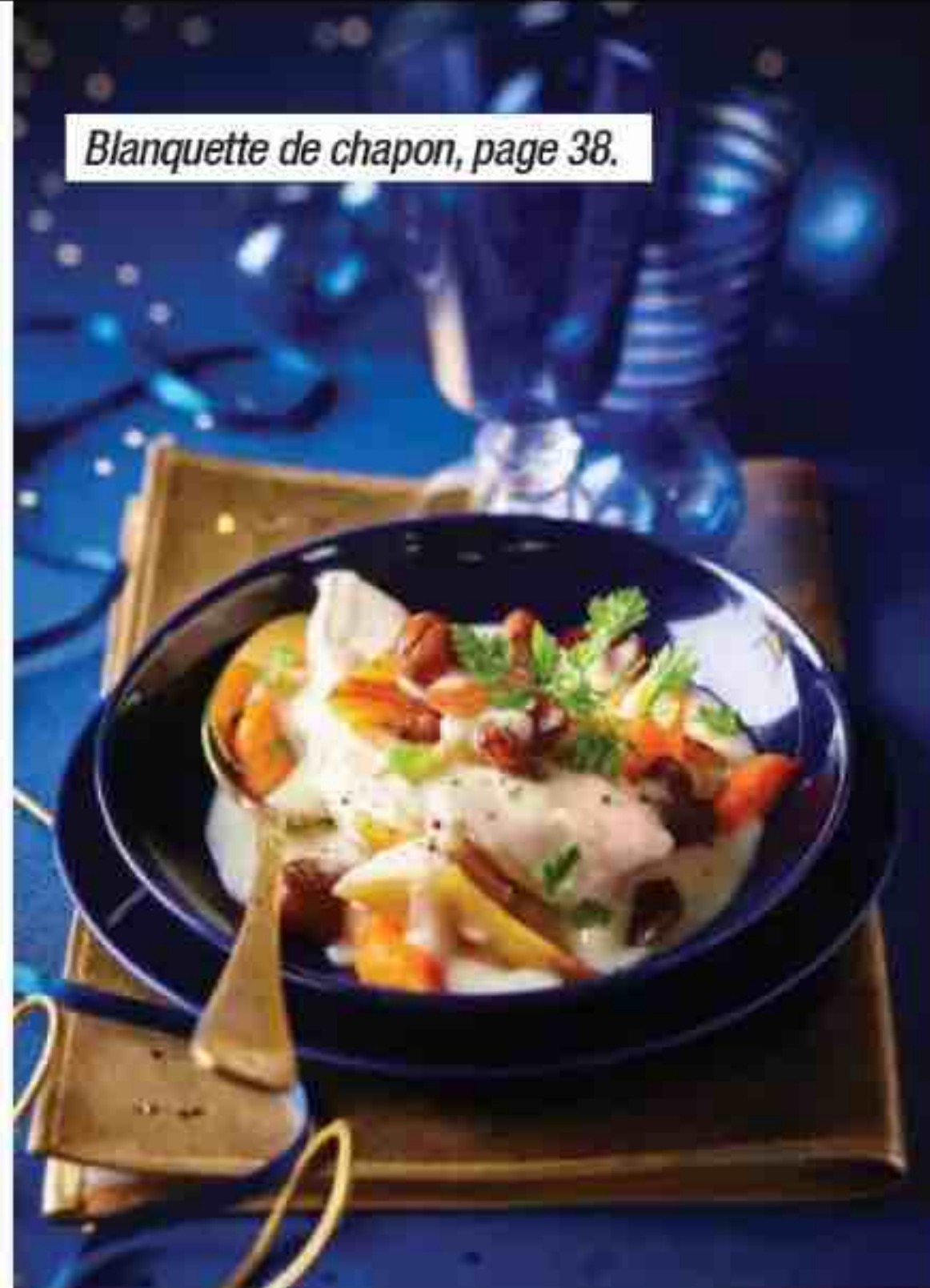
N° 177 – NOV. - DÉC. 2024

- 6 EN CE MOMENT  
**Actus cuisine**
- 8 MON PANIER DE SAISON  
**Des produits de fête**
- 14 DOSSIER DU MOIS  
**Apéritifs et entrées**
- 28 CÔTÉ CAVE  
**La magie des bulles**
- 30 TOUT SAVOIR SUR...  
**Les crustacés**
- 34 PLAISIRS SALÉS  
**Nos délicieux plats de fêtes**
- 44 1 INGRÉDIENT, 3 RECETTES  
**La coquille saint-jacques**
- 46 MIEUX CONNAÎTRE  
**Le tarama**
- 50 SUR UN PLATEAU  
**La Tête de moine**
- 52 MADE IN FRANCE  
**Le foie gras**
- 54 CÔTÉ CAVE  
**Quels vins pour les fêtes ?**
- 56 LA LEÇON D'AGNÈS  
**Bûche aux marrons**

*Couronne  
de fêtes, page 15.*



*Blanquette de chapon, page 38.*



- 58 C'EST BON POUR MOI  
**7 astuces pour se régaler  
sans culpabiliser**
- 60 PLAISIRS SUCRÉS  
**Desserts de Noël**
- 72 C'EST BON POUR LA PLANÈTE  
**Un Noël vert de l'entrée  
au dessert**
- 74 ON CRAQUE POUR...
- 76 ESCAPADE GOURMANDE  
**Champagne-Ardenne,  
une virée pétillante**
- 80 CÔTÉ DÉCO  
**Un Noël en vert et or**
- 82 CADEAUX GOURMANDS



**Page 84**  
**MES PETITS PLATS QUOTIDIENS**  
RECETTES FACILES,  
12 IDÉES AVEC...

- 92 CADEAUX DE NOËL
- 94 LIVRES GOURMANDS
- 96 LES ASTUCES DE JULIETTE
- 98 COMME UN PRO

**Abonnez-vous vite !  
Rendez-vous PAGE 97**

## En couverture

### Dossier du mois

Apéritifs et entrées sur leur 31 14

### Zoom sur...

La volaille 43

### Made in France

Foie gras 52

### Mieux connaître

Le tarama 46

### Leçon de cuisine

Bûche aux marrons 56

### C'est bon pour la planète

Des idées pour des fêtes  
plus responsables 72

### Plaisirs sucrés

Les desserts de Noël 60

*Trop choux les  
choux, page 60.*



## Édito

Fermez les yeux un instant et projetez-vous à la dernière semaine de décembre. Les bougies font une lumière chaude et le feu crépite doucement, réchauffant votre visage. L'air est empli du parfum alléchant d'une volaille rôtissant au four et d'autres senteurs gourmandes venant de la cuisine. Le sapin, magnifiquement décoré, est entouré de cadeaux soigneusement disposés à son pied. Autour de vous, les éclats de rire, les chants et les conversations créent une ambiance chaleureuse et festive. Vous vous réjouissez de ce moment de bonheur partagé.

Nous vous souhaitons de belles fêtes de fin d'année.

*L'équipe de Maxi Cuisine*

Prochain numéro le 6 janvier 2025

Ce numéro comporte un encart abonnement collé sur la France métropolitaine hors abonnés et export.  
Ce numéro comporte un encart abonnement jeté destiné à la Belgique.  
Ce numéro comporte un encart abonnement jeté destiné à la Suisse.  
Ce numéro comporte un encart Fortunat sur une partie des abonnés.



# Nos recettes de fête



Tartare de saint-jacques aux agrumes, page 45.



Intense praliné, page 61.

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ.

## Entrées et apéro

Beignets de crevettes.....	32
Bisque de langoustines façon cappuccino.....	32
Blinis faciles et rapides.....	48
Bouchées de saumon.....	27
Bouchées au boudin laqué.....	24
Canapés au boudin blanc.....	84
Canapés de patate douce.....	84
Carpaccio de saint-jacques aux agrumes.....	27
Choux gratinés.....	84
Couronne de fêtes.....	15
Crackers à la fondue de légumes.....	16
Croissants feuilletés.....	84
Délice marin à la crème safranée.....	45
Éclairs de la mer.....	84
Flocons de neige.....	48
Gravlax à la betterave.....	19
Huîtres aux poireaux et crème au champagne.....	14
Huîtres gratinées.....	22
Huîtres sucrées-salées à l'exotique.....	09
Mille-feuille de pommes de terre aux morilles.....	24
Millefeuilles étoilés.....	84
Mini-pies marines.....	16
Mousse de betteraves au fromage blanc.....	59
Navarin de poissons.....	20
Œufs cocotte truffés.....	84
Pastilla mille-feuille.....	22
Préfou de réveillon.....	84
Rillettes au foie gras.....	84
Salade en habits de fêtes.....	88
Sapins de Noël feuilletés.....	86
Soufflé au crabe sauce bisque.....	17
Tartare de saint-jacques aux agrumes.....	45
Tartelettes vertes.....	84
Terrine de foie gras au vin cuit.....	18
Terrine de poisson et saint-jacques.....	26
Toasts au bleu.....	84
Velouté forestier.....	88
Verrine de chèvre frais à la chair de crabe.....	32
Verrine de crabe aux pomélos.....	48

Verrines de la mer.....	21
Verrines sucrées-salées.....	84

## Viandes et volailles

Blanquette de chapon.....	38
Bœuf Wellington.....	40
Butternut rôti farci.....	35
Cailles aux raisins.....	37
Canard à l'orange.....	42
Filet mignon aux cèpes et raisins.....	42
Pintade à la crème, pommes et morilles.....	11
Pintade farcie aux marrons.....	86
Poularde aux morilles.....	36
Poulet fermier.....	34
Poulet laqué au miel.....	40
Rôti de dinde tutti frutti.....	39
Rôti de magrets aux fruits secs.....	37

## Poissons

Koulibiac.....	36
Lotte lardée au pesto de cresson.....	38
Saint-jacques gratinées.....	45
Turbot Rossini.....	39

## Légumes

Parmentier végétal au romarin.....	86
------------------------------------	----

## Desserts

Baba au rhum aux épices.....	65
Banoffee à la banane.....	64
Biscuits de Noël à la ganache pralinée.....	90
Bûche aux marrons.....	56
Bûche glacée aux biscuits roses de Reims.....	79
Bûche spéculoos et chocolats.....	63
Corolles festives.....	88
Délice au chocolat et aux airelles.....	66
Dômes de mousse.....	71
Donuts gourmands.....	90
Gâteau de Noël.....	62
Îles flottantes.....	71
Intense praliné.....	61
Le roi des forêts.....	64
Merveilleux choco-marrons.....	68
Merveilleux fondant.....	59
Oranges confites au chocolat.....	12
Petits pains d'épices.....	90
Petits sablés au citron meringués.....	88
Poire pochée.....	70
Roulé à la confiture de lait.....	68
Sablés à l'orange.....	91
Sablés à la crème de marrons.....	91
Sablés à la vanille.....	91
Sablés au beurre salé.....	91
Sablés au chocolat.....	91
Sablés aux amandes.....	91
Sablés aux figues sèches.....	90
Sablés aux fruits confits.....	91
Sablés bicolores.....	91
Sablés cadeaux.....	91
Sablés façon cookies.....	91
Sablés saveur pain d'épices.....	91
Sapins verts.....	91
Tarte meringuée aux deux citrons.....	63
Trifle aux graines de grenade.....	86
Trifles de fêtes à l'ananas.....	70
Trop choux les choux.....	60

**Maxi Cuisine**  
maxicuisine.fr

### RÉDACTION

7 rue Watt, 75013 Paris.  
Tél. 01 40 22 75 00

### SERVICE LECTRICES

maxicuisine@bauermedia.fr

### SERVICE ABONNEMENTS

Tél. 01 58 10 34 47.

abo.maxicuisine@ediis.fr

Retrouvez-nous sur  
**maxicuisine.fr**

**Maxi Cuisine**  
maxicuisine.fr

Maxi Cuisine est une publication bimestrielle de Bauer Média France SCS, au capital de 1 053 500 €. Siège social : 7 rue Watt, 75013 Paris. Tél. 01 40 22 75 00. Principaux associés : Heinrich Bauer Verlag Beteiligungs GmbH et Bauer Auslands Beteiligungs GmbH, Hambourg, Allemagne.

### Directeur de la publication :

Nicolas Sauzay

### Rédactrice en chef Cuisine :

Olivia Delaunay

### Directeur général adjoint :

Marc Lemius

### Directrice artistique : Karine Coquin

Maquettiste Tourisme : Vincent Olivier

Coordination éditoriale : Agnès Taravella

Secrétaire de rédaction : Corinne

Trézéguet (couverture et Tourisme)

Directrice de la communication :

Désirée Fumion

### Courrier des lecteurs :

courrier@bauermedia.fr

### Fabrication : Florian Fauconnet

et Odile Leboube

### Imprimerie : Newsprint

1 boulevard d'Italie, 77127 Lieusaint.

### Directeur commercial, marketing et

diffusion : Marc Lemius,

assisté de Léila Racine

Responsable ventes au numéro

et réseau : Hélène Dencasse

Responsable marketing et fidélisation

clients : Candice Asserat

Responsable marketing direct :

Théa Ripamonti

### Tarifs abonnements France :

8 numéros : 24,90 €. Offre couplée avec

les 4 Maxi Cuisine hors-séries : 38,90 €.

### Service abonnements :

Maxi Cuisine, 60643 Chantilly Cedex

Tél. 01 58 10 34 47.

Courriel : abo.maxicuisine@abobauer.com

Dom-Tom, étranger : abobauer.com

Abonnements Belgique : Edigroup.

Tél. +32/7023 33 04.

Abonnements Suisse : Dynapresse.

Tél. +41/22 860 84 05.

### Publicité : Bauer Média Régie,

7 rue Watt, 75013 Paris.

Tél. 01 47 70 90 66.

### Direction générale :

Anouk Diamantopoulos

Directrice de publicité : Sabine Horsin

### Réalisation COM'Presse

6 rue Tarnac, 47220 Astaffort.

Tél. 05 53 48 17 60. info@com-presse.fr

Rédactrice en chef : Emma Zrour.

Rédactrices en chef adjointes :

Françoise de La Forest, Mélissa Cruz.

Direction artistique : Thomas Durio,

Bastien Ribot, Natacha Thevenet.

Secrétariat de rédaction : Com' Presse.

Service photo : Caroline Quinart,

Carole Hiro, Mathilde Loncle, Delphine Duteil,

Quentin Huriez.

### Commission paritaire :

1024 K79885

### Date du dépôt légal :

À parution.

### Numéro d'ISSN :

1287-4035

### Distribution : M.L.P.

Les visuels et descriptifs shopping sont fournis par les marques. Les prix sont donnés à titre indicatif et n'engagent pas la responsabilité du magazine. Toutes les marques citées appartiennent à leur propriétaire.

Toute reproduction même partielle du magazine est interdite sans déclaration au CFC ([www.cfcopies.com](http://www.cfcopies.com)).

Les éventuelles réclamations concernant les pages d'annonces publicitaires sont à effectuer directement auprès de l'ARPP ([www.arpp.org](http://www.arpp.org)).



Payé d'origine du papier : Allemagne. Contient 52 % de fibres issues de papier recyclé. • Eutrophisation • ou • Impact sur l'eau : P<sub>wt</sub> 0,003 kg/tonne



# WATTWILLER

## L'art de pétiller autrement



GOÛTEZ  
AU PLAISIR  
D'UNE DÉLICIEUSE  
EAU FINEMENT PÉTILLANTE  
À L'EMPREINTE CARBONE  
RÉDUITE\*

WPP 010 376 059 P.C.S. PARIS



\*Diminution et recyclage de nos emballages, utilisation de matières recyclées, réhabilitation de puits d'eau potable... Plus d'info sur [wattwiller.com/nos engagements](https://wattwiller.com/nos-engagements)



# En ce moment

Par Margot Dobrska et Eugénie Bidet

## LA TENDANCE 2024

Plus responsables, les fêtes de fin d'année s'annoncent riches en saveurs, et parfois revisitées. Cette année, les grandes tendances culinaires qui sortent du lot sont, notamment : la préférence des produits frais et locaux ; la montée en gamme du végétal ; le retour des bons plats à partager mijotés dans un faitout, mais également celui des légumes-racines, qui bénéficient d'une forte demande, l'hiver, mitonnés au four, en purée ou en cocotte.

Source : cabinet d'études NPD Group.

## BON RÉFLEXE ANTI-GASPI



**8 PERSONNES SUR 10** reconnaissent gaspiller de la nourriture pendant les fêtes, le pain étant le plus concerné (37 %). Si votre congélateur est plein, faites-le sécher et transformez-le en chapelure ou, pour les plus gourmands, en pain perdu.

Source : enquête YouGov pour TooGoodToGo, octobre 2023.

## POURQUOI MANGE-T-ON FRANÇAIS ?

Selon un sondage OpinionWay pour Charal (avril 2024), manger français, c'est avant tout pour...

> soutenir le savoir-faire et les emplois en France (96 % d'accord / 49 % tout à fait d'accord)

> soutenir l'agriculture française (95 % / 49 %)

> des raisons environnementales : réduire son empreinte carbone (92 % / 37 %)

> et culturelles : choisir une alimentation 100 % française, c'est aussi une manière de perpétuer et de valoriser le patrimoine (91 % / 37 %)

## LE SAVIEZ-VOUS ?

Inutile d'acheter un chapon de Noël trop lourd, car, contrairement à d'autres volailles, sa graisse se répartit dans la chair, ce qui limite sa réduction à la cuisson. Un chapon de 3 kg suffit pour 8 à 10 convives, soit environ 200 à 300 g par personne. Portez attention au label (l'AOC de Bresse est un gage d'excellence) et à la peau, qui doit être lisse et souple, signe de qualité.





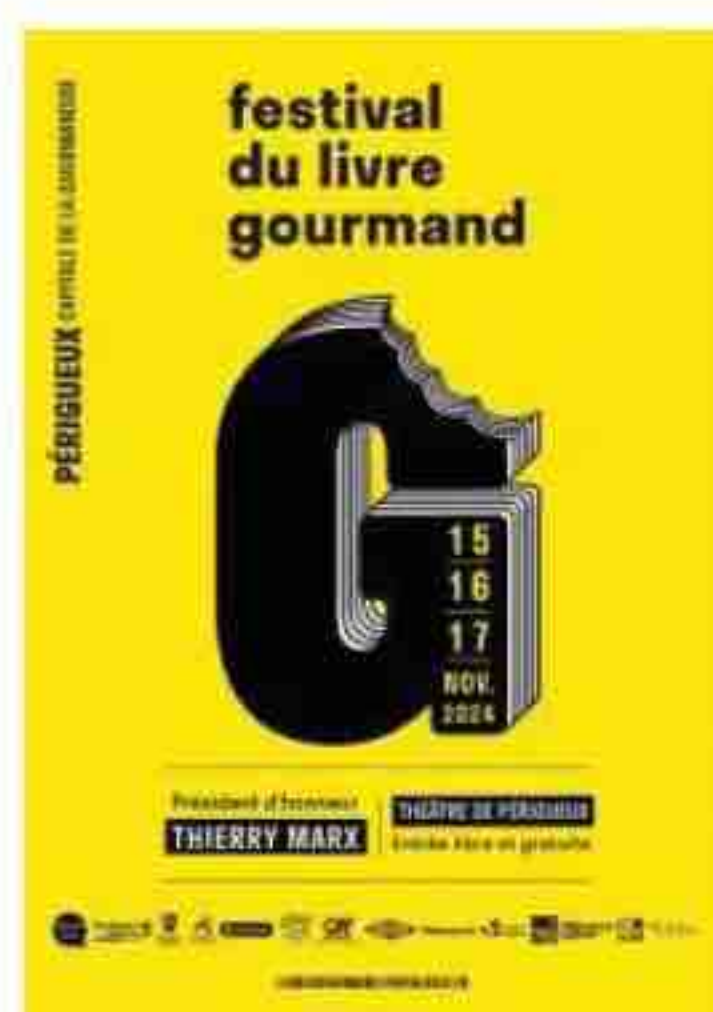
## SOLIDARITÉ

Les Compagnons du goût, réseau de 500 artisans bouchers-charcutiers-traiteurs français, profitent des fêtes de fin d'année pour s'engager aux côtés de l'association Petits Princes pour réaliser les rêves d'enfants malades. Rendez-vous en boutique, du 22 novembre au 22 décembre, et laissez-vous tenter par un cracker rempli de papillotes vendu 3 €, intégralement reversés à l'association.



## Passion terroir en podcast

Curieux de savoir ce qui se cache derrière vos plats préférés ? Christian Regouby, délégué du Collège culinaire de France, lance « De la terre à l'assiette », un podcast où il part à la rencontre d'artisans qui dévoilent les secrets de leur métier, ses valeurs humaines et leur combat pour une cuisine plus respectueuse de la planète. « De la terre à l'assiette », à écouter sur les plateformes Spotify et Deezer.



## LIRE ET ÉCRIRE LA CUISINE

Le chef Thierry Marx, président d'honneur de l'édition 2024, sera accompagné de personnalités influentes et reconnues du monde gastronomique pour animer des ateliers de cuisine et des conférences sur l'alimentation. Ce rendez-vous est l'occasion idéale pour dénicher des pépites gourmandes à offrir en cadeau pour les fêtes de fin d'année, et bien plus encore.

**Festival du livre gourmand, du 15 au 17 novembre au Théâtre de Périgueux (Dordogne), entrée libre et gratuite.**



## Anniversaires

Il n'y a pas que Noël que l'on fête ! Alors, souhaitons un joyeux anniversaire à...



### LA CHOCOLATERIE MONBANA :

90 ans de passion et de savoir-faire gourmands autour du chocolat. Pendant la Première Guerre mondiale, Louis Guattari fait la connaissance de Pierre-François Lardet, fondateur de la célèbre marque Banania. De cette rencontre naît une belle amitié, et Louis, passionné de chocolat, participe pendant quelques années à l'aventure Banania. En 1934, il décide d'écrire sa propre histoire et crée une manufacture de cacao à Courbevoie. Louis Guattari rend alors hommage à son ami en nommant son entreprise Monbana, contraction de « Mon Banania ».



**RÉAUTÉ :** 70 ans de bonheur et de savoir-faire à croquer. La célèbre maison fabrique toujours ses délices sucrés sur ses terres, à Château-Gontier-sur-Mayenne et à Saint-Fort. Tout a commencé au sein de la boulangerie-pâtisserie familiale de Roland et Madeleine Réauté. Plus tard, ils sont rejoints par leurs enfants, qui se spécialisent dans la conception de chocolat et fournissent ainsi les épiceries fines.



**STAUB :** 50 ans de cocottes en fonte. Un demi-siècle plus tard, l'entreprise a développé sa cocotte iconique sous toutes les formes et toutes les couleurs, et offre aussi une large gamme d'ustensiles de cuisine.

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. LES PRIX SONT DONNÉS À TITRE INDICATIF ET SONT SUSCEPTIBLES DE CHANGEMENTS. © DR. Anna Drazdova/Libvax, Gettyimages, Stepico, Photodisc, suchelping, AdobeStock





# Des produits pour les fêtes

## Les huîtres Marennes-Oléron

DE MAI À DÉCEMBRE  
*Un goût unique*

Le plus grand bassin ostréicole d'Europe  
donne naissance à des huîtres d'exception.

### ✓ Une production spécifique

Après avoir été élevées en pleine mer, les huîtres Marennes-Oléron sont toutes affinées en claires, d'anciens marais salants reconvertis en bassins argileux peu profonds. Cette pratique unique au monde donne à ces huîtres leur subtil goût de terroir.

### ✓ Quatre variétés

**Fine de claire IGP** : peu charnue, elle est riche en arômes.

**Fine de claire verte Label rouge** : commercialisée d'octobre à mai, elle présente une teinte verte caractéristique.

**Spéciale de claire IGP** : plus charnue, elle offre un équilibre entre douceur et salinité.

**Pousse en claire Label rouge** : haut de gamme, elle est élevée et affinée en claires, à très faible densité.

### ✓ Conseils de conservation

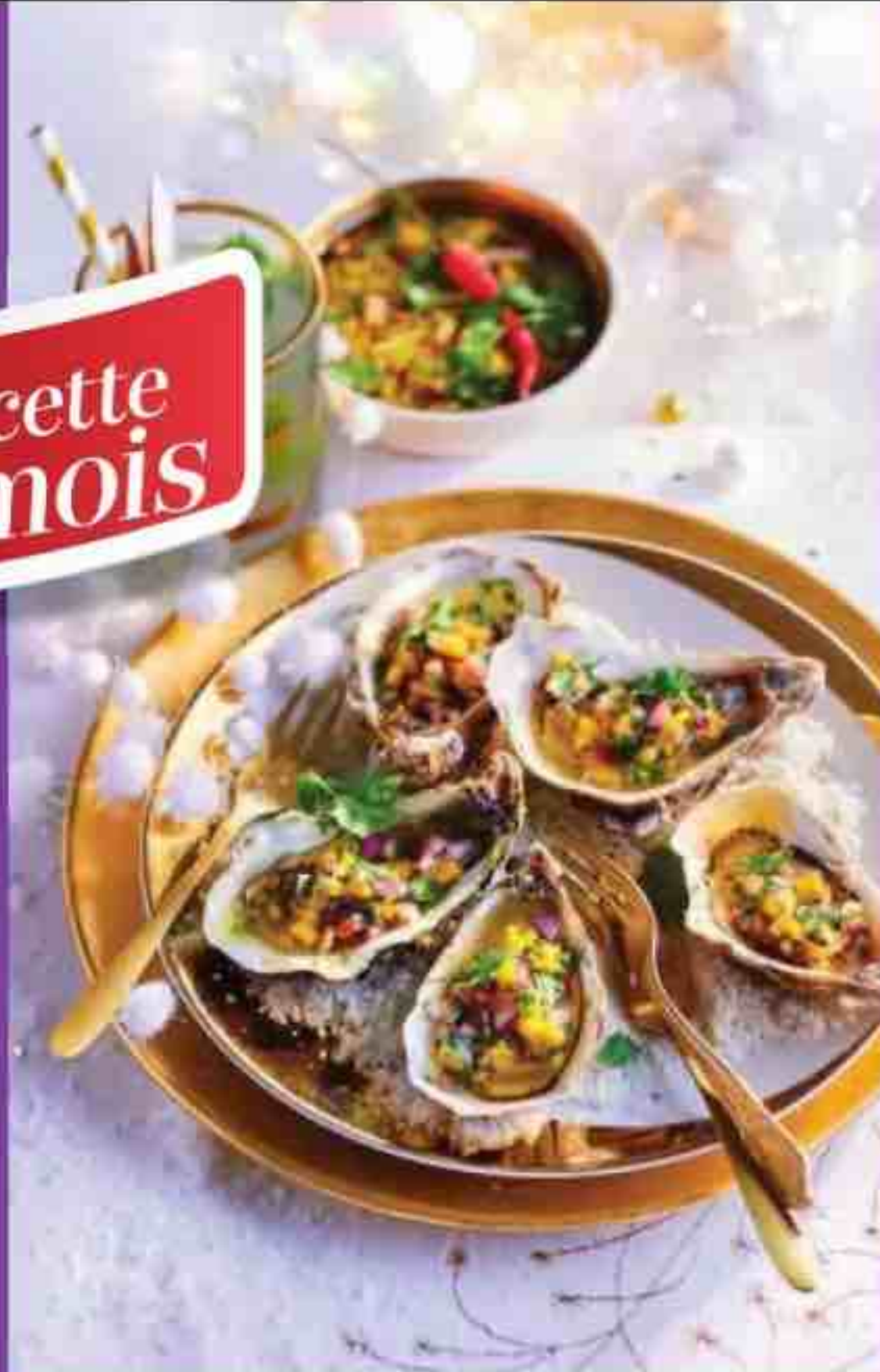
Dans l'idéal, ces huîtres doivent être consommées dès l'achat, ou quelques jours plus tard. Elles se conservent entre 5 °C et 15 °C, dans le bas du réfrigérateur ou dans un endroit frais. Le contact avec la glace est à éviter.







La recette  
du mois



## Portrait de producteur

Quelle est la spécificité de votre métier d'affineur ?

Nous créons la signature organoleptique de l'huître, comme pour le vin et le fromage. Cette pratique inhérente aux Marennes-Oléron va dans le sens de la qualité du produit : nous obtenons des huîtres moins iodées, moins salées et avec un goût plus végétal.

Comment bien choisir ses huîtres ?

Contrairement à une idée communément admise, ce n'est pas la taille qui doit guider en premier lieu le consommateur, mais la qualité de l'huître. Ainsi, pour la cuisson, mieux vaut partir sur des huîtres charnues (spéciale de claire) et sur des maigres (fine) pour les manger fraîches.

La commercialisation des huîtres Marennes-Oléron est désormais interdite entre le 1<sup>er</sup> juin et le 31 août. Pourquoi ? Avec la hausse des températures, l'été, dans l'eau des claires, le taux de mortalité des huîtres augmente, et celles qui survivent deviennent trop salées. Il était donc important de faire évoluer le cahier des charges pour protéger le consommateur et continuer à élever des huîtres de qualité.



**Laurent Chiron**, ostréiculteur-affineur à L'Éguille (Charente-Maritime) et président du groupement qualité Huîtres Marennes-Oléron.

## Huîtres sucrées-salées à l'exotique

4 personnes 30 MN

◆ 16 huîtres ◆ 1 petite mangue  
◆ 1 citron vert (jus) ◆ 1 oignon rouge  
◆ 1 petit piment doux rouge ◆ 4 brins de coriandre ◆ 5 c. à soupe d'huile d'olive ◆ 4 c. à soupe de vinaigre de miel ◆ 1 c. à café d'huile de sésame  
◆ gros sel ◆ sel fin ◆ poivre.

**Retirez les 2 extrémités de la mangue.** Posez-la debout et, avec un couteau, retirez la peau en bandes de haut en bas, en épousant la forme du fruit. Coupez-le en 2 en contournant le noyau, puis détaillez la chair en tout petits dés.

**Pelez et hachez l'oignon.**

Nettoyez le piment, ouvrez-le en 2, égrenez-le puis émincez-le. Pressez le citron. Rincez, séchez, effeuillez et ciselez la coriandre.

**Mélangez dans un saladier la mangue, l'oignon et le piment.**

Ajoutez la coriandre, le jus de citron, le vinaigre et les 2 huiles. Salez légèrement, poivrez et mélangez.

**Ouvrez les huîtres** en jetant la première eau. Posez-les sur un lit de gros sel et garnissez-les du mélange à la mangue. Servez sans attendre.

## JOYEUX ANNIVERSAIRE !

Les huîtres Marennes-Oléron fêtent leurs 50 ANS cette année. La marque a été déposée en 1974 pour protéger le savoir-faire de l'affinage en claires. La première édition des Fêtes de l'Ostre a eu lieu en octobre à Marennes.

## Le tourteau

DE MAI À DÉCEMBRE



*On en pince pour lui*

On l'appelle aussi crabe dormeur, car il est souvent statique.

### ✓ Carte d'identité

Le tourteau commun (*Cancer pagurus*) est un gros crabe de la famille des crustacés qui se pêche sur les côtes de l'Atlantique, surtout en Bretagne. Sa taille peut aller de 15 à 30 cm, les mâles étant plus gros que les femelles.

### ✓ Mode d'emploi

Une fois qu'il est cuit, détachez les deux pinces, puis ouvrez-les en tapant dessus avec un petit maillet en bois. Avec un couteau, récupérez la chair. Coupez ensuite le crabe en 2 à la main ou au couteau, puis prélevez la chair entre les parois du cartilage.

### ✓ Accords de saveurs

Si la chair du tourteau peut simplement s'apprécier avec de la mayonnaise, elle est aussi très bonne en omelette ou cuisinée avec du riz, des poivrons et de l'ail. En salade, le tourteau se marie avec de l'ananas et de l'avocat pour une touche sucrée-salée.



# Mon panier

Par Marine Couturier

## La poutargue

DE JUILLET À MARS



## Caviar de Méditerranée

Cette spécialité rare et luxueuse date de l'Antiquité.

### ✓ De quoi s'agit-il ?

D'une poche d'œufs de mulets séchés et pressés. Selon le temps d'affinage, sa couleur varie du jaune orangé au brun ambré. La poutargue est presque toujours enrobée dans une fine couche de cire alimentaire, pour éviter l'oxydation.

### ✓ Opter pour la qualité

Afin de limiter l'empreinte carbone, privilégiez une poutargue européenne : celles de Martigues, de Sardaigne ou de Calabre sont de très bons choix. Quel que soit le pays d'origine, les poutargues conditionnées sous vide sont à favoriser, tout comme celles ne présentant pas une couche de cire trop épaisse.

### ✓ Dégustation brute

Pour un apéritif chic, tranchez de fines tranches de poutargue (ôtez la cire au préalable) et déposez-les sur des blinis avec une touche de crème fraîche. Ce mets peut aussi se déguster râpé dans des pâtes à l'ail et au citron.

10 Maxi Cuisine

## La pintade

TOUTE L'ANNÉE

## Une volaille à part

Reconnaissable à son petit goût de gibier, elle a aussi sa place sur les tables des fêtes.



### ✓ Un oiseau voyageur

La pintade est originaire d'Afrique, puis a été rapportée par les Grecs et les Romains, qui s'en sont d'abord servis comme offrande aux dieux. Tour à tour été nommée poule d'Inde et poule du pharaon, elle a été introduite en France au XVI<sup>e</sup> siècle.

### ✓ Des atouts nutritionnels

Si on l'apprécie avant tout pour son goût, cette volaille a aussi l'avantage d'afficher un taux de protéines élevé.

Autre plus : c'est l'une des viandes les moins caloriques qui existent.

### ✓ Maîtriser le pochage

Cette technique est prisée par les chefs, car elle limite le dessèchement de la chair. Elle consiste à plonger la pintade dans un bouillon aromatique pendant 15 à 20 minutes, à ébullition douce, puis de réduire le temps de cuisson au four d'un tiers environ.





## Portrait de producteurs

Depuis quand élevez-vous ces volailles ?

J'ai rejoint mes parents sur l'exploitation en 2016, et, depuis, nous élevons 40 000 pintades par an, par lots de 5 000 que nous recevons toutes les 6 à 8 semaines. Nous faisons également du poulet et du canard gras.

Quelle est la particularité de votre exploitation ?

Nous produisons nous-mêmes les céréales données dès les premières semaines aux pintadeaux : blé, maïs, orge et pois. Nous avons également notre propre abattoir à quelques minutes de la ferme. Tout cela fait que nous produisons des volailles hyper locales avec un très faible bilan carbone.

Comment valorisez-vous la viande de pintade ?

En plus de la volaille entière, nous faisons aussi des découpes (suprêmes, cuisses), notamment pour les restaurateurs. Nous préparons également des rillettes, des pâtés ou des plats cuisinés comme la pintade aux morilles, aux cèpes ou à la choucroute.



**Donatien Lavigne**, éleveur de pintades à la Ferme de la Houssaye, à Épaignes (Eure).



## Pintade à la crème, pommes et morilles

4 personnes 25 MN 45 MN 1H15

♦ 1 pintade d'1,2 kg vidée et coupée en morceaux ♦ 25 cl de crème liquide ♦ 2 pommes ♦ 40 g de morilles déshydratées ♦ 2 échalotes ♦ 45 g de beurre ♦ 75 cl de cidre brut ♦ 150 g de marrons cuits sous vide ♦ sel ♦ poivre.

**Placez les morilles dans un bol** et couvrez-les d'eau chaude. Couvrez d'une assiette et laissez les champignons se réhydrater 45 mn. Égouttez-les, récupérez l'eau de trempage et filtrez-la.

**Faites fondre 30 g de beurre** dans une cocotte. Faites-y dorer les morceaux de pintade de tous côtés. Pelez et hachez les échalotes, ajoutez-les et cuisez 5 mn.

**Versez le cidre** dans la cocotte et portez à ébullition. Réduisez le feu, couvrez et laissez mijoter 40 mn environ. Débarrassez les morceaux de volaille dans une assiette.

**Ajoutez dans la cocotte les morilles**, leur eau de trempage et les marrons. Portez à ébullition et laissez réduire 25 mn. Pendant ce temps, pelez puis épépinez les pommes, détaillez la chair en tranches et faites-les sauter 5 mn dans une poêle avec le reste du beurre.

**Versez la crème** dans la cocotte, mélangez, puis remettez les morceaux de volaille. Salez, poivrez et servez les morceaux de pintade, les morilles et les marrons avec les pommes. Nappez de sauce crémeuse au cidre.

## PINTADE OLYMPIQUE

Pendant les J.O. de Paris, plusieurs grands chefs ont concocté les ASSIETTES DES SPORTIFS en respectant leurs besoins nutritionnels. Amandine Chaignot a choisi de cuisiner la pintade, championne des protéines !

Source : Resto.zepros.fr



# Mon panier de saison

Par Marine Couturier

## L'orange

DE NOVEMBRE À AVRIL

### De l'est vers l'ouest

L'orange est apparue en Chine deux millénaires avant notre ère et sa culture a peu à peu progressé vers l'ouest. Cet agrume n'est devenu populaire en Europe qu'au <sup>xv</sup><sup>e</sup> siècle, grâce aux voyages commerciaux.

#### ✓ Table ou jus ?

Les oranges destinées à être mangées fraîches ont une peau plus rugueuse et une excroissance à l'une des extrémités. Celles réservées pour les jus sont plus petites, avec une peau plus lisse et fine, mais également plus foncée.

#### ✓ Une production française

Si elle pousse dans les départements d'outre-mer comme l'île de la Réunion, la Guadeloupe et la Guyane, l'orange s'épanouit aussi dans l'Hexagone. On trouve ainsi quelques producteurs en Corse, en Provence, dans les Pyrénées-Orientales... et même en Bretagne !

### Portrait de producteur

#### Comment en êtes-vous venu à cultiver des agrumes ?

J'ai longtemps fait du maraîchage en culture intensive sous serres, puis j'ai eu l'envie de partir sur une culture qui me correspondait davantage. Mes agrumes sont cultivés en bio sur de petits volumes, ce qui me permet de bien les travailler et d'avoir quelque chose de plus rémunérateur.

#### Quelles variétés d'oranges trouve-t-on dans vos serres ?

Je produis la navel et ses dérivées, qui sont les variétés les plus classiques, que l'on retrouve facilement dans le commerce. Je fais également quelques variétés d'oranges sanguines et certaines d'oranges douces.

#### Comment garantisiez-vous la fraîcheur du produit ?

Les oranges peuvent rester longtemps sur l'arbre, ce qui nous permet de récolter à la demande, avec une expédition dans les 24 heures pour fournir notamment des restaurants étoilés. Nous faisons également de la vente directe dans deux magasins de producteurs (Aix-en-Provence et Pertuis) et au marché de Berre-l'Étang.



**Régis Arnaud**, agrumiculteur à la Serre aux Agrumes, à Berre-l'Étang (Bouches-du-Rhône).



### Oranges confites au chocolat

4 personnes 30 MN 2 H 15 5 H

♦ 3 oranges bio ♦ 150 g de chocolat noir pâtissier ♦ 450 g de sucre.

**Versez le sucre** et 45 cl d'eau dans une casserole à fond épais, puis portez à ébullition en remuant de temps en temps. Lavez et séchez les oranges, puis coupez-les en rondelles de 5 mm d'épaisseur.

**Plongez les rondelles d'oranges dans le sirop bouillant**, couvrez d'un disque de papier sulfurisé et cuisez 15 mn à feu moyen. Retirez du feu et laissez refroidir 1 h.

**Reposez la casserole sur le feu**, portez à ébullition, faites frémir 15 mn, puis laissez refroidir 1 h hors du feu. Renouvelez 3 fois ces opérations.

#### Préchauffez le four à 90 °C.

Égouttez les rondelles d'oranges. Déposez-les sur une plaque couverte de papier sulfurisé et enfournez 1 h. Laissez-les refroidir.

**Cassez le chocolat en morceaux**, faites-les fondre au micro-ondes en procédant par sessions d'environ 1 mn. Mélangez entre chaque. Trempez alors les rondelles d'oranges dedans et laissez-les sécher sur une grille ou du papier sulfurisé. Servez froid.

### TEST AMOUREUX

Les réseaux sociaux ont monté en épingle un test baptisé « LA THÉORIE DE LA PEAU D'ORANGE » : si vous demandez à votre moitié de vous passer une orange et qu'elle l'épluche avant, c'est qu'elle tient vraiment à vous.

Source : « The Independent ».



# Vivez la nouvelle émotion chocolatée française !



Confectionnée de la fève de cacao au chocolat,  
cette collection d'une grande finesse est le reflet  
du savoir-faire artisanal français de Weiss depuis 1882.

À découvrir à partir de fin octobre,  
dans nos boutiques et sur [weiss.fr](http://weiss.fr)

**Weiss**  
FRANCE 1882

Pour votre santé, mangez au moins cinq fruits et légumes par jour - [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)



# Apéros & entrées pour un réveillon chic

## Huîtres aux poireaux et crème au champagne

8 25 MN 35 MN

- ♦ 3 douzaines d'huîtres ouvertes
- ♦ 4 poireaux fins ♦ 20 g de beurre
- ♦ 1 petit pot d'œufs de saumon
- ♦ sel ♦ poivre blanc.

**Pour la sauce :** ♦ 3 échalotes ♦ 30 cl de champagne ♦ 30 cl de fond de veau ♦ 15 cl de crème entière ♦ 25 g de beurre ♦ 1 c. à soupe de Maïzena.

**Préparez la sauce :** pelez et ciselez les échalotes. Faites-les revenir 5 mn avec 10 g de beurre dans une casserole. Ajoutez le champagne et laissez réduire 15 mn. Filtrez. Mélangez la Maïzena et le fond de veau. Incorporez-les dans la casserole avec la crème. Salez, poivrez et poursuivez la cuisson jusqu'à épaississement. Hors du feu,

ajoutez le beurre restant coupé en dés et fouettez quelques minutes.

**Coupez le pied et les 2/3 des feuilles vertes des poireaux,** puis émincez-les. Faites-les fondre 5 mn avec le beurre.

**Répartissez les poireaux dans les huîtres** et nappez de sauce au champagne. Ajoutez des œufs de saumon, poivrez et servez.



## CHOUX EN OR

À Coutances (Manche),  
le 16<sup>e</sup> CONCOURS  
CROQUEMBOUCHES (cette  
délicieuse pyramide de choux),  
organisé par l'Institut de formation  
de l'artisanat, a été remporté  
par Abigaëlle Menard.

Source : Iform.

## Le bon accord



Ce rosé séduit  
par ses notes  
expressives  
de petits fruits  
rouges, tels que  
la framboise  
et la griotte,  
sa fraîcheur  
et son attaque  
franche et légère en  
bouche.

Rosé-de-loire, Domaine  
Cady, 7,70 €.

## Couronne de fêtes

8 35 MN

♦ 24 choux à garnir ♦ 200 g de  
saumon fumé ♦ 2 avocats ♦ 1 mangue  
♦ 2 citrons bio ♦ 1 échalote ♦ 6 brins  
d'aneth ♦ 25 cl de crème liquide  
entière ♦ 150 g de fromage frais  
à tartiner ♦ 1 c. à soupe de tarama  
♦ 1 c. à soupe de baies roses ♦ 1 c.  
à café de moutarde ♦ fleur de sel.

**Pelez les avocats** et la mangue.  
Dénoyautez-les et taillez-les en  
fines tranches, petites billes et  
autres formes de votre choix.  
Coupez le saumon en lanières.  
**Nettoyez, zestez et pressez les citrons**,  
puis arrosez les avocats avec leur jus.  
Pelez l'échalote et hachez-la finement.  
Lavez, séchez, effeuillez et ciselez  
l'aneth. Concassez les baies roses.  
**Réunissez la crème, le fromage**  
**frais**, le tarama, la moutarde et

la moitié de l'aneth dans un bol,  
puis fouettez jusqu'à ce que le  
mélange se raffermisse. Versez  
dans une poche à douille.

**Coupez le haut des choux** et farcissez-  
les de crème fouettée. Répartissez  
dessus le saumon, les avocats et la  
mangue. Ajoutez de l'échalote, des  
baies roses et 1 pincée de fleur de  
sel puis décorez du reste d'aneth.

**Disposez les choux en couronne** sur  
un plat de service et servez frais.





## Crackers à la fondue de légumes

 8  15 MN  15 MN

◆ 1 sachet de crackers ou de biscuits apéritifs ronds ◆ 2 poireaux ◆ 1 oignon ◆ 1 petit bocal d'œufs de truite ◆ 1 citron (zeste) ◆ 10 cl de crème liquide ◆ 20 g de beurre ◆ 2 pincées de muscade ◆ sel ◆ poivre.

**Lavez et séchez les poireaux**, pelez l'oignon puis émincez le tout. Nettoyez et zestez le citron.

**Chauffez le beurre** dans une poêle. Faites-y revenir l'oignon 3 mn. Ajoutez les poireaux, la muscade, du sel et du poivre, puis cuisez 7 à 8 mn.


**Incorporez la crème** et poursuivez la cuisson 5 mn; jusqu'à ce que l'ensemble soit fondant. Laissez tiédir.

**Ajoutez le zeste de citron** et rectifiez l'assaisonnement. Garnissez-en les crackers et répartissez les œufs de truite dessus.

## L'HEURE DE L'APÉRO

Selon une étude Appinio/LSA, 69 % des Français déclarent prendre l'apéritif au moins une fois par semaine.

## Mini-pies marines

 8  1H  45 MN  30 MN

◆ 2l de moules nettoyées ◆ 1,5 kg de queue de lotte sans arêtes ◆ 1l de palourdes ◆ 1l de coques ◆ 800 g de crevettes ◆ 2 pâtes feuilletées ◆ 3 échalotes ◆ 1 bouquet de persil ◆ 2 gousses d'ail ◆ 1 bouquet garni ◆ 1 jaune d'œuf ◆ 20 cl de crème liquide ◆ 20 cl de vin blanc ◆ 4 c. à soupe d'huile d'olive ◆ sel ◆ poivre.

**Placez les coques et les palourdes dans un bac d'eau froide salée**, puis laissez tremper 15 mn. Changez l'eau et poursuivez le trempage 15 mn. Égouttez-les.

**Épluchez et ciselez les échalotes**. Pelez et hachez l'ail. Faites revenir le tout dans un faitout avec 2 c. à soupe d'huile. Ajoutez le vin, le bouquet garni, les moules, les palourdes et les coques. Couvrez et cuisez 7 à 8 mn en remuant régulièrement.

**Décoquillez les mollusques** et filtrez leur jus. Décortiquez les crevettes. Coupez la lotte en morceaux. Rincez, séchez, effeuillez et ciselez le persil.

**Préchauffez le four à 200 °C.**

Dans une sauteuse avec le reste d'huile, faites frémir 5 mn en remuant les crevettes et les morceaux de lotte, le jus de cuisson des coquillages, la crème et

le persil. Salez et poivrez.

**Laissez tiédir**, puis incorporez les moules, les coques et les palourdes. Répartissez dans 8 cassolettes.

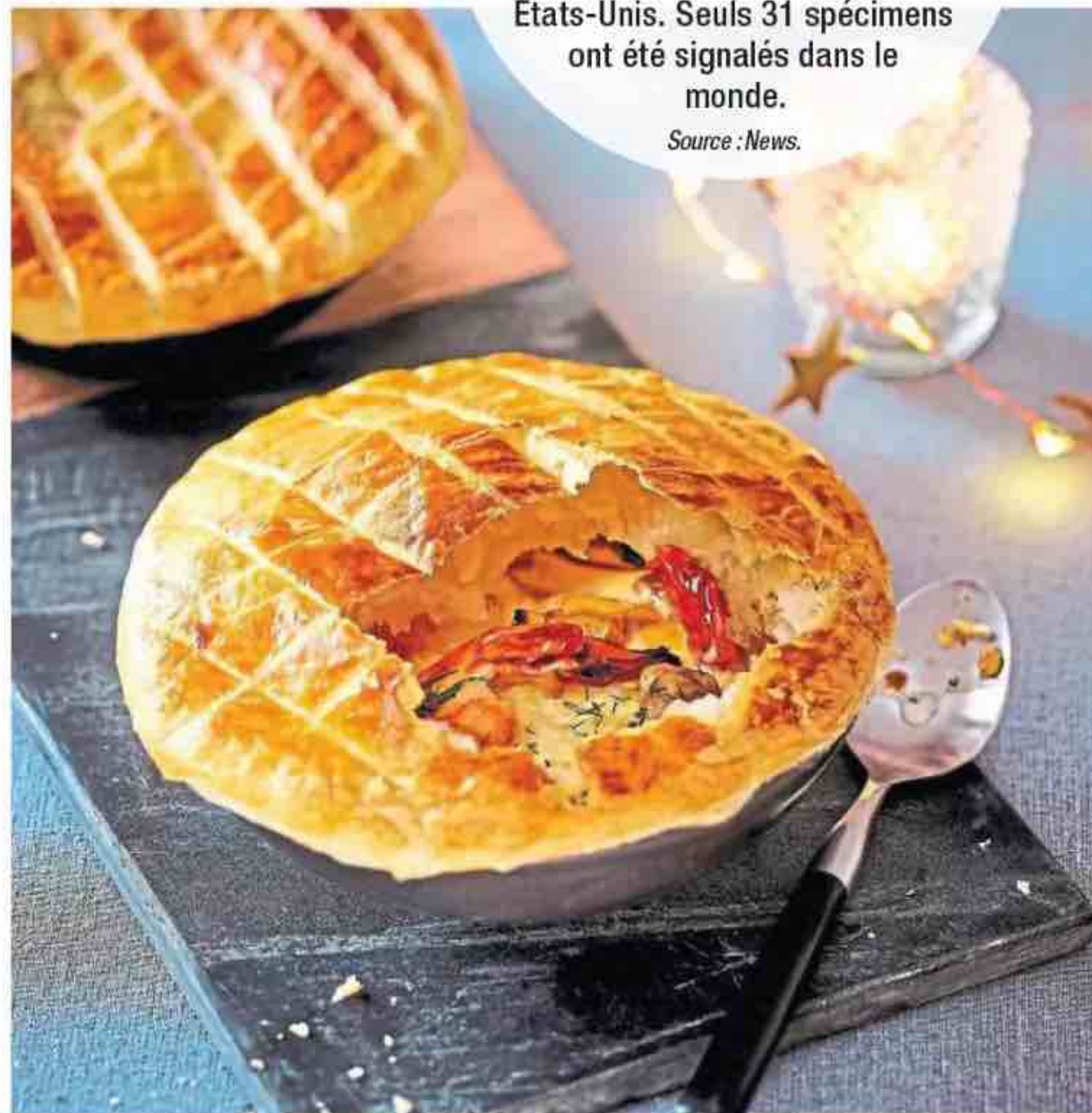
**Taillez dans les pâtes 8 disques** d'un diamètre légèrement supérieur à celui des cassolettes. Posez-les sur les cassolettes garnies, puis soudez en humidifiant les bords.

**Quadrillez la surface de la pâte** sans l'entailler. Battez le jaune d'œuf additionné de quelques gouttes d'eau, puis badigeonnez-en le dessus. Enfournez 20 mn.

## venu des abysses

Un poisson-pêcheur, qui vit dans l'obscurité totale entre 600 et 900 m de profondeur, a été retrouvé mort par des baigneurs de Cannon Beach, dans l'Oregon, aux États-Unis. Seuls 31 spécimens ont été signalés dans le monde.

Source : News.







## Soufflé au crabe sauce bisque

👤 8 ⏱ 45 MN 🍳 45 MN ⏰ 1H30 ❄ 12 H

♦ 40 cl de bisque de homard ♦ 150 g de petites crevettes décortiquées  
♦ 2 pommes ♦ 1 citron bio ♦ 2 poignées de roquette ♦ 30 cl de crème liquide  
♦ 2 c. à soupe d'huile ♦ sel ♦ poivre.  
**Pour les soufflés :** ♦ 300 g de chair de crabe ♦ 1/2 bouquet de ciboulette  
♦ 6 œufs ♦ 50 cl de lait  
♦ 140 g de fromage râpé  
♦ 110 g de beurre ♦ 80 g de farine.

**Commencez la recette la veille en préparant les soufflés :** préchauffez le four à 150 °C en y plaçant un plat à demi rempli d'eau bouillante. Faites fondre 80 g de beurre dans une casserole. Ajoutez la farine et mélangez. Délayez avec le

lait et fouettez jusqu'à épaississement. Hors du feu, incorporez le crabe égoutté, le fromage, les jaunes d'œufs, la ciboulette ciselée, du sel et du poivre.

**Montez les blancs en neige**, puis intégrez-les délicatement dedans. Répartissez dans 8 ramequins beurrés. Enfournez 30 mn. Laissez refroidir environ 1 h 30. Déposez sur une plaque foncée de papier cuisson et réservez toute la nuit au réfrigérateur.

**Terminez la recette le jour même :** préchauffez le four à 220 °C, puis enfournez les soufflés 12 à 15 mn, jusqu'à ce qu'ils soient bien gonflés et dorés. Pendant ce temps, réchauffez la bisque, ajoutez la crème, mélangez et portez à frémissement. Salez et poivrez.

**Coupez la chair des pommes en bâtonnets.** Zestez et pressez le citron. Mélangez l'huile, le jus et le zeste du citron, la pomme, les crevettes et la roquette. **Répartissez la sauce à la bisque dans les assiettes.** Déposez les soufflés au centre et ajoutez la garniture aux pommes. Poivrez et servez chaud.

### À L'AQUARIUM

En août, un pêcheur professionnel a trouvé dans ses casiers un HOMARD TRÈS PARTICULIER, bleu très pâle, encore jamais vu. Confié à l'aquarium de Trégastel, en Bretagne, son ADN sera étudié aux États-Unis.



## Terrine de foie gras au vin cuit

👤 8 ⏱ 15 MN 🔪 5 MN ⌚ 1H ❄ 60 H

♦ 600 g de foie gras de canard déveiné ♦ 10 cl de vin rouge cuit type maury ♦ 8 g de sel fin ♦ 4 g de poivre noir ♦ 2 g de sucre.

Fouettez le sel, le poivre et le sucre dans le vin cuit jusqu'à les dissoudre. Coupez le foie gras en tranches épaisses. Badigeonnez-les du mélange au vin.

Disposez-les, en une seule couche, dans un plat creux, arrosez du reste de vin,

couvrez de film alimentaire et laissez mariner 1 h à température ambiante.

Chauffez une poêle antiadhésive à feu moyen.

Poêlez-y les tranches de foie 30 secondes à 1 mn de chaque côté, selon leur épaisseur. Disposez-les au fur et à mesure dans une terrine.

Couvrez la terrine avec une planchette lestée d'un poids. Réservez 12 h au réfrigérateur.

Retirez la planchette et

nettoyez les pourtours de la terrine. Couvrez de film alimentaire et réservez 48 h au frais avant de servir.

## SANGRIA DE LUXE

De riches touristes en vacances à Cannes en septembre dernier se sont offert une sangria à base de Château Petrus, une bouteille prestigieuse de pomerol, facturée 120 000 €.

Source : « La Dépêche ».



## Le bon accord



Ce vin blanc, plein de finesse et de minéralité, aux parfums de fleurs blanches et d'acacia, s'accordera à merveille avec ce saumon gravlax en laissant place à une harmonie délicate et raffinée en bouche. L'Étoile 2019, Domaine Cédric Joly, 12 €.

## DÉPOLLUTION DOUCE

Dans un collège de Vincennes (Val-de-Marne) fermé depuis 2017 à cause d'une pollution du sol au chlore, la société Cardem, filiale de Vinci, va utiliser la mélasse (ou pulpe) de BETTERAVE pour s'attaquer aux polluants.



## Gravlax à la betterave

👤 8 🕒 20 MN 🌿 24 H

- ♦ 1 kg de filet de saumon sans la peau
- ♦ 1 grosse betterave cuite ♦ 1 bouquet d'aneth ♦ 1 kg de gros sel ♦ 200 g de sucre ♦ 1 c. à café de graines de fenouil
- ♦ micro-pousses ♦ fleurs alimentaires.

**Lavez, séchez puis effeuillez l'aneth.**

Réservez quelques pluches pour le service et ciselez le reste.

**Mélangez le sel, le sucre** et l'aneth ciselé. Versez la moitié du mélange

dans un plat creux et déposez le filet de saumon dessus.

**Couvrez du reste de mélange.**

Enveloppez de film alimentaire, placez dans une terrine et lestez d'un poids. Réservez 12 h au réfrigérateur.

**Rincez et séchez le filet de saumon** en le tamponnant délicatement avec du papier absorbant. Lavez le plat et replacez-y le poisson.

**Râpez la betterave** à la grille à gros

trous. Couvrez-en le saumon en appuyant bien. Couvrez de film alimentaire, puis réfrigérez de nouveau 12 à 18 h, selon l'épaisseur du filet.

**Nettoyez le filet de saumon** et séchez-le. Décorez-le de fleurs, d'aneth, de micro-pousses et des graines de fenouil. Servez avec, par exemple, une sauce à la crème aigre, du jus de citron et des crudités.



## Navarin de poissons

 8  40 MN  45 MN

♦ 800 g de pavé de saumon ♦ 800 g de pavé de poisson blanc ♦ 16 gambas cuites ♦ 4 carottes fines ♦ 300 g de girolles ♦ 1 oignon ♦ 1 citron (jus) ♦ 1 branche de céleri ♦ 1 bouquet garni ♦ 3 brins d'estragon ♦ 20 cl de crème liquide ♦ 60 g de beurre ♦ 1,2 l de fumet de poisson ♦ 20 cl de vin blanc ♦ 1 c. à soupe bombée de farine ♦ 2 clous de girofle ♦ sel ♦ poivre.

**Pelez l'oignon** et piquez-le des clous de girofle. Épluchez les carottes et coupez-les en rondelles. Nettoyez, effilez puis émincez le céleri. Pressez le citron. Lavez, séchez puis effeuillez l'estragon.

**Décortiquez les gambas** en conservant le dernier anneau autour de la queue. Coupez les poissons en morceaux.

**Faites revenir les carottes** et le céleri dans un faitout avec 15 g de beurre. Ajoutez l'oignon, le bouquet garni, le fumet et le vin. Salez, poivrez, portez à ébullition et laissez frémir 15 mn.

**Plongez les morceaux de poisson** 2 mn dans ce bouillon. Égouttez le poisson et les légumes, puis filtrez le bouillon.

**Chauffez 30 g de beurre** dans une sauteuse. Versez-y la farine en remuant. Incorporez la moitié du bouillon en fouettant. Ajoutez la crème et laissez épaissir à feu doux. Rectifiez l'assaisonnement.

**Faites sauter les girolles** 10 mn dans une poêle avec le beurre restant. Ajoutez-les dans la sauteuse avec les morceaux de poissons, les gambas et les légumes. Versez le jus du citron et l'estragon, puis laissez cuire 5 mn à feu doux.

### GROSSES CREVETTES

Pour s'adapter au réchauffement climatique, trois pisciculteurs de la Dombes, dans l'Ain, ont obtenu en juin l'autorisation d'expérimenter la PRODUCTION DE GAMBAS dans leurs bassins.

Source : « Le Journal de Saône-et-Loire ».



## Le bon accord



Voilà un crémant élégant, aux arômes de pêche blanche, d'amande, de fruits d'été et de brioche, qui se mariera parfaitement avec

ces verrines de la mer. Crémant-de-bordeaux, Louis Vallon, 12,50 €.

## Verrines de la mer

6 30 MN 1H30

- ◆ 400 g de pavé de saumon
- ◆ 6 langoustines cuites
- ◆ 1 pot d'œufs de saumon
- ◆ 2 à 3 avocats, selon leur taille
- ◆ 1 pomme verte
- ◆ 1 citron jaune (jus) ◆ 25 cl de crème liquide entière bien froide
- ◆ 1 citron vert bio
- ◆ 3 brins de cerfeuil ◆ 2 brins d'aneth ◆ huile d'olive
- ◆ poivre.

**Détaillez le saumon** en petits dés. Lavez, séchez et ciselez les herbes (réservez 1 brin de cerfeuil), mélangez-les au saumon avec 3 c. à soupe d'huile d'olive, la moitié du jus de citron jaune, du sel et du poivre. Couvrez et laissez mariner au frais 30 mn.

**Ouvrez les avocats**, retirez leur noyau, puis écrasez la chair avec le reste de jus de citron. Pelez la pomme, réservez-en 1/4 et râpez le reste, puis mélangez-le aussitôt au guacamole. Couvrez et placez au frais.

**Montez la crème en chantilly ferme**, en ajoutant à la fin du poivre et le zeste râpé du citron vert. Garnissez-en une poche à douille.

**Déposez du guacamole dans le fond de jolies flûtes à champagne** (ou verres à pied), ajoutez quelques œufs de saumon, quelques feuilles de cerfeuil, puis du saumon mariné. Décorez de chantilly au citron vert. Vous pouvez, comme sur la photo, varier les montages dans les verres, pour créer un bel effet.

**Faites dorer les langoustines** dans une poêle huilée quelques instants, puis laissez refroidir. À l'aide d'une mandoline, détaillez le reste de pomme en demi-lamelles. Surmontez les verrines d'1 langoustine et/ou de lamelles de pommes puis de chantilly. Couvrez et placez 1 h au frais.





## Huîtres gratinées

 8  40 MN  35 MN

♦ 4 douzaines d'huîtres ♦ 8 échalotes  
♦ 1/2 bouquet de ciboulette ♦ 15 cl de crème liquide ♦ 50 g de beurre ♦ 50 cl de vin blanc ♦ 50 g de chapelure ♦ 1 c. à soupe de farine ♦ poivre.

### Préchauffez le four en position grill.

Ouvrez les huîtres et jetez leur eau. Lavez, séchez et ciselez la ciboulette.

**Pelez et hachez les échalotes.** Faites-les revenir 10 mn dans une casserole avec le beurre en les laissant légèrement colorer. Saupoudrez de farine, mélangez et versez le vin. Laissez réduire 10 mn.

**Ajoutez la crème,** poivrez et poursuivez la cuisson 5 mn. Hors du feu, incorporez la ciboulette.

### Répartissez la sauce dans les huîtres.

Saupoudrez de chapelure et enfournez 7 mn en haut de l'appareil.

## EN CHIFFRES

Si la Chine, avec 80 % de la production mondiale, est le premier producteur d'huîtres, la France représente 90 % de la production européenne avec 130 000 tonnes par an.



## Pastilla mille-feuille

 8  30 MN  45 MN

♦ 12 feuilles de brick ♦ 1 kg de blancs de poulet ♦ 2 oignons  
♦ 2 gousses d'ail ♦ 4 brins de coriandre ♦ 100 g de beurre  
♦ 25 cl de fond de veau ♦ 10 abricots moelleux ♦ 70 g de pignons ♦ 3 c. à soupe de miel ♦ 2 c. à soupe d'huile d'olive  
♦ 1 c. à café de ras el-hanout ♦ 1 c. à café de curcuma  
♦ 3 pincées de cannelle ♦ sel ♦ poivre.

**Coupez les blancs de poulet en dés.** Pelez puis émincez les oignons et l'ail. Hachez les abricots. Torréfiez 2 mn à sec les pignons dans une poêle à feu vif sans cesser de remuer. Lavez, séchez, effeuillez et ciselez la coriandre.

**Préchauffez le four à 180 °C.** Dans une sauteuse avec l'huile, faites revenir les oignons 5 mn. Ajoutez les dés de volaille, les abricots et les 3 épices. Poursuivez la cuisson 5 mn en remuant.

**Incorporez le fond de veau,** les pignons, le miel, du sel et du poivre. Laissez frémir 15 mn. Pendant ce temps, faites fondre le beurre.

**Badigeonnez les feuilles de brick de beurre fondu.** Dans un moule beurré, disposez une couche de 3 feuilles en couvrant bien le fond et les bords du moule, puis étalez dessus 1/3 de la farce.

**Renouvelez 2 fois l'opération.** Recouvrez du reste des feuilles de brick. Enfouez 15 mn.

## CLASSEMENT

Le site Time Out a classé les meilleures villes du monde pour les gourmands. Ça donne, dans le Top 3 : Naples (Italie), Johannesburg (Afrique du Sud) puis Lima (Pérou). La première ville française, Lyon, n'arrive qu'en 16<sup>e</sup> position !



# L'HUÎTRE DE QUALITÉ À SON HISTOIRE



L'« Huître de Normandie »  
est maintenant labellisée  
Indication Géographique Protégée

La qualité d'un produit d'exception  
et l'engagement d'une filière  
enfin récompensés !







## Bouchées au boudin laqué

8 20 MN 15 MN

- ♦ 16 tranches de brioche ♦ 300 g de boudin noir
- ♦ 20 cl de vinaigre balsamique ♦ 2 c. à soupe de miel
- ♦ 300 g de foie gras mi-cuit ♦ 1/2 bouquet de ciboulette ♦ 20 g de beurre ♦ 2 c. à soupe de cacao nature ♦ sel ♦ poivre.

**Portez à ébullition le vinaigre et le miel** dans une casserole. Faites frémir 10 à 15 mn, jusqu'à ce que la consistance soit sirupeuse. Laissez refroidir.

**Toastez les tranches de brioche.** Avec un emporte-pièce, prélevez dans chacune 1 disque d'environ 4 cm de diamètre. Coupez 16 médaillons de foie gras avec un emporte-pièce de diamètre inférieur.

**Lavez, séchez et ciselez la ciboulette.** Coupez le boudin en 16 tranches épaisses. Faites-les cuire 1 mn à feu vif de chaque côté dans une poêle avec le beurre. Nappez-les de réduction de balsamique.

**Disposez sur chaque toast de brioche**

1 médaillon de foie gras, puis 1 tranche de boudin. Parsemez de la ciboulette. Salez, poivrez et saupoudrez de quelques pincées de cacao.

## AS DU BOUDIN

Le champion de France 2024 de BOUDIN NOIR TRADITIONNEL se trouve à Crèvecœur-le-Grand, une commune au nord de Beauvais (Oise). Il s'agit de Christophe Belleperche, charcutier, dont le boudin avait déjà été Médaille d'or en 2017 et 2020.

## Mille-feuille de pommes de terre aux morilles

8 45 MN 30 MN 45 MN

- ♦ 1,3 kg de pommes de terre à chair ferme ♦ 200 g de beurre
- ♦ paprika ♦ sel ♦ poivre. **Pour la sauce :** ♦ 30 g de morilles déshydratées ♦ 2 échalotes
- ♦ 40 cl de crème liquide ♦ 20 g de beurre ♦ 50 cl de bouillon de volaille ♦ 10 cl de vin blanc sec
- ♦ 1 c. à soupe de farine
- ♦ 1 pincée de muscade.

**Portez le bouillon de volaille à frémissement.** Hors du feu, ajoutez les morilles et laissez reposer 30 mn. Lavez et séchez les pommes de terre, puis émincez-les à la mandoline.

**Faites fondre le beurre** dans une casserole. Tapissez une plaque de papier sulfurisé et disposez dessus 8 cercles à pâtisserie ou 8 anneaux réalisés avec du papier aluminium.

**Empilez les tranches de pommes de terre dans les cercles** pour former les mille-feuilles. Arrosez chaque couche de beurre fondu, salez et poivrez. Versez dessus le reste de beurre.

**Couvrez de papier sulfurisé** ou aluminium, puis enfournez 30 mn. Découvrez les mille-feuilles et poursuivez la cuisson 15 mn.

**Préparez la sauce pendant la cuisson des mille-feuilles :**

égouttez les morilles et filtrez soigneusement le bouillon. Pelez et ciselez les échalotes.

**Faites fondre le beurre** dans une casserole. Faites-y roussir les échalotes 5 mn. Ajoutez les morilles et cuisez encore 5 mn.

**Saupoudrez de farine** et mélangez. Incorporez le vin, le bouillon et la muscade. Laissez mijoter 10 mn.

**Ajoutez la crème,** salez et poivrez. Poursuivez la cuisson en remuant régulièrement 15 à 20 mn, jusqu'à ce que la sauce soit onctueuse.

**Disposez les mille-feuilles sur des assiettes de service,** nappez-les de sauce aux morilles et saupoudrez d'1 pincée de paprika.

## LONGUE VIE

Selon une étude norvégienne relayée sur le site de RTL, la consommation régulière de pommes de terre pourrait contribuer à augmenter

**L'ESPÉRANCE DE VIE :** une consommation de 100 g chaque jour réduirait de 4 % le risque de mortalité. Merci, le potassium !





# Minis Brioch'Burgers Figue de La Fournée Dorée

## Une idée originale pour un apéritif festif et facile



**Pour ces fêtes, les Minis Brioch'Burgers à la Figue de La Fournée Dorée reviennent en édition limitée. De quoi animer vos apéritifs avec des bouchées gourmandes, aussi simples que rapides à préparer !**

La Fournée Dorée adore proposer des éditions limitées. La marque le fait d'ailleurs régulièrement, tout au long de l'année. À l'occasion de ces fêtes de Noël 2024, ce sont les très gourmands Minis Brioch'Burgers qui se voient mis à l'honneur : en plus de leurs traditionnelles versions Nature et Sésame, ils reviennent en cette fin d'année dans une délicieuse édition limitée à la figue.

Parfaits pour vos apéritifs en famille comme entre amis, ces Minis Brioch'Burgers Figue se révèlent à la fois pratiques, grâce à leur format mini, mais aussi très simples à garnir : vous pouvez ainsi laisser libre cours à votre inspiration et multiplier à l'envi les combinaisons, ou encore reprendre la recette festive proposée ci-contre. Dans tous les cas, ils animeront à la perfection vos apéritifs avec leur inimitable texture briochée qui fait toute la différence.

Toujours fidèles à la qualité et au savoir-faire de La Fournée Dorée, ces Minis Brioch'Burgers à la Figue contiennent non seulement de vrais morceaux de fruit, mais sont en plus fabriqués dans leurs ateliers en France, avec de la farine de blé française, des œufs frais et sans huile de palme. Cette année, vos apéritifs de fêtes vont vraiment avoir du goût !



### NOTRE RECETTE CHIC ET PRATIQUE

## Minis Brioch'Burgers à la Figue et au foie gras

PRÉPARATION : 15 MIN • CUISSON : 15 MIN • TRÈS FACILE

■ 10 Minis Brioch'Burgers Figue La Fournée Dorée ■ 150g de foie gras ■ 2 oignons jaunes ■ 1 c. à soupe de vinaigre balsamique ■ 1 c. à soupe de sucre ■ Mâche ■ Beurre, sel & poivre



### Préparation :

1. Émincez les oignons et les faire fondre dans une poêle avec une belle noix de beurre pendant 10 minutes.
2. Une fois les oignons translucides, ajoutez le sucre et le vinaigre balsamique et poursuivez la cuisson de 5 minutes.
3. Assaisonnez, débarrassez et réservez.
4. Détaillez le foie gras en tranches puis en petits médaillons à l'aide d'un emporte-pièce du diamètre des minis burgers.
5. Déposer une petite cuillerée de confit d'oignons sur les bases puis un médaillon de foie gras.
6. Surmontez de quelques feuilles de mâche et refermez. Maintenez avec de jolis pics fantaisie et servez !





## Terrine de poisson et saint-jacques

8 45 MN 45 MN  
2 H 12 H

◆ 400 g de cabillaud ◆ 8 noix de saint-jacques avec leur corail  
◆ 6 tranches de saumon fumé  
◆ 1 citron (zeste) ◆ 1 botte de ciboulette ◆ 5 brins d'estragon  
◆ 2 blancs d'œufs ◆ 20 cl de crème liquide ◆ huile ◆ sel ◆ poivre.

**Commencez la recette la veille** en préchauffant le four à 160 °C avec un plat à demi rempli d'eau bouillante, pour une cuisson au bain-marie.

**Coupez le cabillaud en gros cubes**, les noix de saint-jacques en 3 ou 4 et leur corail en 2.

**Battez légèrement les blancs d'œufs** pour les détendre. Nettoyez et zestez le citron. Lavez, séchez et ciselez 10 brins de ciboulette et les feuilles de 3 brins d'estragon.

**Mettez les cubes de cabillaud dans le bol du robot** avec la crème et les blancs d'œufs. Mixez par à-coups jusqu'à l'obtention d'une purée grossière.

**Incorporez les morceaux de saint-jacques** et de corail, le zeste de citron, la ciboulette et l'estragon ciselés. Salez et poivrez. Versez dans un moule antiadhésif huilé, tassez la préparation, puis lissez la surface.

**Couvrez**, déposez dans le bain-marie, puis enfournez 45 à 50 mn, selon l'épaisseur de la terrine. Laissez refroidir totalement environ 2 h. Réservez ensuite toute la nuit au réfrigérateur.

**Terminez la recette le jour même** en étalant sur un grand plat les tranches de saumon et en les superposant un peu. Démoulez délicatement la terrine dessus. Rabattez les tranches sur la terrine pour l'emballer totalement. Retournez-la, disposez-la sur le plat de service et couvrez de film alimentaire. Réservez au frais.

**Lavez et séchez les herbes restantes.** Ciselez la ciboulette, puis effeuillez les brins d'estragon. Décorez-en la terrine.



### À TESTER

Dans l'Ain, Thierry Gallinica élève des poissons peu communs : des arapaimas originaires d'Amérique du Sud, qui peuvent atteindre 4,50 m et 300 kg ! Leur chair est délicieuse en rillettes ou fumée.

Source : France 3.



## Carpaccio de saint-jacques aux agrumes

👤 8 ⏱ 30 MN

♦ 24 noix de saint-jacques ♦ 1 kg de clémentines ♦ 2 citrons jaunes (jus) ♦ 1 citron caviar ♦ 1/2 bouquet de ciboulette ♦ 150 g de noixettes ♦ 15 cl d'huile d'olive ♦ 3 pincées de piment d'Espelette ♦ fleur de sel.

**Pelez 6 clémentines** et détaillez les quartiers en petits morceaux. Pressez celles restantes et les citrons jaunes. Coupez le citron caviar en 2 dans la longueur et récupérez la pulpe.

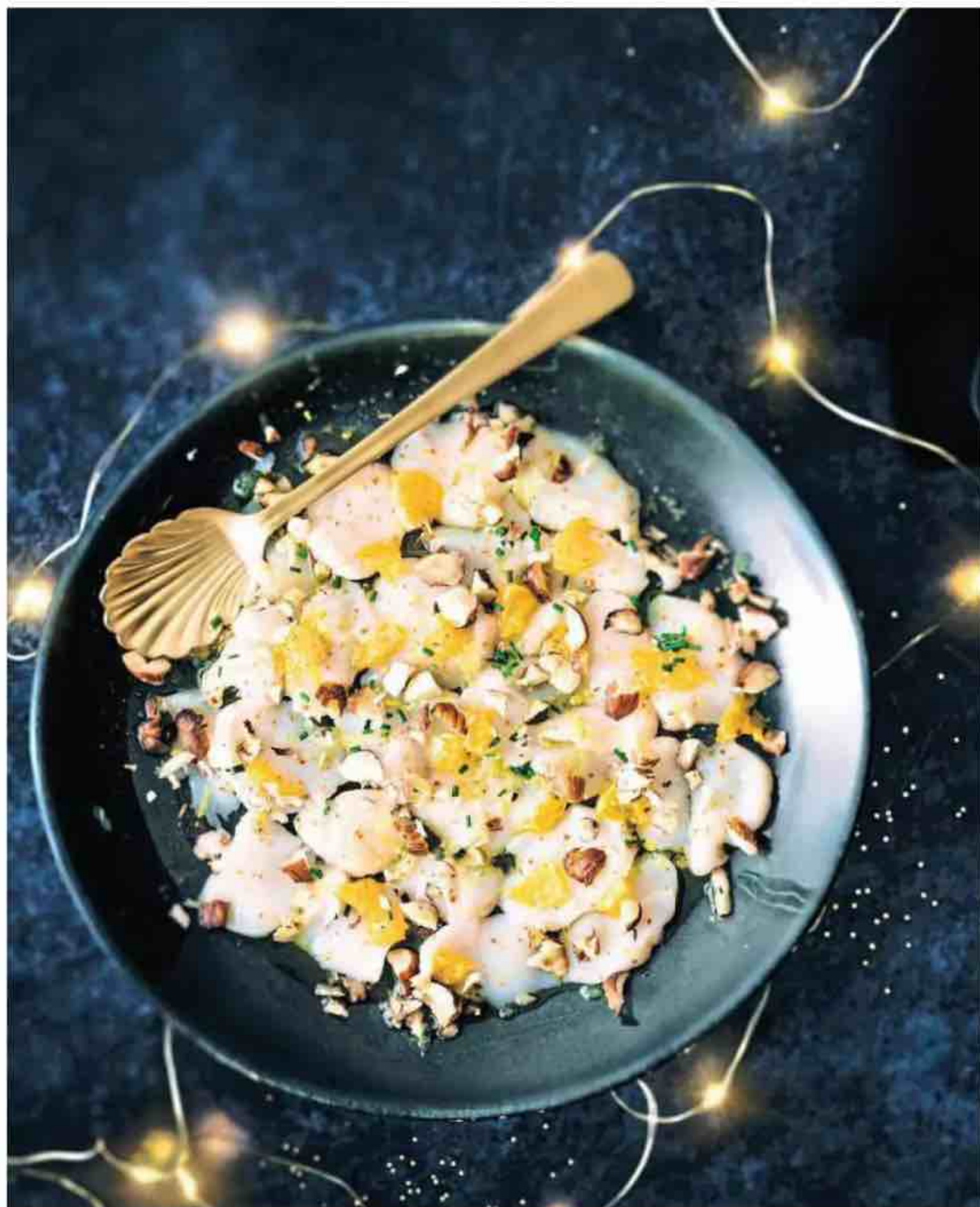
**Fouettez ensemble l'huile, le jus des clémentines** et des citrons, les grains de citron caviar et le piment d'Espelette. Concassez les noixettes. Lavez, séchez et ciselez la ciboulette.

**Taillez les noix de saint-jacques** en tranches fines. Répartissez-les dans les assiettes et ajoutez dessus les quartiers de clémentines.

**Arrosez d'huile aux agrumes**, parsemez d'éclats de noixettes et de ciboulette, puis ajoutez quelques pincées de fleur de sel. Servez frais.

### EXCEPTIONNELLE

La PLUS GRANDE MARÉE DE L'ANNÉE est survenue en mars dernier. Avec un coefficient de 117, elle a permis au Mont Saint-Michel de redevenir complètement une île !



## Bouchées de saumon

👤 8 ⏱ 25 MN 🍳 7 MN

♦ 8 tranches de saumon fumé  
♦ 1 petit pot d'œufs de saumon ou de truite ♦ 1 citron bio ♦ 1 poignée de micro-pousses ♦ 200 g de fromage frais ♦ 100 g de parmesan râpé  
♦ sel ♦ poivre.

**Préchauffez le four à 180 °C.** Étalez le parmesan en couche fine sur une plaque tapissée de papier sulfurisé. Enfournez 7 à 8 mn, jusqu'à ce qu'il gratine en prenant une jolie coloration.

**Découpez les tuiles** et laissez refroidir. Nettoyez, zestez et pressez le citron. Étalez les tranches de saumon à plat, taillez les bords pour obtenir des rectangles réguliers et hachez les chutes.

**Fouettez ensemble le fromage, les chutes de saumon**, la moitié des micro-pousses, le zeste de citron, du sel et du poivre.

**Répartissez cette farce sur les tranches de saumon.** Roulez-les et coupez-les en 2 ou 3 tronçons, selon leur longueur.

**Décorez des œufs de saumon** et du reste de micro-pousses. Ajoutez un éclat de tuile au parmesan dessus. Servez très frais, arrosé du jus de citron.



# La magie des bulles

### À l'équilibre

Fondée en 1811, la maison Charles de Cazanove est rachetée en 2003 par la famille Rapeneau.

Aujourd'hui, plus d'une bouteille sur deux part à l'export. Mise sur ce 100 % chardonnay tout en vivacité et équilibre.

**Champagne blanc de blancs, Tradition, Charles de Cazanove, 23,95 €.**



### Grande réserve

Ce crémant-de-limoux en a sous la bulle ! Son assemblage de chardonnay, chenin et mauzac lui confère puissance et élégance, avec des notes pâtissières un brin toastées qui laissent une bouche ample.

**Crémant-de-limoux, Grande Réserve 2019, Château Martinolles, 15,90 €.**



### Saga à succès

Depuis 1924, la famille Greuzard vinifie avec brio ses différentes appellations. Ce 100 % chardonnay, qui révèle fraîcheur et élégance, matche avec crustacés et volailles.

**Crémant-de-bourgogne, Château de la Greffière, 12,30 €.**



### Cœur de cuvée

Ce crémant ne lésine pas sur la qualité. Issu des meilleures parcelles de chardonnay, il est composé des cœurs de cuvée et soumis à un dosage fin. Résultat, un extra brut de haute volée avec un final élégant. Duo gagnant avec

des huîtres chaudes ou du homard.

**Crémant-d'alsace extra brut, Bestheim, 11,50 €.**

### Aérien

Pour la maison Barfontac, produire du champagne, c'est rester visionnaire. Mission accomplie avec cette cuvée qui surprend par sa fraîcheur, sa rondeur et la finesse de ses bulles.

**Champagne blanc de noirs, Caractère, De Barfontarc, 28 €.**



Pour ajouter une petite touche d'éclat à vos agapes de fin d'année, puisez l'inspiration dans notre sélection spéciale de champagnes et crémants.

**Par Agnès Ventadour**



### Coup de charme

Voilà une cuvée généreuse et charmeuse qui sublimera l'entrée dans l'année 2025 ! Elle renvoie au palais, avec la précision d'une horloge, une finale miellée tout en élégance.

**Champagne, Grand Meunier, Beaumont des Crayères, 35,50 €.**

### Révolution du goût

Le goût Vranken est né en 1978 avec le fondateur Paul-François Vranken et Dominique Pichart, premier chef de cave. Résultat, des vins légers, modernes, avec une bouche fraîche et persistante.

**Champagne, cuvée Fondateur, Vranken, 17,90 €.**



### Pour une célébration

Voilà une cuvée bio née sur la côte des Blancs et de la volonté de vignerons déterminés à s'inscrire dans la culture de la vigne responsable. Ce 100 % chardonnay bio affiche fraîcheur et vivacité. C'est l'ami des plateaux de fruits de mer et des fromages de chèvre.

**Champagne, Le Blanc de bio premier cru, De Saint-Gall, 50 €.**



### Savoir-faire

La maison Wolfberger a su concilier tradition et innovation depuis plus d'un siècle. Pour les fêtes de fin d'année, sa cuvée prestige séduira par son attaque franche et sa rondeur qui s'éternise en bouche. Elle fait tilt avec tous les plats de fête !

**Crémant-d'alsace brut, Wolfberger, 12,30 €.**





DEPUIS 1902

**Wolfberger**  
LA GRIFFE  
DES GRANDS D'ALSACE

*Et si l'Audace*

était autant dans la terre  
que dans le verre ?

- Viticulture raisonnée
- Transition vers l'agroécologie
- Méthodes alternatives

On vous dit tout :



[wolfberger.com](http://wolfberger.com)

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION



# LES CRUSTACÉS, le haut du panier

En apéritif, en entrée ou en plat principal, les crustacés ont toute leur place à la table du réveillon. Ces produits d'exception doivent être choisis et cuisinés avec attention, car leur chair est des plus délicates.

*Françoise de La Forest*

## Zoom sur les quantités

Pour un plateau de réveillon spécial crustacés, comptez par personne :

- ★ ½ homard
- ★ ½ tourteau (ou 2 pinces) ou 1 petite araignée de mer
- ★ 6 grosses crevettes roses
- ★ 50 g de petites crevettes grises
- ★ 6 langoustines
- ★ 25 g de mayonnaise, 25 g d'aïoli, 20 g de beurre salé
- ★ 5 toasts, 1 citron tranché, feuilles de salade, fleur de sel et poivre.



## À quelle famille d'animaux appartiennent-ils ?

Majoritairement à l'ordre des décapodes (qui signifie « dix pattes »), regroupant les animaux marins qui ont cinq paires de pattes thoraciques. Il y a des milliers de crustacés décapodes, mais ceux que nous consommons sont peu nombreux : crabes, dont araignées de mer, homards, langoustes, langoustines, crevettes, écrevisses, cigales de mer...

## L'hiver est-il la pleine saison ?

Pas vraiment, pour la plupart des crustacés à l'honneur lors des fêtes. Ce qui explique un prix en hausse au moment où on en achète le plus. Il y a une exception : les crevettes, abondantes et délicieuses à la fin de l'automne. Mise sur ces crustacés moins onéreux, faciles et rapides à cuisiner.

## Comment choisir les crevettes et les langoustines ?

Si vous les achetez crues, prenez les plus fermes, aux yeux noirs bombés et brillants. Privilégiez celles qui sont conservées sur de la glace. Cuisinez-les dans les 12 heures. Cuites, choisissez celles qui ont un corps tonique. La moindre odeur d'ammoniaque est signe d'un manque de fraîcheur. Les plus grosses sont évidemment les plus chères, mais vous gagnez un temps infini sur le décortiquage.

## Et pour un crabe ou un homard ?

Vivant, prenez un animal vivace (il replie les pattes ou la queue sous le thorax) doté d'une carapace luisante, avec des yeux vifs et des antennes mobiles. Cuit, choisissez un crabe ou un homard bien lourd, à la teinte rouge vif (évitez un tourteau à la carapace blanchie).

## Vaut-il mieux les acheter vivants ?

Fraîchement cuits, il est incontestable que les crustacés – que ce soit les tourteaux, les homards, les langoustines ou les crevettes – sont meilleurs. Mais il ne faut pas être trop sensible. En outre, il faut veiller à les cuire parfaitement car une surcuisson, même minime, altère vraiment la qualité de la chair.

## Peut-on manger des crevettes crues ?

Comme la plupart des poissons, les crevettes et les langoustines se déclinent en tartare ou en carpaccio délicieux. Mais faites attention à la fraîcheur et assurez-vous de ne jamais rompre la chaîne du froid, en les transportant de la poissonnerie au réfrigérateur dans un sac isotherme.

## Les crustacés congelés sont plus abordables, mais sont-ils bons ?

Les amateurs n'en sont pas friands... Les crustacés perdent rapidement de leurs qualités gustatives au congélateur – consommez-les donc rapidement – et ils sont souvent gorgés d'eau. Si vous les achetez congelés, choisissez-les crus, et laissez-les totalement décongeler avant de les cuisiner. Les crevettes bien charnues et de bonne taille ne déçoivent pas en général.

## Y a-t-il de vraies différences entre le homard européen et le homard américain ?

Pour les amateurs, c'est évident ! Ces derniers apprécient en particulier le homard breton, réputé pour sa chair dense et délicate. Celle du homard américain est moins délicate, parfois un peu farineuse, mais c'est aussi le cas des homards européens élevés dans des eaux pauvres en nutriments. La différence tient aussi au prix : le homard breton est cher. Pour les reconnaître, sachez que l'espèce américaine a un thorax plus renflé.

## Pourquoi la langouste est-elle si chère ?

Bien qu'il soit plus abondant en Méditerranée que dans les eaux froides, ce crustacé reste rare. La langouste fait ainsi l'objet d'une protection en raison de stocks peu importants. Si vous craquez, vérifiez sa provenance ! Certaines sous-espèces sont moins chères, mais leur chair a beaucoup moins de goût.

## Comment les décortiquer ?

Il y a de nombreuses démonstrations sur Internet sur la meilleure façon de décortiquer crevettes, langoustines, crabes et homards. Pour ces deux derniers, si vous les achetez cuits chez votre poissonnier, demandez-lui de les couper en deux et de précasser les pinces, vous gagnerez un temps précieux !

## Comment utiliser les carapaces ?

Faites-les revenir à l'huile avec une garniture de légumes, puis déglacez au vin blanc et ajoutez de l'eau et des aromates. Laissez réduire et filtrez. C'est un excellent fond de bouillon et de sauce, que l'on peut congeler en portions.

## Comment réaliser une sauce rapide pour du homard grillé ou cuit au four ?

Utilisez de la bisque de homard du commerce. Relevez-la avec de l'estragon, du concentré de tomates, de la moutarde, du paprika et un filet d'alcool (cognac, armagnac, vodka...). On peut l'épaissir avec du beurre manié, ou la fluidifier avec de la crème.

## Le plein de bienfaits

Les crustacés contiennent très peu de lipides et de glucides, mais autant de protéines que la viande (20 à 25 g pour 100 g). Et ce n'est pas tout : l'éventail de vitamines qu'ils renferment est varié (A, B, C, D) et ce sont d'excellentes sources d'acides gras essentiels, dont les oméga 3. Selon l'espèce, on y trouve aussi magnésium, fer, sélénium, zinc...



# Tout savoir sur... les crustacés

## Bisque de langoustines façon cappuccino

4 30 MN 45 MN

♦ 400 g de langoustines crues décortiquées avec têtes et carapaces  
♦ 2 oignons ♦ 1 carotte ♦ 30 cl de crème fleurette bien froide ♦ 8 cl de crème fraîche épaisse ♦ 15 cl de vin blanc sec ♦ 4 c. à soupe d'huile d'olive  
♦ 1 c. à soupe de concentré de tomates  
♦ 1 c. à soupe de thym séché ♦ 1 c. à soupe de baies roses ♦ 1 c. à café de paprika fumé ♦ sel ♦ poivre.

**Montez la crème fleurette en chantilly** avec 1 pincée de sel. Réservez au frais.

**Faites chauffer la moitié de l'huile** dans une sauteuse. Colorez-y les têtes et les carapaces des langoustines. Pelez et hachez les oignons. Pelez la carotte et coupez-la en dés.

**Ajoutez dans la sauteuse les oignons,** la carotte et le thym. Déglacez avec le vin, grattez les sucs de cuisson et portez à ébullition. Ajoutez 50 cl d'eau, le concentré de tomates et le paprika. Laissez cuire 30 mn à feu moyen.

**Mixez et filtrez la préparation.** Ajoutez la crème. Réservez au chaud.

**Chauffez le reste d'huile** dans une poêle. Enfilez les langoustines sur des piques, salez-les et poivrez-les, puis cuisez-les dans la poêle.

**Servez la bisque** avec les brochettes et la chantilly. Décorez des baies roses.



## Beignets de crevettes

4 20 MN 1H 15 MN

♦ 2 sucres ♦ 100 g de champignons blancs ♦ 100 g de champignons asiatiques ♦ 2 c. à soupe de curcuma moulu ♦ 1 c. à café de gingembre moulu  
♦ 1 brin de basilic thaï ♦ 10 cl de lait de coco ♦ 2 c. à soupe d'huile ♦ 1 c. à soupe de graines de sésame ♦ sel ♦ poivre.

**Pour les beignets :** ♦ 16 grosses crevettes ♦ 1 jaune d'œuf ♦ 1 bain d'huile pour friture ♦ 100 g de chapelure ♦ 50 g de farine de blé ♦ 25 g de farine de riz ♦ 1 c. à café de levure chimique.

**Préparez les beignets :** fouettez le jaune d'œuf, 15 cl d'eau froide, les 2 farines et la levure. Réservez 1 h au frais.

**Faites chauffer le bain de friture.**

Passer les crevettes dans la pâte, puis dans la chapelure, et faites-les frire. Égouttez-les et réservez au chaud.

**Nettoyez, rincez puis émincez les sucres** et les champignons blancs.

**Faites chauffer l'huile** dans une poêle. Faites-y dorer les champignons. Ajoutez les 2 épices, les graines de sésame et les sucres, puis mélangez 2 mn.

**Versez le lait de coco,** salez, poivrez et parsemez des feuilles du basilic. Servez avec les beignets de crevettes.

## CUISINE EUROPÉENNE

La cuisine italienne est la préférée des Européens.

Source : YouGov.

## Verrine de chèvre frais à la chair de crabe

4 15 MN

♦ 160 g de chair de crabe cuite (éventuellement en conserve)  
♦ 100 g de fromage de chèvre frais ♦ 1 bocal d'œufs de saumon  
♦ 1 brin d'aneth ♦ 3 brins de ciboulette ♦ 15 cl de crème fleurette bien froide ♦ 2 c. à soupe de mascarpone ♦ 2 c. à soupe de jus de citron ♦ sel ♦ poivre.

**Rincez, séchez, effeuillez et ciselez l'aneth.** Ajoutez le fromage de chèvre, le mascarpone et le jus de citron, puis mélangez.

**Répartissez dans 4 verrines** et parsemez de quelques œufs de saumon.

**Montez la crème fleurette en chantilly.** Rincez, séchez et ciselez la ciboulette.

**Réunissez le tout avec la chair de crabe,** puis mélangez.

**Répartissez dans les verrines** et décorez du reste des œufs de saumon.

**Servez frais** avec les gressins.

## EXCELLENCE HELVÈTE

Lors des Swiss Cheese Awards 2024, ont notamment été couronnés le Gruyère de Markus Sturny, le Brigand du Jorat de Muhamet Lekiqi et Renaud Freymond, ainsi que le Vacherin Mont d'Or de Serge André.

## PORT DE TÊTE

Le premier port de pêche de France est celui de Boulogne-sur-Mer (Hauts-de-France), avec 30 000 tonnes de poissons débarqués.

Source : CCI.





SÉRIE DOCUMENTAIRE INÉDITE



# Un déjeuner avec **Elvira**

**KITCHENMANIA**

La nouvelle chaîne  
des passionnés de cuisine

Un service de streaming **Mediawan**



**free**

**prime video** | CHANNELS

DISPONIBLE EN OUTRE-MER SUR

**my CANAL**



# Nos délicieux plats de fête

## Poulet fermier

8 30 MN 1H30 20 MN

◆ 2 poulets fermiers ◆ 2 oignons rouges ◆ 2 oignons verts ◆ 2 gousses d'ail ◆ 2 brins de romarin ◆ 40 g de beurre ◆ 25 cl de bouillon de volaille ◆ 20 cl de vin blanc sec ◆ 3 c. à soupe d'huile d'olive ◆ 2 c. à soupe de miel ◆ 3 pincées de 4 épices ◆ sel ◆ poivre. **Pour la garniture :** ◆ 4 pommes ◆ 2 grenades ◆ 1 orange bio ◆ 2 citrons bio ◆ 150 g de canneberges séchées ◆ 3 brins de thym.

### Préchauffez le four à 210 °C.

Salez et poivrez l'intérieur des poulets. Pelez les oignons rouges,

nettoyez les verts puis émincez tous les bulbes et réservez les tiges. Rincez et séchez le romarin.

**Faites fondre le beurre** dans une grande sauteuse ou cocotte. Dorez-y les poulets 10 mn en les tournant de tous côtés, puis retirez-les. À la place, faites revenir 3 mn les oignons émincés. Ajoutez le vin, le bouillon, le miel et les 4 épices, puis laissez réduire 5 mn.

**Glissez dans chaque poulet 1 brin de romarin** et 1 gousse d'ail non pelée. Badigeonnez-les d'huile et redéposez-les dans la cocotte. Couvrez et enfournez 35 mn.

### Préparez la garniture pendant ce

**temps :** réhydratez les canneberges 20 mn dans de l'eau tiède. Égrenez les grenades. Coupez l'orange et les citrons en tranches. Pelez les pommes et taillez la chair en tranches.

**Égouttez les canneberges**, puis ajoutez-les dans la cocotte avec les tranches de fruits, les graines de grenade et le thym. Salez, poivrez et enfournez encore 30 mn sans couvrir, en arrosant régulièrement.

**Ciselez les tiges réservées des oignons verts**, parsemez-en le plat et servez avec, par exemple, une purée maison.

### EN CHIFFRES

Avec 28,5 kg par an et par habitant, la viande de volaille est dans l'assiette des Français environ deux fois par semaine. L'Hexagone compte 14 000 élevages et la filière 100 000 professionnels.

Source : Anvol.



## Butternut rôti farci

8 40 MN 1H

♦ 2 butternuts ♦ 200 g de blanc de poulet haché ♦ 5 fines tranches de lard fumé ♦ 300 g de girolles ♦ 2 échalotes ♦ 1/2 bouquet de persil ♦ 200 g de châtaignes au naturel ♦ 150 g de foie gras ♦ 2 c. à soupe d'armagnac ♦ 2 c. à soupe d'huile de noix ♦ 2 c. à soupe d'huile d'olive ♦ 1 c. à soupe de graines de courge ♦ 3 cerneaux de noix ♦ sel ♦ poivre.

**Préchauffez le four à 180 °C.** Pelez et hachez les échalotes. Coupez le foie gras en dés. Égouttez puis émiettez les châtaignes. Nettoyez les girolles et coupez-les en morceaux. Lavez, séchez puis effeuillez le persil, réservez quelques pluches pour le service et ciselez le reste. Concassez les cerneaux de noix.

**Déposez les butternuts sur une plaque** et enfournez 30 mn. Pendant ce temps, saisissez les tranches de lard à sec 2 mn dans une poêle. Retirez-les et faites-y sauter 5 mn les girolles et les échalotes avec du sel et du poivre. Taillez le lard en morceaux.

**Hachez le blanc de poulet.** Ajoutez les girolles, le foie gras, la moitié du lard, le persil, les noix, l'armagnac et l'huile de noix. Salez, poivrez et mélangez.

**Laissez tiédir les courges** et supprimez-en les 2 extrémités. Évidez le cœur des parties tubulaires à l'aide d'un long couteau fin. Farcissez-les de la préparation au poulet.

**Remplacez les extrémités des courges** et déposez-les dans un plat à four huilé. Arrosez du reste d'huile et enfournez 30 mn.

**Présentez avec les morceaux de lard restants**, les graines de courge et les pluches de persil réservées. Servez avec, par exemple, de la salade.

### FUTURE INTERDICTION

Les aliments au goût fumé type chips goût bacon ou mayonnaise « smokey » vont disparaître des rayons en Europe. En cause, leur fabrication : ils ne sont pas réellement fumés au feu de bois, c'est un ARÔME TOXIQUE qu'on leur ajoute.



### Le bon accord



Ce vin blanc, aux notes subtiles de poire et de vanille, se distingue par sa minéralité et son équilibre exceptionnels, offrant une longue persistance

aromatique. Il accompagne parfaitement ce type de plat réconfortant.

Corbières, Château Haut Gléon blanc 2023, 20 €.





## SUPERSTAR

La **POULARDE DE MÉZERAY** (Sarthe) est devenue l'héroïne d'un livret d'une trentaine de pages, publié aux éditions Lujees, avec des textes et des dessins réalisés par des habitants du village.

Source : « Ouest France »

## Poularde aux morilles

 8  15 MN  30 MN  1H

- ♦ 1 poularde d'environ 3 kg en morceaux ♦ 60 g de morilles déshydratées ♦ 4 échalotes ♦ 5 brins de persil
- ♦ 40 cl de crème liquide entière ♦ 50 g de beurre
- ♦ 20 cl de vin blanc sec ♦ 20 cl de bouillon de volaille
- ♦ 2 c. à soupe de madère ♦ 1 c. à soupe d'huile
- ♦ 3 pincées de muscade ♦ 2 pincées de cannelle
- ♦ sel ♦ poivre.

**Faites tremper les morilles** 30 mn dans de l'eau chaude. Pelez puis émincez les échalotes. Chauffez l'huile et 40 g de beurre dans une cocotte. Dorez-y les morceaux de poularde 10 mn de tous côtés. Retirez-les.

**Ajoutez le beurre restant dans la cocotte** et faites-y revenir les échalotes. Replacez les morceaux de volaille à l'exception des blancs, salez, poivrez puis saupoudrez de muscade et de cannelle. Versez le bouillon, le vin et le madère. Couvrez et laissez mijoter 15 mn.

**Coupez les blancs de poularde réservés** en 2 ou 3 selon leur taille. Ajoutez-les dans la cocotte et poursuivez la cuisson 20 mn. Pendant ce temps, dans une casserole, faites réduire la crème jusqu'à épaississement.

**Égouttez et rincez les morilles.** Filtrez leur eau de trempage. Versez le tout avec la crème dans la cocotte, puis laissez frémir 10 mn. Rectifiez l'assaisonnement. Rincez, séchez, effeuillez et ciselez le persil, parsemez-en le tout et servez.

## Koulibiac

 8  15 MN  45 MN

- ♦ 2 filets de saumon de 500 g sans peau ni arêtes
- ♦ 2 rouleaux de pâte feuilletée ♦ 3 c. à soupe d'herbes fraîches ciselées (persil, aneth, cerfeuil...) ♦ 1 jaune d'œuf
- ♦ 50 g de beurre ♦ 300 g de riz long ♦ 1 c. à soupe de graines de nigelle ♦ 1 c. à café de 4 épices ♦ sel ♦ poivre.

**Faites cuire le riz** à l'eau bouillante salée en suivant les instructions portées sur le paquet. Égouttez et versez dans un saladier. Ajoutez les herbes, le beurre, le 4 épices, du sel et du poivre. Mélangez et laissez tiédir.

**Préchauffez le four à 210 °C.** Rincez et séchez le poisson. Déroulez 1 pâte sur une plaque, en conservant le papier sulfurisé du dessous. Déposez au centre 1 filet de saumon, salez et poivrez. Recouvrez-le du riz.

**Posez le poisson restant sur le riz**, salez et poivrez. Couvrez l'ensemble avec le rouleau de pâte restant. Soudez les bords en les ourlant. Fouettez le jaune d'œuf et badigeonnez-en la surface.

**Striez le dessus** avec un petit couteau sans percer la pâte. Dorez de nouveau au jaune battu, puis parsemez des graines de nigelle. Enfournez 35 à 40 mn, selon l'épaisseur du chausson.







## Rôti de magrets aux fruits secs

8 20 MN 30 MN 45 MN

◆ 8 petits magrets de canard  
◆ 12 abricots secs ◆ 10 figues sèches ◆ 120 g de noix de pécan  
◆ 120 g d'amandes décortiquées  
◆ 12 cl de vinaigre balsamique  
◆ 10 cl de vin blanc ◆ 40 g de cassonade ◆ 3 pincées d'épices à pain d'épices ◆ 2 pincées de cannelle ◆ sel ◆ poivre.

**Mettez les figues et les abricots 30 mn à réhydrater** dans un bol d'eau chaude. Torréfiez les amandes à sec 2 mn dans une poêle à feu vif sans cesser de remuer.

**Préchauffez le four à 180 °C.**

Dans une casserole, portez le vinaigre, le vin et la cassonade à ébullition. Laissez ensuite réduire jusqu'à ce que le mélange soit sirupeux.

**Égouttez les fruits secs**, puis taillez-les en dés. Ajoutez-les dans la réduction avec les noix de pécan et les amandes, puis poursuivez la cuisson 5 mn.

**Répartissez les fruits secs sur le côté chair de 4 magrets.**

Saupoudrez des épices, salez, couvrez des magrets restants et ficelez en 4 rôtis. **Chauffez une poêle** à feu moyen. Saisissez-y les rôtis 5 mn de chaque côté en les retournant délicatement. Réservez quelques cuillerées de graisse de cuisson et jetez le reste.

**Déposez les magrets avec la graisse réservée dans un plat à four.** Salez, poivrez puis enfournez 10 à 15 mn, selon le degré de cuisson souhaité.

## CHAMPION

Chaque année depuis 1982, le petit village de Saramon (Gers) accueille le CHAMPIONNAT DU MONDE DU PLUS GROS MANGEUR DE MAGRET DE CANARD.

En 5 minutes, le gagnant a ingurgité près d'**1 kg** de ce mets présenté froid et grillé.

## Cailles aux raisins

8 25 MN 35 MN

◆ 16 cailles ◆ 800 g de grappes de raisin ◆ 16 fines tranches de lard ◆ 2 oignons ◆ 2 échalotes ◆ 2 gousses d'ail ◆ 40 g de beurre ◆ 25 cl de bouillon de volaille ◆ 15 cl de vin blanc sec ◆ 4 c. à soupe d'huile ◆ 2 pincées de muscade ◆ 2 pincées de piment de Cayenne ◆ sel ◆ poivre.

**Salez et poivrez les cailles.** Dans une sauteuse avec 2 c. à soupe d'huile et 30 g de beurre, faites-les dorer 5 mn en plusieurs fournées, en les tournant de tous côtés.

**Retirez-les**, entourez-les chacune d'1 bande de lard et ficelez pour les maintenir. Préchauffez le four à 180 °C.

**Pelez puis émincez les oignons**, les échalotes et l'ail. Faites-les revenir dans la sauteuse avec le beurre restant. Déglacez avec le vin et laissez réduire 5 mn. Versez le bouillon et les épices, puis portez à ébullition.

**Ôtez la sauteuse du feu** et versez son contenu dans un plat à four. Disposez les cailles dedans et arrosez de l'huile en filet. Nettoyez le raisin et répartissez-le autour, en grappes ou égrené. Enfouez 15 à 20 mn, jusqu'à ce que la viande soit bien cuite.

## PRODUITS FESTIFS

À Noël dernier, selon une étude NielsenIQ, les produits festifs comme LE CHAMPAGNE ET LE SAUMON ont laissé place aux vins mousseux et à la truite fumée. Des alternatives plus accessibles en temps d'inflation.





## Blanquette de chapon

8 25 MN 1H15

◆ 1 chapon de 3,5 kg en morceaux  
◆ 50 cl de crème liquide entière ◆ 6 panais  
◆ 6 carottes ◆ 2 oignons ◆ 8 brins de cerfeuil  
◆ 2 jaunes d'œufs ◆ 15 g de beurre ◆ 4 l de bouillon de volaille ◆ 500 g de châtaignes au naturel en conserve ◆ 2 c. à soupe de miel liquide ◆ sel ◆ poivre.

**Épluchez les panais et les carottes.** Pelez les oignons et coupez-les en quartiers. Mettez le tout dans un grand faitout, ajoutez les morceaux de chapon puis arrosez du bouillon. Salez, poivrez, portez à ébullition à feu doux puis laissez mijoter 30 mn.

**Retirez la viande** et la garniture de légumes à l'écumoire. Coupez les panais et les carottes en tronçons. Filtrez le bouillon. Réservez.

**Versez la crème** et 1 l du bouillon dans une cocotte. Portez à frémissement et laissez réduire 15 mn. Rectifiez l'assaisonnement.

**Fouettez les jaunes d'œufs** avec un peu de bouillon crémeux chaud, versez dans la cocotte et ajoutez les morceaux de chapon. Laissez frémir 30 mn. Ajoutez les légumes 5 mn avant la fin de la cuisson. Faites colorer les châtaignes 5 mn dans une poêle avec le beurre, ajoutez le miel et mélangez.

**Servez la blanquette de chapon** accompagnée des châtaignes au miel. Rincez et séchez le cerfeuil, puis parsemez-en le plat.



## Lotte lardée au pesto de cresson

8 25 MN 25 MN

◆ 2 filets de lotte de 800 g ◆ 18 fines tranches de lard fumé  
◆ 1 botte de cresson ◆ 1 citron vert (jus) ◆ 2 gousses d'ail ◆ 100 g de parmesan râpé ◆ 6 c. à soupe d'huile d'olive ◆ sel ◆ poivre.

**Préchauffez le four à 210 °C.** Coupez les tiges du cresson au ras des feuilles, puis jetez-les. Lavez soigneusement le reste puis essorez-le. Pelez l'ail et détaillez-le en morceaux. Pressez le citron.

**Mixez ensemble les feuilles de cresson, l'ail,** le parmesan, le jus de citron, 2 c. à soupe d'huile, du sel et du poivre. Ajoutez peu à peu de l'huile restante jusqu'à obtenir un pesto épais.

**Disposez la moitié des tranches de lard sur une planche** en les faisant se chevaucher. Placez 1 filet de lotte au centre, puis étalez les 3/4 du pesto dessus.

**Placez le second filet de poisson sur le pesto,** rabattez les tranches de lard dessus et couvrez avec le reste de lard. Ficelez en rôti.

**Déposez le rôti dans un plat** et arrosez-le du reste d'huile. Enfouez 25 mn. Servez avec le reste de pesto, accompagné par exemple de pommes de terre ou de riz sauvage.

## RECONNAISSANCE

14 producteurs de cresson de l'Essonne (premier département producteur de ce légume vert) se sont regroupés sous une marque commune, Cresson de Méréville, pour militer ensemble et obtenir une IGP (Indication géographique protégée).





## Rôti de dinde tutti frutti

👤 8 ⏱ 40 MN 🍷 1H 05

♦ 1,5 kg de rôti de blanc de dinde ♦ 1 kg de fruits (raisins, pommes, figues) ♦ 500 g de champignons de Paris ♦ 2 échalotes ♦ 1 brin de romarin ♦ 50 g de beurre ♦ 30 cl de bouillon de volaille ♦ 10 cl de vin blanc ♦ 2 c. à soupe de miel ♦ sel ♦ poivre.  
**Pour la farce :** ♦ 150 g d'abricots moelleux ♦ 10 pruneaux dénoyautés ♦ 100 g de raisins secs ♦ 100 g d'amandes mondées ♦ 50 g de noisettes décortiquées ♦ 2 échalotes ♦ 2 c. à soupe d'huile de noisette ♦ 2 pincées de 4 épices.

**Préchauffez le four à 170 °C.** Préparez la farce : hachez grossièrement les abricots et les pruneaux. Concassez les amandes et les noisettes. Pelez et ciselez les échalotes. Mélangez le tout avec les raisins, le 4 épices et l'huile. Réservez.

**Coupez le rôti en 2** dans la longueur. Salez et poivrez l'intérieur et l'extérieur. Déposez la farce sur la moitié inférieure et couvrez avec la partie supérieure. Ficelez.

**Chauffez le bouillon**, faites-y fondre le miel et badigeonnez-en le rôti. Dans une cocotte avec 30 g de beurre, dorez-le 10 mn sur toutes les faces. Déposez-le dans un plat avec le bouillon et le vin.

**Enfournez 30 mn** et arrosez régulièrement. Pendant ce temps, nettoyez puis émincez les champignons. Pelez et ciselez les échalotes. Faites sauter le tout 10 mn dans le beurre restant, du sel et du poivre.

**Lavez les fruits** et coupez-les en morceaux. Nettoyez le romarin et détaillez-le en tronçons. Mettez le tout et les champignons autour du rôti puis enfournez encore 25 mn.



### MAXI DINDE

La plus grosse dinde jamais répertoriée pesait **39 kg !** C'était en 1989, en Grande-Bretagne. Le record de Tyson, c'était son nom, n'a pas été battu depuis cette année-là !

### CRISE

En 2023, la France a produit près de 9 500 tonnes de foie gras. C'est **18 %** de plus qu'en 2022, mais deux fois moins que le record atteint en 2015. La filière traverse une crise à cause de la grippe aviaire qui décime les élevages.



## Turbot Rossini

👤 8 ⏱ 25 MN 🍷 30 MN

♦ 8 pavés de turbot ♦ 250 g de foie gras cru ♦ 1 kg de champignons des bois (girolles, cèpes...) ♦ 2 gousses d'ail ♦ 5 brins de persil ♦ 6 feuilles de sauge ♦ 100 g de beurre ♦ 25 cl de fond de veau ♦ 15 cl de vinaigre balsamique ♦ sel ♦ poivre.

**Portez le vinaigre à frémissement** dans une casserole et laissez réduire jusqu'à ce qu'il prenne une consistance sirupeuse. Incorporez le fond de veau et poursuivez la cuisson 5 mn. Hors du feu, ajoutez 50 g de beurre en fouettant. Réservez.

**Pelez et hachez l'ail.** Rincez, séchez, effeuillez et ciselez le persil. Lavez puis épongez la sauge. Nettoyez les champignons, coupez les plus gros en morceaux.

**Chauffez les champignons** dans une poêle avec 10 g de beurre, salez et laissez-les rendre leur eau. Jetez l'eau, ajoutez 10 g de beurre, l'ail et le persil. Poursuivez la cuisson 7 à 8 mn, jusqu'à bien les colorer.

**Salez et poivrez les pavés de turbot.** Dans une sauteuse avec le beurre restant et la sauge, dorez-les 4 mn sur chaque face. Réservez au chaud.

**Détaillez le foie gras** en 8 tranches. Saisissez-les 30 secondes de chaque côté dans une autre poêle sans matière grasse.

**Répartissez sur les assiettes les champignons et le turbot**, posez les escalopes de foie gras sur le poisson. Nappez de sauce au balsamique.



## Poulet laqué au miel

8 35 MN 30 MN 45 MN

♦ 8 blancs de poulet ♦ 4 c. à soupe de miel liquide  
♦ 1 citron (jus) ♦ 3 échalotes  
♦ 2 gousses d'ail ♦ 30 g de beurre ♦ 15 cl de sauce soja  
♦ 10 cl d'huile ♦ poivre.  
**Pour la purée :** ♦ 1,4 kg de potimarron ♦ 2 citrons verts bio ♦ 2 gousses d'ail  
♦ 3 brins de coriandre ♦ 10 cl de crème liquide ♦ 5 c. à soupe d'huile d'olive ♦ 1 c. à café de ras el-hanout ♦ sel.

### Extrayez le jus du citron.

Pelez les échalotes et l'ail. Mixez le tout avec la sauce soja, l'huile, le miel et du poivre.

**Badigeonnez-en les blancs de poulet.** Dans un plat creux, arrosez-les du reste. Couvrez d'un film alimentaire et laissez mariner 30 mn au réfrigérateur.

### Préparez la purée :

préchauffez le four à 200 °C. Lavez le potimarron, épluchez-le ou non, selon votre préférence. Épépinez-le et taillez-le en morceaux. Pelez et hachez l'ail. Pressez 1 citron vert.

**Mélangez l'huile, l'ail,** le jus de citron, la coriandre

ciselée et le ras el-hanout. Badigeonnez-en le potimarron, puis répartissez-le sur une plaque foncée de papier sulfurisé.

**Enfournez 45 mn.** Pendant ce temps, séchez les blancs de poulet, puis, dans une poêle avec le beurre bien chaud, dorez-les 5 mn côté peau et 3 mn côté chair. Déposez-les dans un plat, badigeonnez-les de marinade et enfournez 20 mn.

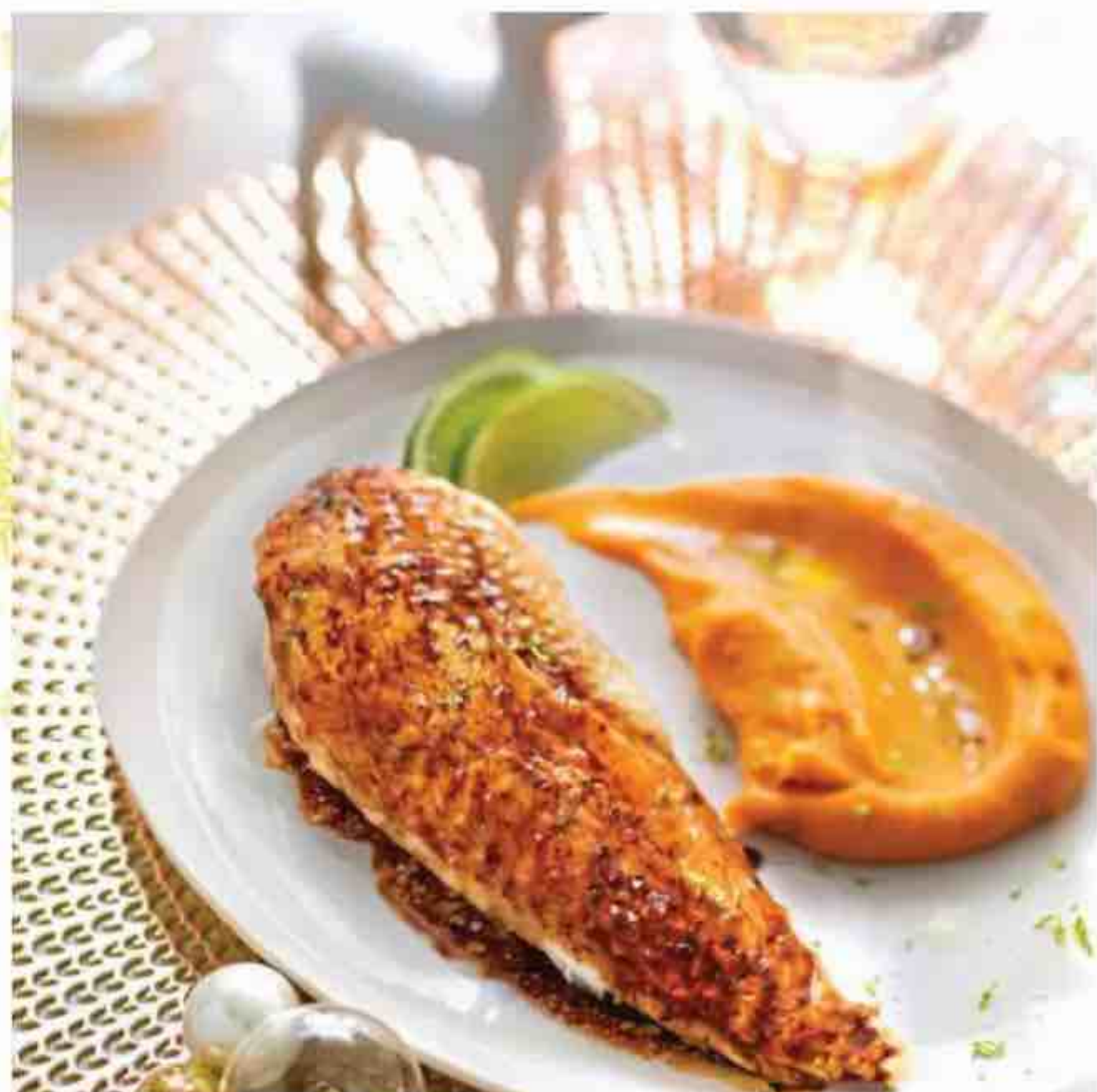
**Mixez le potimarron** avec la crème, du sel et du poivre. Réchauffez cette purée 10 mn dans une casserole à feu moyen pour la dessécher. Rectifiez l'assaisonnement.

**Nettoyez et zestez le citron restant,** puis parsemez-en la purée avant de la servir avec le poulet.

## DÉCLIN

Au Népal, le changement climatique menace les RUCHES ACCROCHÉES À FLANC DE FALAISE. L'assèchement des cours d'eau et les nombreux feux de brousse entraînent un dépérissement des abeilles.

Source : Futura-sciences.



## Bœuf Wellington

8 40 MN 45 MN 10 MN

♦ 1 rôti de bœuf d'1,3 kg ♦ 400 g de pâte feuilletée  
♦ 1 jaune d'œuf ♦ 20 g de beurre ♦ 1 c. à soupe d'huile  
♦ sel ♦ poivre. **Pour la farce :** ♦ 100 g de foie gras  
♦ 700 g de champignons de Paris ♦ 2 carottes  
♦ 4 échalotes ♦ 2 gousses d'ail ♦ 1/2 bouquet de persil  
♦ 30 g de beurre ♦ 200 g de marrons au naturel  
♦ 1 c. à soupe de cognac.

**Colorez le rôti** de tous côtés 10 mn dans une cocotte avec l'huile et le beurre. Salez, poivrez et laissez refroidir sur une grille.

**Préparez la farce :** nettoyez les champignons, pelez les échalotes et les gousses d'ail, puis hachez le tout. Épluchez et râpez les carottes.

**Salez et poivrez le tout,** puis faites revenir dans une sauteuse avec le beurre bien chaud 10 mn environ, jusqu'à évaporation du liquide. Versez dans un saladier.

**Ajoutez les marrons émiettés,** le foie gras en dés, le persil ciselé et le cognac. Mélangez bien et rectifiez l'assaisonnement. Laissez refroidir.

**Préchauffez le four à 200 °C.** Abaissez la pâte en un grand rectangle. Étalez au centre une couche de farce de la longueur du rôti. Placez-le dessus.

**Couvrez du reste de farce.** Rabattez les bords de pâte sur la garniture. Supprimez les surplus et soudez les bords. Retournez le tout et déposez-le dans un plat.

**Battez le jaune d'œuf** et 1 c. à soupe d'eau, puis badigeonnez-en la pâte. Enfournez 25 à 30 mn, jusqu'à bien dorer la surface.

**Laissez reposer 10 mn.** Détaillez le rôti en tranches. Accompagnez, par exemple, d'une embeurrée de chou kale ou d'une purée de céleri-rave.

## PLAT MORTEL

L'an dernier, la police a arrêté une femme qui a servi un bœuf Wellington agrémenté d'amanites phalloïdes, des CHAMPIGNONS VÉNÉNEUX, entraînant la mort de trois de ses invités, dont ses beaux-parents.



AUSSI BONNE QUE  
LA PURÉE DE MAMIE MAIS  
PAR RESPECT, ON NE  
LE DIRA PAS.



100% ingrédients  
d'origine naturelle



Sur présentation de ce bon en caisse, vous bénéficiez d'une remise immédiate de 1 € TTC pour un montant minimum de 3 € de purées ou légumes cuisinés Florette acheté. L'utilisation de ce bon pour tout autre achat que celui mentionné donnera lieu à des poursuites. Offre non cumulable avec toutes autres opérations promotionnelles en cours et valable en France métropolitaine (Corse comprise). Reproduction interdite. OFFRE VALABLE DU 01/10/2024 au 30/04/2025. Florette France SIREN 451 353 734 R.C.S. LYON 23 Avenue de Poumeyrol Cité Park Bâtiment F, 69300 Caluire-et-Cuire.



● Traitement ScanCoupon ●



2966687437244



Au rayon des légumes frais



POUR VOTRE SANTÉ, MANGEZ AU MOINS CINQ FRUITS ET LÉGUMES PAR JOUR. [WWW.MANGERBOUGER.FR](http://WWW.MANGERBOUGER.FR)

ATTENTION, SI CETTE BANDE N'EST PAS JAUNE FLASH, CE BON N'EST PAS VALABLE





## Canard à l'orange

8 25 MN 2 H 35

- ♦ 1 canard d'environ 3,5 kg ♦ 5 oranges bio
- ♦ 3 oignons ♦ 2 brins de thym ♦ 30 g de beurre
- ♦ 60 cl de bouillon de volaille ♦ 5 c. à soupe de sirop d'érable ♦ 3 c. à soupe de vinaigre balsamique ♦ 2 c. à soupe de fond de veau déshydraté ♦ sel ♦ poivre.

**Préchauffez le four à 200 °C.** Nettoyez les oranges, puis zestez-en 2 et pressez-les. Rincez, séchez puis effeuillez le thym.

**Mélangez le sirop d'érable, le zeste et le jus des 2 oranges,** le vinaigre, le thym, du sel et du poivre. Badigeonnez-en le canard à plusieurs reprises.

**Portez le bouillon à frémissement** et dissolvez le fond de veau dedans. Pelez puis émincez les oignons.

**Faites fondre le beurre** dans une cocotte. Faites-y rissoler les oignons 5 mn. Coupez 1 orange en rondelles, puis déposez-les avec le canard et le reste de sauce. Versez le bouillon chaud, couvrez et enfournez 2 h. Arrosez régulièrement.

**Déposez la volaille dans un plat.** Tranchez les oranges restantes et posez-les dessus. Filtrez le jus de cuisson et rectifiez l'assaisonnement. Versez-le sur le tout et enfournez 30 mn sans couvrir.

## JUS AU TOP

L'UFC-Que choisir a comparé et testé une sélection de nombreux jus d'oranges industriels de différentes marques. Résultat : Le 100 % pur jus orange Bio village, avec pulpe, à 2,30 € la bouteille d'1 l, est le plus sain.

## Filet mignon aux cèpes et raisins

8 40 MN 50 MN

- ♦ 1,2 kg de filets mignons de porc ouverts par le boucher ♦ 600 g de cèpes ♦ 600 g de raisins en grappe ♦ 6 échalotes
- ♦ 1/2 bouquet de persil
- ♦ 3 jaunes d'œufs ♦ 20 cl de crème liquide ♦ 100 g de beurre
- ♦ 4 tranches de pain de mie sans croûte ♦ 80 cl de bouillon de volaille ♦ 500 g de châtaignes au naturel ♦ 40 cl de vin blanc sec
- ♦ sel ♦ poivre.

**Nettoyez les cèpes,** puis hachez-les grossièrement. Pelez puis émincez 4 échalotes. Mixez le pain en chapelure. Rincez, séchez puis effeuillez le persil. Réservez quelques pluches pour la déco et ciselez le reste. **Chauffez 30 g de beurre** dans une poêle. Faites-y sauter les cèpes et les échalotes 5 mn. Égouttez et transvasez dans un saladier. Incorporez la chapelure, le persil ciselé, les jaunes d'œufs, du sel et du poivre. Réservez.

**Placez les filets entre 2 feuilles de papier sulfurisé,** puis affinez-les au rouleau à pâtisserie. Déposez la farce réservée au milieu, rabattez les 2 côtés dessus

et ficelez les filets en rôtis. **Colorez les rôtis** 10 mn dans une sauteuse avec 30 g de beurre, en les tournant de tous côtés. Versez le vin et portez à frémissement. Ajoutez 50 cl de bouillon, salez et poivrez.

**Laissez mijoter 40 mn** à couvert. Pendant ce temps, pelez et hachez les échalotes restantes, puis égrenez les raisins. Dans une sauteuse avec le reste de beurre, faites rissoler les échalotes 5 mn. Ajoutez les raisins et les châtaignes égouttées et poursuivez la cuisson 3 mn. Réservez au chaud dans un plat.

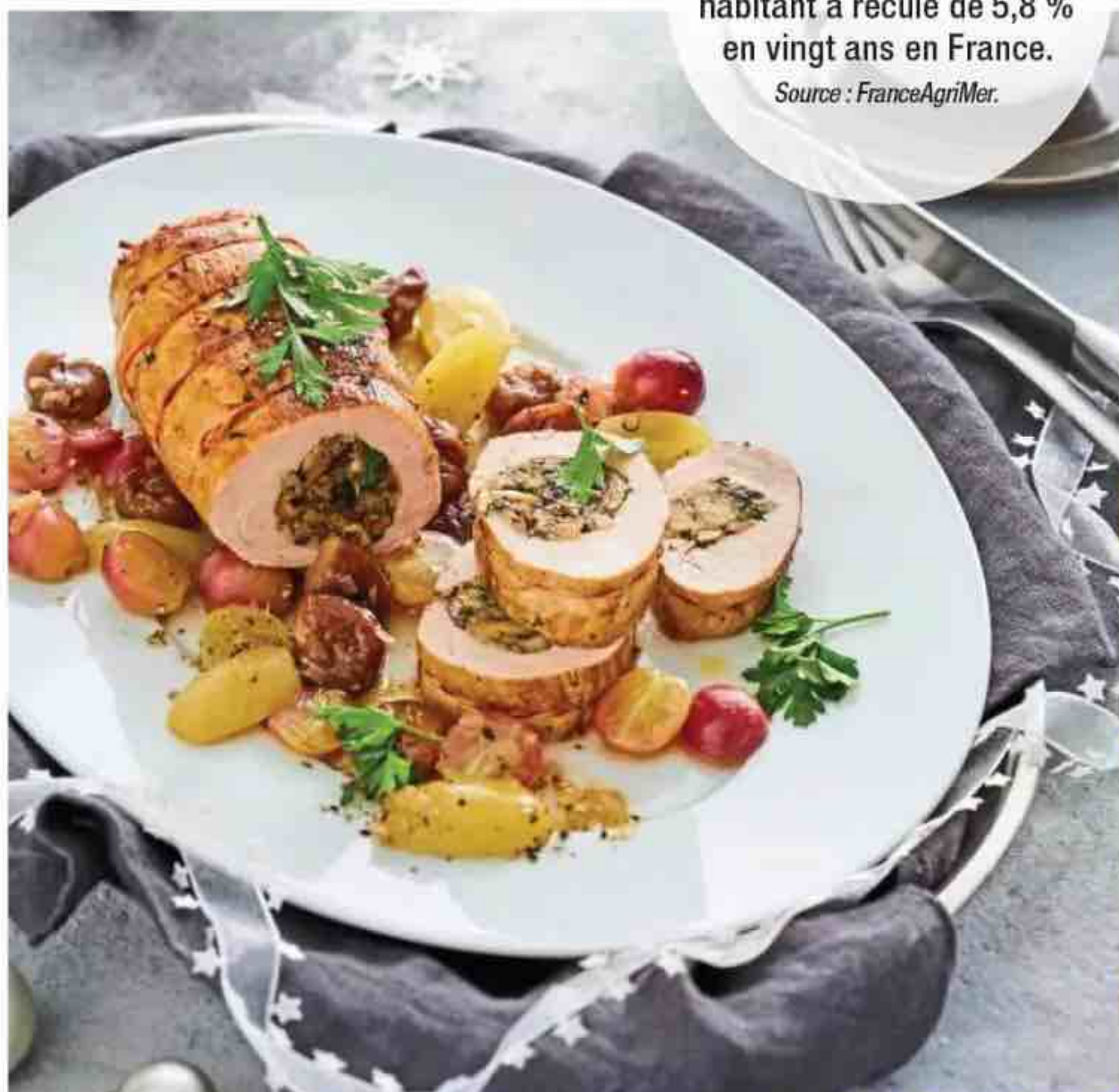
**Incorporez le bouillon restant** dans la sauteuse, puis laissez réduire de moitié. Versez la crème, salez, poivrez et laissez frémir 5 mn en remuant.

**Détaillez les rôtis en médaillons,** puis servez-les avec la poêlée de raisins et châtaignes et la sauce crémeuse.

## TENDANCE

La consommation moyenne de viande par habitant a reculé de 5,8 % en vingt ans en France.

Source : FranceAgriMer.





# Les volailles françaises font cocorico !

Parce que rien n'égale un bon poulet rôti le dimanche midi et une pintade dorée à souhait pour les festins en famille, ne lésinez pas sur la qualité et la saveur. Autrement dit, une volaille française, sinon rien ! *Vanina Denizot*

## Comment la choisir ?

Pour reconnaître un produit français, on se fie au logo Volaille française qui annonce la couleur... tricolore, cela va de soi ! Il garantit que la volaille est née, puis a été élevée, nourrie, abattue, découpée et transformée en France. Ce logo est éventuellement complété par d'autres signes, symboles de qualité, comme le Label rouge ou Agriculture biologique (AB), aux critères d'exigences variables. Exemple : un poulet Label rouge sera élevé de 81 à 110 jours, tandis qu'avec le label AB, il s'agira de 81 jours minimum (contre 40 jours pour un poulet standard). Le poulet Label rouge est nourri avec 100 % d'aliments végétaux, idem pour le poulet bio qui, en outre, bénéficiera au minimum de 90 % de matières premières certifiées AB. Ces caractéristiques divergent d'une espèce à l'autre. Typiquement, les durées d'élevage ne sont pas les mêmes pour un poulet, une pintade ou un canard.

### LES CHIFFRES

La volaille française représente **6,8 milliards d'euros** de CA annuel, dont 1,11 à l'exportation.\*

**1<sup>re</sup> viande** consommée dans le monde, elle est la 2<sup>e</sup> en France. La France est le **3<sup>e</sup> pays producteur** en Europe.\*

En 2021, le logo Volaille française était présent sur **69 %** des volailles en libre-service et **49 %** des produits transformés et élaborés.\*

\*Sources : [Volaille-francaise.fr](http://Volaille-francaise.fr)

## Comment la cuire ?

À encore, il y a des différences notables selon le type de volaille. Avec sa belle chair d'un blanc légèrement rosé et ses 3 kg en moyenne (souvent plus en période de fêtes), la dinde se cuit idéalement en douceur, à 150°C ; comptez 1 h par kg. Un poulet rôti, quant à lui, se cuit à température plus élevée (180 °C) 30 mn par kg environ. Une astuce toutefois commune à toutes les volailles : durant la cuisson, n'hésitez pas à l'arroser toutes les 15 mn environ avec son jus, afin que sa chair reste tendre et ne sèche pas.





# La coquille saint-jacques

*Incontournable des fêtes, elle est pour beaucoup la reine des coquillages. Ce n'est d'ailleurs pas pour rien que les Français en sont les plus gros consommateurs au monde. Voici tout ce qu'il faut savoir sur la saint-jacques, appréciée des gourmets.*

*Par Marine Couturier*

## Qui est-elle ?

Ce mollusque bivalve de la famille des pectinidés est d'abord composé d'une noix, un muscle rond et nacré offrant une chair raffinée. Lorsqu'il est présent, le corail prend la forme d'une virgule. Il s'agit de la glande génitale de la saint-jacques, elle-même constituée de deux parties : l'une mâle (blanche) et l'autre femelle (orange). Son goût iodé ne fait pas l'unanimité.

## La saison

La pêche est autorisée du 1<sup>er</sup> octobre au 15 mai par arrêté ministériel. En baie de Seine, cette période est même réduite entre le mois de novembre et la fin mars ; c'est ici, dans le plus important gisement d'Europe, que l'on trouve les plus grosses saint-jacques, « coraillées » toute la saison. Dans la baie de Saint-Brieuc, elles sont plus petites et ne disposent de corail qu'en février et mars.

**2,5 kg**

de coquilles saint-jacques sont consommées en France par habitant chaque année, soit un record mondial ! Les stocks hexagonaux n'étant pas suffisants pour satisfaire cette demande, la plupart des saint-jacques sont importées.

\*Source : Le Guide des espèces.

## Atouts nutritionnels

La saint-jacques contient peu de lipides, mais une majorité d'acides gras polyinsaturés, dont les oméga 3, bons pour la santé cardio-vasculaire. C'est aussi une bonne source de protéines (18 g aux 100 g), de vitamines (B12 notamment) et de minéraux (phosphore, sélénium, iode, etc.).

## Le bon choix

Les coquilles fermées et bien lourdes, sans odeur particulière, sont à privilégier. Si elles sont ouvertes, leur noix doit être blanche et nacrée, leur corail brillant et bombé, et la coquille doit se refermer au toucher. En cas de doute, mieux vaut passer son chemin.





## Tartare de saint-jacques aux agrumes

6 25 MN 30 MN

♦ 18 noix de saint-jacques  
♦ 2 clémentines ♦ 2 citrons  
verts ♦ 4 c. à soupe d'huile  
d'olive ♦ 3 c. à café d'œufs  
de saumon ♦ sel ♦ poivre.

**Pelez à vif 1 clémentine** et 1 citron. Prélevez les suprêmes en passant la lame d'un couteau entre les parois blanches et la pulpe. Découpez-les en dés. Pressez les 2 agrumes restants.

**Rincez les saint-jacques** et séchez-les sur du papier absorbant. Détaillez-les en dés (pas trop gros). Mélangez-les avec les dés des agrumes et leurs jus. Incorporez l'huile, salez, poivrez. Couvrez et réservez 30 mn au frais.

**Répartissez le tartare dans des coupelles**, ajoutez des œufs de saumon sur le dessus et servez sans attendre.

## THE PLACE TO BAIE

Le plus GROS GISEMENT DE COQUILLES SAINT-JACQUES d'Europe se situe en baie de Seine, avec **2 coquilles au m²**. C'est aussi la première espèce en France en valeur marchande et tonnage.

Source : « Ouest France ».



## Saint-jacques gratinées

4 30 MN 35 MN

♦ 8 noix de saint-jacques ♦ 4 coquilles creuses bien nettoyées (à demander au poissonnier) ♦ 2 pommes de terre ♦ 2 champignons de Paris ♦ 2 échalotes ♦ 10 cl de crème fraîche ♦ 60 g de beurre ♦ 50 g de parmesan râpé ♦ 10 cl de vin blanc ♦ 20 g de farine ♦ sel ♦ poivre.

**Pelez et rincez les pommes de terre**, puis cuisez-les 20 mn à l'eau bouillante salée. Pendant ce temps, nettoyez les champignons, émincez-les et faites-les sauter à sec dans une poêle antiadhésive jusqu'à évaporation de l'eau de végétation. Égouttez les pommes de terre et coupez-les en morceaux.

**Pelez et hachez les échalotes**. Dans une sauteuse avec 40 g de beurre, faites dorer les noix de saint-jacques 2 mn d'un côté et 1 mn de l'autre. Retirez-les et remplacez-les par les échalotes. Faites-les suer sans coloration. Ajoutez les champignons et les pommes de terre, mélangez 2 mn et retirez du feu.

**Préchauffez le four en position grill**. Dans une casserole avec le reste de beurre, versez la farine en mélangeant bien. Sans cesser de remuer, incorporez le vin et la crème et laissez épaissir.

**Mélangez la sauce et la préparation aux pommes de terre**, puis rectifier l'assaisonnement en sel et poivre. Répartissez dans les coquilles et déposez les noix dessus. Saupoudrez du parmesan et enfournez quelques minutes jusqu'à gratiner la surface. Servez chaud.

## Délice marin à la crème safranée

6 15 MN 10 MN

♦ 18 noix de saint-jacques ♦ 1 dose de safran (pistils) ♦ 25 cl de crème liquide ♦ 2 échalotes ♦ 15 cl de vin blanc sec ♦ 1 c. à soupe de fumet de poisson déshydraté ♦ 35 g de beurre ♦ chips de potiron ou de carottes ♦ sel ♦ poivre.

**Réhydratez les pistils de safran** dans 2 c. à soupe d'eau tiède. Pelez et ciselez les échalotes. Rincez et séchez les saint-jacques. Faites mousser 25 g de beurre dans une poêle, faites-y colorer les saint-jacques 30 secondes sur chaque face. Réservez-les.

**Mettez les échalotes à la place**, faites-les revenir, sans coloration. Saupoudrez le fumet de poisson, versez le vin et le safran avec son eau. Faites réduire 2 à 3 mn, ajoutez la crème et laissez épaissir en remuant. Salez et poivrez.

**Faites fondre le beurre restant** dans une autre poêle et terminez-y la cuisson des saint-jacques 30 secondes environ sur chaque face. Répartissez la crème safranée dans des assiettes, déposez les noix de saint-jacques et décorez avec des chips de potiron ou de carottes.

## DEUXIÈME VIE

La première USINE DE VALORISATION des coquilles saint-jacques en Europe a commencé à être construite à Bayeux, avec l'objectif d'en faire une poudre de carbonate de calcium, employée dans le milieu industriel.

Source : [Actu.fr](http://actu.fr)



Top chrono



# Le tarama, on en fait des tartines

Si vous ne connaissez que la version rose éclatant qui garnit les rayons des grandes surfaces, sachez que le tarama ne se limite pas à cela. Réalisée dans les règles de l'art, cette tartinade d'œufs de poissons réserve bien des surprises. *Par Marine Couturier*

## UN GOÛT D'AILLEURS

Le tarama est une spécialité méditerranéenne, plus précisément de Grèce et de Turquie, préparée depuis l'Antiquité. Aussi appelé « taramosalata » en grec, il signifie « œufs de poissons salés », ce qui décrit très bien sa composition.

### *Son prix*

De 9,50 € à plus de 60 € le kilo quand il est nature, selon qu'il est industriel ou artisanal.

### *Les œufs*

Traditionnellement, le tarama était préparé à partir d'œufs de mulot, mais aujourd'hui, ce sont ceux de cabillaud qui sont largement utilisés dans cette recette. La plupart des tartinades sont réalisées avec 25 % d'œufs de poissons, mais certaines versions haut de gamme peuvent en contenir jusqu'à 40 %.

### *Une couleur trompeuse*

En version industrielle, le tarama se reconnaît souvent à sa teinte d'un rose éclatant, censée le rendre plus appétissant grâce à l'ajout d'un colorant naturel (E120) issu de la cochenille. Sans cela, la couleur du tarama est plutôt entre gris et beige.



## Le bon accord

Les vins blancs secs comme un pouilly-fumé, un lirac ou un pinot gris fonctionnent très bien avec le tarama. Les jours de fête, on peut également miser sur les bulles en l'accompagnant d'un champagne brut ou d'un crémant-d'alsace.

## AUX FOURNEAUX

Le tarama peut facilement se faire à la maison : il suffit pour cela de se procurer des œufs de poissons fumés chez son poissonnier, puis de réaliser une purée onctueuse en y ajoutant de la mie de pain trempée dans du lait, de l'huile d'olive et du citron. Si la liaison ne se fait pas, un jaune d'œuf peut être utilisé.

La recette des blinis est à lire page suivante.

## Conservation

S'il est industriel, il se garde une bonne semaine : fiez-vous à la date indiquée sur le pot. En version artisanale, mieux vaut le consommer dans les 48 heures. Dans tous les cas, il se conserve au réfrigérateur et doit être terminé rapidement après ouverture.

## Qualités nutritionnelles

Grâce aux œufs de poissons qu'il contient, le tarama apporte des acides aminés, des minéraux (du phosphore notamment), des vitamines et des acides gras polyinsaturés (oméga 3). Attention cependant au tarama industriel, qui est très salé et calorique (plus de 500 kcal pour 100 g).

## ASSOCIEZ-LE EN CUISINE

**En apéritif :** avec des légumes crus (carottes, concombre, céleri, radis...), sur des mini-blinis, pour farcir des champignons de Paris ou de petits choux façon profiteroles.

**Sur une entrée ou un plat :** dans une tarte avec des crevettes, en chantilly pour accompagner un poisson blanc, en sauce déliée avec de la crème liquide pour napper un pavé de saumon poché ou juste snacké.

## RETROUVEZ-LE À DIFFÉRENTES SAVEURS



### AU NATUREL

Cette recette originale des œufs de cabillaud salés et fumés est un régal sur des blinis encore tièdes. **La Maison nordique, tarama blanc, 4,50 € (90 g).**



### AU CORAIL D'OURSIN

Le corail d'oursin provenant des eaux froides d'Islande donne à ce tarama un goût davantage iodé, délicatement corsé.

**Maison Barthouil, tarama au corail d'oursin, 11,30 € (100 g).**



### À LA TRUFFE

Les saveurs iodées, fumées et le puissant parfum de truffe se combinent en une parfaite harmonie pour apporter une touche festive. **Petrossian, tarama à la truffe noire, 19 € (100 g).**



### AU CAVIAR

Cette alliance élégante entre les œufs de cabillaud et ceux d'esturgeon est parfaite pour des apéritifs chics, invitant à un voyage culinaire.

**Caviar Perlita, tarama au caviar français, 9,95 € (90 g).**

Retrouvez notre carnet d'adresses p. 98





## Verrines de crabe aux pomélos

 4  25 MN

- ♦ 240 g de chair de crabe cuite (chez le poissonnier)  
♦ 1 pomélo rose ♦ 1 pomélo jaune ♦ 2 c. à soupe  
de tarama ♦ 1 oignon rouge ♦ 1 citron vert (jus)  
♦ 8 brins de ciboulette ♦ 15 cl de crème fleurette bien  
froide ♦ 2 c. à soupe d'huile d'olive ♦ sel ♦ poivre.

**Pelez les 2 pomélos à vif** et détachez-en les suprêmes. Coupez-les en dés. Effilochez la chair de crabe.

Épluchez et hachez l'oignon. Extrayez le jus du citron.

**Réunissez le tout dans un saladier** avec l'huile. Salez, poivrez et mélangez. Réservez au réfrigérateur.

**Fouettez la crème en chantilly** en incorporant le tarama vers la fin. Salez et poivrez.

Placez dans une poche munie d'une douille cannelée et réservez au frais.

**Répartissez la salade de pomélos dans les verrines** juste avant de servir. Pochez la chantilly dessus. Rincez, séchez et ciselez la ciboulette, parsemez-en le tout et servez sans attendre.

*Pour une version plus économique*

Remplacez la chair de crabe par des crevettes, voire des miettes de surimi.

## IL EN PINCE !

Les pêcheurs italiens s'inquiètent : le CRABE BLEU a envahi leurs côtes et se régale des palourdes, utilisées notamment dans les spaghettis alle vongole. Leur production est en baisse de **70 à 80 %**.

Source : Francetvinfo.fr



## Flocons de neige

4 15 MN 10 MN

- ◆ 1 jaune d'œuf ◆ 2 ou 3 c. à soupe de tarama  
◆ 2 rouleaux de pâte feuilletée.

**Préchauffez le four à 180 °C.**

Déroulez 1 pâte feuilletée en laissant le papier dessous et tartinez-la du tarama.

**Retournez dessus la pâte restante** en laissant le papier au-dessus. Pressez légèrement au rouleau à pâtisserie. Utilisez un emporte-pièce pour découper l'assemblage en flocons.

**Déposez-les sur une plaque**  
et tortillez les branches des  
flocons sur elles-mêmes.

**Battez le jaune d'œuf** additionné d'un peu d'eau, puis badigeonnez-en les flocons. Enfournez 10 à 15 mn, jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.

## Blinis faciles et rapides

👤 4 🔥 10 MN 🍲 15 MN

- ♦ 1 œuf ♦ 10 cl de lait ♦ 1 c. à soupe  
 de crème liquide ♦ 30 g de margarine  
 végétale ♦ 80 g de farine  
 ♦ 1 c. à soupe de levure  
 de boulanger ♦ sel.

**Mélangez la farine et la levure** dans un saladier, puis ajoutez 1 pincée de sel. Creusez un puits au centre. Faites tiédir le lait.

**Séparez le blanc d'œuf du jaune.** Fouettez le

jaune avec le lait tiède et la crème, puis incorporez le liquide à la farine. Mélangez jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse. Couvrez d'un linge et laissez reposer 1 heure environ.

**Montez le blanc en neige** puis incorporez-le à la pâte. Mélangez-la en soulevant la masse.

**Faites fondre un peu de margarine dans la poêle.**

Versez-y de petites louches de pâte et cuisez, en plusieurs fois, environ 40 secondes de chaque côté.





\* Observatoire national de la Santé des Femmes, Agir pour le Cœur des Femmes, Avril 2023 / La consommation de matières grasses riches en acides gras insaturés dans l'alimentation en remplacement de matières grasses riches en acides gras saturés réduit le taux de cholestérol sanguin. Une cholestérolémie élevée constitue un facteur de risque de développement d'une maladie cardiaque coronarienne. Il existe d'autres facteurs de risque qu'il est également important de surveiller. LB&C SIREN 402 776 322 RCS RENNES.



**JE ME TESTE**  
pour commencer à évaluer  
la santé de mon cœur



Test conçu avec



## Les maladies cardiovasculaires sont la 1<sup>re</sup> cause de mortalité chez les femmes.\*

Heureusement, nous pouvons agir sur 80 % des facteurs de risque cardiovasculaire en améliorant notre mode de vie. Primevère, en collaboration avec le service nutrition de l'Institut Pasteur de Lille, vous accompagne pour adopter les bons réflexes. **Alors faites ce test et partagez-le !**





## Carte d'identité

*Type* : pressée demi-cuite.

*Lait* : de vache cru et entier.

*Région d'origine* : canton du Jura, en Suisse.

*Label* : AOP suisse en 2011.

# La Tête de moine, une fleur de fromage

Avec sa jolie forme de rosette, sa texture fondante et son goût affirmé, elle apporte une touche de caractère et d'esthétique sur tous les plateaux. *Par Caroline Agasse*

## SON GOÛT

Délicatement relevée, avec des arômes fruités, d'une texture lisse et fondante en bouche, elle séduit par ses notes beurrées et son petit goût salé. Détail d'importance, c'est sa découpe si particulière, à l'aide d'une girole, qui révèle tous ses arômes.

## Le bon pain

Rien de tel qu'une belle baguette tradition à la mie bien alvéolée pour apprécier la délicatesse de ses arômes, mais les plus aventureux peuvent aussi choisir un pain aux noix. Son côté croquant contrastera agréablement avec le fondant des corolles de fromage.

## À RACONTER ENTRE LE FROMAGE ET LE DESSERT

Si la dénomination Tête de moine est connue depuis 1790, le fromage fabriqué à l'origine par les moines de l'abbaye de Bellelay pourrait exister depuis au moins 1192, date de la première mention dans un document d'un fromage avec lequel les moines payaient l'impôt. Néanmoins, sa découpe en fleur n'apparaît qu'en 1981, grâce à l'invention de la girole par Nicolas Crevoisier, un mécanicien de précision.

## Associations surprenantes

Classiquement, elle fondra sur un gratin de pommes de terre ou rejoindra avec bonheur un plateau de charcuteries et de fromages. Mais, associée à un filet de truite ou de cabillaud, elle fera son petit effet. À l'apéritif, on l'intègre dans un cake sucré-salé aux graines de pavot et cachant des dés de poires.

## Ses meilleurs copains

C'est l'occasion de partir à la découverte des autres trésors fromagers helvètes avec un beau morceau de Sbrinz bien sec et très corsé ainsi qu'un Appenzeller ferme aux notes de noisette.

## LE VIN QUI VA BIEN

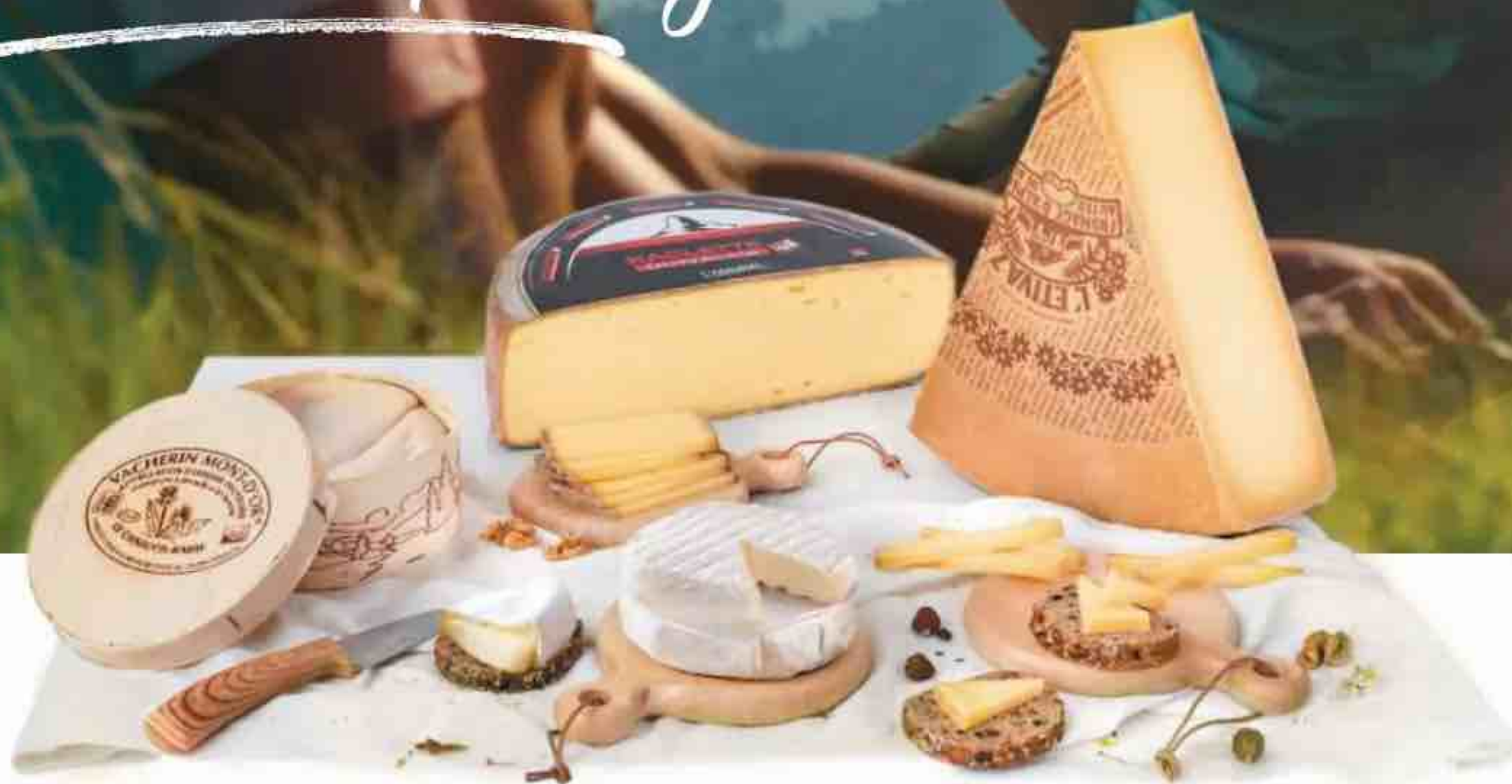
On opte pour un vin blanc sec, un riesling racé et tendu, par exemple, dont le fruité fera écho à celui de la Tête de moine. Autre option plus que savoureuse : un vin jaune du Jura, dont les notes de noix et d'épices sublimeront le fromage, à moins que ce ne soit l'inverse...



# LES FROMAGES DE SUISSE

LE GOÛT DU PARTAGE

*La nature en partage*



*Chaque fromage est une découverte...*



Flashez-moi  
pour en savoir plus !



Suisse. Naturellement.

**Les Fromages de Suisse.** 

[www.fromagesdesuisse.fr](http://www.fromagesdesuisse.fr)

POUR VOTRE SANTÉ, MANGEZ AU MOINS CINQ FRUITS ET LÉGUMES PAR JOUR  
[www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)





## LE FOIE GRAS, une spécialité bien française

Le foie gras fait partie, depuis 2006, de notre patrimoine culturel et gastronomique. Un savoir-faire que nos éleveurs chérissent face à la concurrence étrangère.



Parmi les produits-phares des fêtes, le foie gras occupe la première place : pour 74 % des Français, il est incontournable. Il faut dire que le gavage et l'élevage des palmipèdes font partie de notre histoire depuis des siècles, même s'il a fallu attendre celui des Lumières pour que le foie gras gagne ses lettres de noblesse, et le XIX<sup>e</sup> afin que les grandes maisons se développent.

### D'ici et d'ailleurs

À l'échelle mondiale, la France produit plus de 70 % du foie gras. Le Sud-Ouest et l'Alsace sont les deux principales régions productrices, connues pour leur tradition de qualité, auxquelles il faut ajouter la Bretagne et les Pays de la Loire. Du fait de la grippe aviaire, la filière a traversé, ces dernières années,

une crise historique conduisant à une augmentation des importations. Dans les rayons, la mention « Origine UE » reste vague : il s'agit de foies gras d'Europe de l'Est, Bulgarie et Hongrie en tête, dénoncés par les éleveurs français pour leur origine incertaine et les règles de sécurité alimentaire moins rigoureuses que chez nous.

### Cocorico

Pour 89 % des Français, l'origine française est un critère de choix primordial. Différentes mentions permettent d'ailleurs de s'en assurer, dont « Foie gras de France », qui atteste la localisation de toute la production, de la naissance des canards à leur transformation. L'IGP et le Label rouge garantissent également une origine française, ainsi que la qualité du produit. Il suffit d'ouvrir l'œil !

Source des chiffres (hors la production française) : [lefoiegras.fr](http://lefoiegras.fr)

### Quelques marques à tester



Coffret Cracker, foie gras de canard entier du Périgord et un bloc de foie gras d'oie du Périgord avec morceaux, Maison Godard, **21,90 €**.



Foie gras de canard entier authentique Label rouge, Maison Montfort, **26,25 € les 180 g**.



Foie gras de canard entier à la truffe noire 10 %, Plantin, **69 € les 130 g**.



Foie gras de canard entier mi-cuit du Sud-Ouest, Lartigue, Monoprix, **14,99 € les 130 g**.

Retrouvez notre carnet d'adresses p. 98.

## Trois appellations réglementées

**Foie gras entier** : préparation composée d'un foie gras entier ou d'un ou plusieurs lobes entiers de foie gras, et d'un assaisonnement.

**Foie gras** : préparation composée de morceaux de lobes de foie gras agglomérés pouvant provenir d'animaux différents, et d'un assaisonnement.

**Bloc de foie gras** : préparation composée de foie gras reconstitué et d'un assaisonnement.





### LE FOIE GRAS EN FÊTE

Selon une étude Cifog/CSA datant de décembre 2023, il est, pour 74 % des Français, le mets incontournable des fêtes de fin d'année, avant le saumon fumé (68 %) et la bûche de Noël (64 %).

### CHIFFRE

**13 571 tonnes**  
de foie gras ont été produites  
au sein de l'UE en 2023,  
dont 74,5 % en France.

Source : [Eurofoiegras.com](https://eurofoiegras.com)

**P**our le choisir et le cuisiner, nous sommes allés recueillir les conseils avisés de Marie-Pierre Pé, directrice du Comité interprofessionnel des palmipèdes à foie gras (Cifog). Sa maxime : le foie gras, on l'aime un peu, beaucoup, passionnément !

### LE FOIE GRAS CRU

IL EST  
PARFAIT !

*pour une terrine maison,  
une papillote au four,  
des escalopes poêlées*

« On prend soin de l'acheter sous vide. Pour réaliser la terrine, après avoir laissé le foie à température ambiante, on l'éveine puis on l'assaisonne. On le dispose ensuite dans une terrine en tassant bien pour chasser tout l'air, puis on le cuit au bain-marie dans un four préchauffé à 160 °C. Comptez 20 mn pour 500 g. On vérifie la cuisson avec la lame d'un couteau : si elle ressort tiède, c'est qu'il est cuit. »

### LE FOIE GRAS MI-CUIT

IL EST  
PARFAIT !

*en carpaccio (pourquoi pas  
sur une tranche fine d'un fruit  
exotique comme l'ananas...),  
ou transformé en sauce, pour  
rehausser les saveurs d'un plat*

« Tout comme le foie gras cuit, il est prêt à la dégustation – on ne le réchauffe surtout pas ! –, mais il a cuit à basse température (65 °C) et se conserve au réfrigérateur. Son goût est plus prononcé et sa texture plus onctueuse. »

### LE FOIE GRAS CUIT

IL EST  
PARFAIT !

*pour des toasts apéritifs  
accompagnés d'un bon pain  
de campagne et arrosés,  
par exemple, d'un sauternes*

« Le foie gras cuit se trouve au rayon épicerie et se garde chez soi à température ambiante, car il a été stérilisé. Un conseil : mieux vaut ne pas le consommer dans l'année de sa fabrication et attendre un peu ; ses saveurs se bonifieront avec le temps. »

### Et le foie gras torchon ?

« Il s'agit simplement d'un mode de cuisson : on dispose le foie gras dans un torchon et on le fait cuire dans un gros bouillon parfumé qui diffusera tous ses arômes. »



# Quels vins pour les fêtes ?

Quand la fin d'année rime avec festivités, place à notre sélection de belles bouteilles où se côtoient valeurs sûres et originalités, vins de caractère et vins doux, qui assureront le succès de vos menus de fête. *Par Agnès Ventadour*



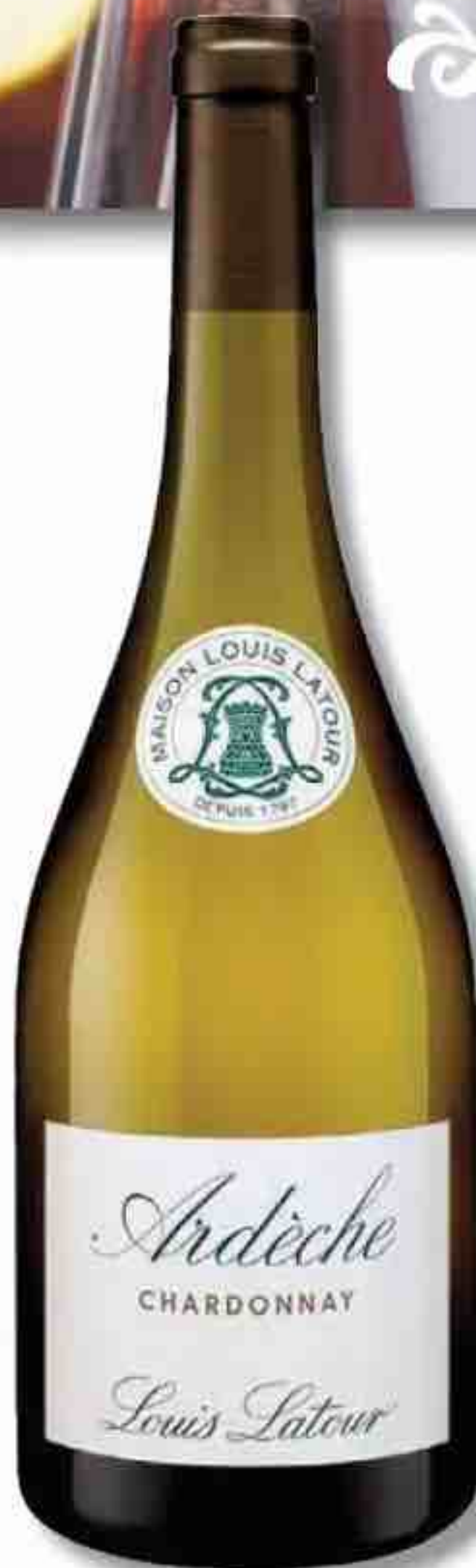
## 100 % sauvignon

Situé sur l'un des meilleurs terroirs de la région Touraine, le domaine mène avec passion son vignoble en agriculture biologique, donnant ainsi ce vin d'une belle fraîcheur et persistant en bouche. Excellent avec des crustacés et fruits de mer.  
**Touraine, Domaine des Corbillières 2023, 10 €.**



## Vif

Cette pépite en direct de la cave d'Augustin Florent mérite la place de choix pour accompagner vos plateaux de fruits de mer. Laissez-vous embarquer par ce 100 % riesling au nez intense sur fond d'agrumes et fleurs blanches, qui se révèle en bouche dense, vif et équilibré.  
**Riesling sec 2022, Cave d'Augustin Florent, 5,89 €.**



## Latour, prends garde !

Louis Latour, grande maison de Bourgogne réputée innovante, s'est lancé dans l'élaboration de chardonnay en Ardèche. La réussite est au rendez-vous avec ce chardonnay à la bouche fraîche et légère.  
**Ardèche, chardonnay 2021, Louis Latour, 9,90 €.**



## Expérience intense

Primée d'or en 2022 au Concours général agricole et au Concours des vins de Nîmes, cette superbe cuvée offre une bouche généreuse avec une belle complexité aromatique. Sublime une volaille festive ou un homard.  
**Costières-de-nîmes, Mille X-La Promesse 2021, Les Vignerons créateurs, 15 €.**



## Esprit de village

L'appellation Alsace « communale » consacre la qualité des vins rouges issus des terroirs de Saint-Hippolyte. En bouche, cette cuvée 100 % pinot noir, bien structurée et puissante, joue sur du velours avec ses tanins soyeux.  
**Saint-hippolyte rouge 2022, Domaine Huber & Bléger, 10,70 €.**





### *Subtil*

Voilà un sauternes qui casse les codes du liquoreux, réputé trop sucré. Sa complexité séduira les plus récalcitrants. Il conjugue arômes de miel et d'abricot confit et assure l'équilibre entre fraîcheur et douceur, avec une pointe de minéralité. Divine idylle avec un roquefort ou un plat épicé.

**Sauternes, Réserve 2018, Mouton Cadet, 21,10 €.**



### *Partenaire particulier*

Ce 100 % chardonnay est un trésor grâce à la taille basse des vignes, qui permet une grande concentration des raisins. Résultat : un vin très aromatique au nez complexe qui renvoie au palais une minéralité remarquable.

**Rully blanc 2022, Domaine Marguerite Dupasquier, 18 €.**



### *Exotique*

Issu de vignes certifiées AB, ce 100 % gros manseng moelleux offre une cuvée douce et fleurie qui présente des notes de fruits exotiques comme la mangue ou le fruit de la Passion. Il laisse une bouche fraîche et onctueuse. Une merveille, servi avec une volaille ou un foie gras.

**Côtes-de-gascogne, N°24, Uby, 8,50 €.**



### *Plein sud*

Voilà un choix de vin original venu du Ventoux qui ravira les papilles de vos convives. Cet assemblage de grenache et de syrah au nez épicé et notes de griotte laisse une bouche structurée et fruitée. L'alliance parfaite avec un gibier ou un plat en sauce.

**Ventoux, Domaine Borel Besançon, 9,85 €.**



### *Engagé pour la planète*

Sur le terroir de l'Aubance, on ne badine pas avec l'environnement. On s'engage en faveur d'une viticulture durable avec des vins francs, droits, bio et biodynamiques. Ce rosé au nez fruité et à la bouche souple sera parfait avec charcuterie et volaille.

**Rosé-de-loire bio, Domaine Haute Perche, 6,70 €.**



### *Esprit village*

Parmi les appellations de la vallée du Rhône qui gagnent à être connues, voilà une pépite à découvrir. Cet assemblage au nez intense, à la bouche généreuse qui s'éternise sur des tanins raffinés, matchera parfaitement avec du gibier et autres viandes en sauce.

**Cairanne, Les Travers, Domaine Brusset, 12,50 €.**



### *Au pays des Graves*

Ce pessac a tout pour plaire. Vin bordelais classique par excellence, son nez révèle la framboise et la pêche. En bouche, c'est un bel équilibre qui prédomine sur une palette aromatique torréfiée et poivrée.

**Pessac-Léognan rouge, Le Bec en sabot 2022, Château de France, 12,70 €.**



RETROUVEZ  
NOTRE CARNET  
D'ADRESSES  
P. 98



# Bûche aux marrons

Oubliez les versions des pâtisseries, façon œuvres d'art,  
et offrez à vos invités une belle bûche maison :  
la simplicité sublimée !

*Par Agnès Taravella*

POUR 6 PERSONNES  
PRÉPARATION : 45 MN  
CUISSON : 6 MN  
CONGÉLATION : 30 MN

Pour le biscuit :

■ 4 œufs entiers ■ 50 g de farine ■ 80 g de sucre en poudre.

Pour la mousse de marron :

■ 500 g de crème de marrons ■ 75 g à 100 g de brisures de marron ■ 125 g de beurre mou ■ 20 cl de crème liquide ■ 1 c. à soupe de rhum (facultatif).

Pour le sirop : ■ 10 cl d'eau froide ■ 30 g de sucre ■ 1 c. à café de rhum.

Pour le décor : ■ 15 cl de crème liquide entière ■ 1 c. à café de rhum ■ sucre glace ■ 1 ou 2 petites meringues ■ 1 ou 2 marrons glacés.







1

**Sortez la grille du four et préchauffez le four à 210 °C.** Au batteur électrique, mélangez 2 œufs entiers + 2 jaunes (réservez les blancs) avec 50 g de sucre en poudre jusqu'à ce que le mélange soit mousseux. Montez les 2 blancs d'œufs réservés en neige ferme, puis serrez-les avec 30 g de sucre. Incorporez-les ensuite à la première préparation, progressivement, en soulevant bien la préparation. Et incorporez la farine en plusieurs fois.



2

**Recouvrez une plaque à pâtisserie de papier cuisson.** Versez la pâte. Étalez-la à la spatule afin d'obtenir une épaisseur régulière. Enfournez 5 à 6 mn jusqu'à ce que la surface soit légèrement blonde. Démoulez le biscuit aussitôt, en gardant le papier cuisson et roulez-le avec.



3

**Mélangez au fouet électrique le beurre mou, la crème de marrons et, éventuellement, le rhum.** Montez la crème liquide très froide en chantilly ferme et incorporez-la délicatement à la crème de marrons. Mettez la préparation dans une poche à douille.



4

**Préparez le sirop de rhum en mélangeant l'eau froide, le rhum et le sucre** jusqu'à ce qu'il fonde. Déroulez le biscuit froid et imbiblez-le de sirop froid sur toute la surface. Puis, garnissez toute la surface du biscuit de crème en réalisant des bandes régulières les unes à côté des autres.



5

**Roulez ensuite le biscuit sur lui-même** en le serrant en vous aidant de la feuille de papier cuisson. Placez la bûche au congélateur 30 mn, puis réservez-la au réfrigérateur.



6

**Pour le décor, montez la crème bien froide en chantilly** en incorporant éventuellement du rhum. Mettez la chantilly dans une poche avec une douille large. Saupoudrez la bûche de sucre glace. Dessinez au milieu de la bûche de jolies arabesques, puis décorez de meringues et/ou de marrons glacés.

### À faire

- Pour chaque chantilly, pensez à réserver la crème liquide entière 15 mn environ au congélateur, afin qu'elle soit très froide, car cela facilite sa montée rapide.
- Remplacez le rhum par de l'extrait de vanille si vous ne voulez pas mettre d'alcool dans ce dessert. En effet, sans cuisson, l'alcool reste !

### À éviter

- Laisser refroidir le biscuit à plat : il sera plus difficile à rouler et risque de se casser.
- Remuer trop les préparations où l'on incorpore les blancs en neige : vous risquez de les « casser ». Pour éviter cela, il faut bien soulever le mélange pour qu'il reste toujours bien onctueux.



## 7 astuces

# pour se régaler sans culpabiliser

Les fêtes de fin d'année riment souvent avec festins et grandes tablées. Seule ombre au tableau : on mange trop ! Cette année, on festoie malin grâce à nos 7 astuces nutrition qui vous aideront à adopter les bons comportements alimentaires. *Par Agnès Ventadour*

### 1 Préparez le terrain

Pour passer l'épreuve des agapes de fin d'année sans embûches, évitez les invitations raclette dans les 8 jours qui précèdent le jour J. Votre système digestif va être plus éprouvé que d'habitude, alors soulagez-le ! Privilégiez une alimentation saine sans créer de frustration ou de fringale. Manger équilibré et sain ne veut pas dire s'affamer : sauter des repas avant le jour J vous poussera à vous ruer sur tous les plats, lors des festivités.

### 2 composez votre menu à l'avance

N'attendez pas la dernière minute pour mettre au point votre menu. N'oubliez pas que tradition ne rime pas avec indigestion. Exit le menu type foie gras, tourte aux ris de veau, chapon à la crème et aux morilles ! Restez focus sur le trio gagnant : équilibre, bonne santé et plaisir. Dressez un inventaire de produits de saison. Listez les assaisonnements et les épices. Répertoirez les modes de cuisson,

qui jouent un rôle crucial. Favorisez les bouillons goûteux et les cuissons au four. Faites appel aux nouvelles technologies comme l'air fryer, qui a su réhabiliter la friture en réduisant la quantité d'huile à une cuillerée. Côté glucides, adoptez les alternatives bénéfiques pour votre santé comme les sucres de coco et de canne, le sirop d'agave, le miel, etc. Surtout, faites cohabiter au mieux sur votre liste lipides, glucides et protéines en jonglant avec le point d'équilibre.

### 3 Jouez l'originalité à l'apéro

Finis les caca-huètes, chips, saucisses cocktail, qui n'ont pas un grand intérêt nutritionnel. Donnez libre cours à votre imagination. Proposez des légumes en bâtonnets ou en ver-rines, qui apportent des fibres. Faites place aux

sardines, bourrées de vitamine B12, servies en rillettes juste écrasées avec du jus de citron et une pincée de curry, ou encore aux crevettes grises à grignoter, riches en oméga 3. Au pain, préférez les feuilles d'endives, branches de céleri ou rondelles de concombre en guise de toast. Primordial : limitez les portions et les passages de plateaux parmi vos invités, si vous voulez qu'ils puissent savourer votre dîner jusqu'au dessert.

### 4 Amorcez l'entrée « bonne santé »

Riche en minéraux et pauvre en calories, le plateau de fruits de mer est idéal pour démarrer le festin. Mais gare au beurre, aux sauces et au pain (même complet) ! Préférez le citron et le vinaigre aux échalotes à la mayonnaise. Pensez aux





carpaccios et tartares de poissons crus ou de saint-jacques, fins et délicieux, sublimes par un assaisonnement subtil. Côté santé, ils cochent toutes les cases. Osez les soupes de légumes comme le potiron ou les patates douces, qui sont riches en vitamine A et en fibres. Pour les aficionados du foie gras, rien n'est perdu. Bien que très riche en graisses, il contient certes des acides gras saturés, mais aussi des mono-insaturés qui favorisent la santé cardio-vasculaire. À consommer avec modération, toutefois, car il est très calorique.

## 5 Privilégiez protéines et végétaux en plat principal

Optez pour des viandes maigres comme les volailles festives, riches en protéines, en fer, zinc, cuivre et vitamines B3, B6 et B12, avec une cuisson au four ou dans un bouillon. Côté mer, qu'importe le poisson, pourvu qu'il cuise au court-bouillon ou au four. Pour l'accompagnement, délaissez les féculents pour les légumes de saison comme le chou, riche en vitamine C, et les champignons, qui font des merveilles.

## 6 Allégez la note sucrée

L'étape du dessert est un peu l'apothéose. Pas de prise de risque inutile, restez dans la légèreté. À la bûche à la crème au beurre, préférez la glacée. Servez un bavaois ou des fruits frais de saison. Mais si vous êtes vraiment une inconditionnelle de la bûche pâtissière, combinez-la avec une salade d'oranges à la cannelle qui, en plus de la fraîcheur, apportera de fibres.

## 7 Mettez sur une bonne hydratation

Même si vous faites honneur à vos convives en sortant vos plus belles bouteilles de vin, boire de l'eau plate ou gazeuse est indispensable pour éviter l'irritation de la muqueuse digestive et la veisalgie, appelée plus communément « gueule de bois ». Veillez à une bonne hydratation en servant de l'eau tout au long de la soirée. En fin de dîner, proposez des tisanes ou du thé vert. En plus d'hydrater, certaines ont des qualités digestives. À boire sans modération.



© Féliz/Remarques, Sucre Salé, Azurita/Alto, 18, Gettyimages, PawsomeStocks, AdobeStock.

# En cuisine

## Merveilleux fondant

6 10 MN 35 MN 15 MN

- ◆ 180 g de chocolat noir à 70 %
- ◆ 150 g de compote pommes châtaignes ◆ 3 œufs ◆ 90 g de sirop de yacon ◆ 50 g de fécule de maïs
- ◆ 1 pincée de sel ◆ sucre glace (facultatif).

### Préchauffez le four à 180 °C.

Cassez le chocolat en morceaux et faites-les fondre au bain-marie. Pendant ce temps, au robot, mélangez les œufs, le sirop de yacon, le sel, la fécule et la compote.

**Incorporez le chocolat fondu** dans le mélange et versez dans un moule en forme d'étoile foncé de papier sulfurisé. Enfourez 30 à 35 mn, suivant l'épaisseur du gâteau.

**Laissez refroidir 15 mn environ**, puis démoulez. Présentez le fondant, éventuellement saupoudré de sucre glace, sur un plat de service.



290 kcal/pers.

## CLASSEMENT

Selon une étude, LA CAPITALE FRANÇAISE DU CHOCOLAT est Biarritz (avec une chocolaterie pour 1 618 habitants). Challans (Vendée) arrive en deuxième position (1 pour 2 190 têtes) et Vannes (Bretagne) en troisième place (1 pour 2 450).

Source : Smappen.

## Mousse de betteraves au fromage blanc

4 10 MN 5 MN

- ◆ 200 g de betteraves cuites ◆ 100 g de fromage blanc à 0 % ◆ 80 g de fromage frais à l'ail et aux fines herbes ◆ 50 g de parmesan râpé ◆ 2 c. à soupe de vinaigre balsamique ◆ sel ◆ poivre.



140 kcal/pers.

### Préchauffez le four à 200 °C.

Répartissez le parmesan en 4 petits tas sur une plaque couverte de papier sulfurisé. Enfourez 5 mn environ, jusqu'à ce qu'ils prennent une jolie coloration. Laissez refroidir hors du four. **Coupez les betteraves** en morceaux et mixez-les avec le fromage blanc et le vinaigre. Salez et poivrez. Répartissez cette mousse dans des verrines.

**Fouettez le fromage frais** pour le détendre. Placez-le dans une poche munie d'une douille cannelée et dressez-le sur les verrines. Servez avec les tuiles de parmesan.

### Conseil

Pour aider à détendre le fromage frais, incorporez-lui 1 ou 2 c. à soupe de crème allégée.

## COUP DE POUCE

Dans les Ardennes, l'agriculteur et inventeur Alain Bon, fondateur de Bionalan, a mis au point la machine Tig'air, qui permet le DÉSHÉBAGE DES BETTERAVES, carottes, etc., évitant ainsi d'utiliser des solutions chimiques. Source : « L'Union ».



# Desserts de Noël

## Trop choux les choux

6 30 MN 40 MN 2 H

◆ 2 jaunes d'œufs ◆ 30 cl de lait  
◆ 20 cl de crème fleurette ◆ 60 g  
de sucre en poudre ◆ 30 g de  
fécule de maïs ◆ 2 c. à café de  
pâte de vanille ◆ sucre glace.  
**Pour la pâte :** ◆ 5 œufs ◆ 50 cl de  
lait ◆ 80 g de beurre ◆ 170 g de  
farine ◆ 1 pincée de sel.

**Fouettez dans une casserole les jaunes d'œufs**, le sucre en poudre, la fécule et la pâte de vanille. Incorporez le lait et portez à frémissement à feu doux.

**Retirez du feu**, versez dans un saladier, couvrez au contact de film alimentaire et laissez refroidir environ 2 h à température ambiante. Réservez au réfrigérateur.

**Préparez la pâte :** préchauffez le four à 200 °C. Dans une casserole, faites fondre le beurre à feu doux dans 18 cl d'eau, le lait et le sel. Incorporez la farine d'un coup et remuez à la cuillère en bois jusqu'à ce que la pâte forme une boule qui se détache de la casserole.

**Retirez du feu** et incorporez les œufs 1 à 1 au fouet ou au batteur électrique. Transvasez dans une poche à douille et formez des petits tas sur une plaque foncée de papier sulfurisé. Enfournes 35 à 40 mn, jusqu'à jolie coloration. Laissez refroidir environ 1 h hors du four.

**Montez la crème fleurette** en chantilly quelques minutes avant de servir. Mixez la crème à la vanille pour la détendre. Mélangez délicatement les 2 préparations.

**Retirez un chapeau** aux petits choux. Garnissez-les de cette crème, remettez les chapeaux et servez-les saupoudrés de sucre glace.



### MOINS PESSIMISTES

Bien que 76 % des Français aient un avis négatif sur leur pouvoir d'achat, ce résultat est l'un des chiffres les plus bas enregistrés depuis mars 2022, surtout pour les moins de 35 ans.

Source : OpinionWay.



## Le bon accord



Cette cuvée 100 % gamay, aux reflets fuchsia et aux notes épicées et fruitées, est parfaite pour accompagner un dessert réconfortant.

Touraine, Les Marcottes 2022, Domaine Lionel Gosseaume, 8,50 €.

## Intense praliné

👥 6 ⏱ 30 MN 🍴 20 MN ❄ 2 H

◆ 150 g de chocolat praliné type Pralinoise ◆ 25 cl de crème fleurette ◆ 50 g de chocolat noir.  
**Pour la génoise :** ◆ 3 œufs ◆ 90 g de sucre ◆ 50 g de farine ◆ 45 g de poudre de noisettes. **Pour la déco :** ◆ 80 g de noisettes entières décortiquées ◆ 45 g de sucre.

### Préchauffez le four à 180 °C.

Cassez le chocolat praliné en morceaux et faites-les fondre au bain-marie. Portez la crème à frémissement. Mélangez les 2 préparations. Couvrez au contact de film alimentaire et réservez 2 h au réfrigérateur.

**Montez la préparation bien froide en chantilly**, puis réservez au réfrigérateur.

**Préparez la génoise :** fouettez 10 mn à vitesse rapide les œufs et le sucre. Tamisez la farine et la poudre de noisettes au-dessus d'un saladier, puis incorporez-les délicatement en 3 fois dans les œufs.

**Versez la pâte sur une plaque** couverte de papier sulfurisé. Étalez-la et enfournez 15 mn.

**Retournez la génoise sur le torchon**, garnissez-la d'une partie de la chantilly et roulez-la sur elle-même. Emballez-la dans du film alimentaire et réservez-la au frais avec le reste de chantilly.

**Préparez la déco :** dans une casserole avec 1 c. à soupe d'eau, chauffez le sucre jusqu'à coloration. Ajoutez les noisettes, enrobez-les bien et versez sur une feuille de papier sulfurisé.

**Déballez la bûche** sur un plat de service juste avant de servir. Recouvrez-la du reste de chantilly. Détaillez le chocolat en copeaux, puis parsemez-en le dessus ainsi que des noisettes caramélisées.

**Apportez un peu plus de croquant** en répartissant quelques noisettes caramélisées concassées sur la ganache juste avant de rouler la bûche.

## COMPÉTITION

Le Mondial de la praline 2024 a récompensé de la Praline d'or Ernesto Suttier (Maison Bruno Saladino, Villefranche-sur-Saône) pour sa tarte, Pierre Viret (Réception de Lyon, Sathonay-Camp) pour sa brioche et Guillaume Flocon (Pâtisserie Flocon, Lyon) pour sa galette.





## Gâteau de Noël

👤 8 ⏱ 35 MN 🍷 1H10 ❄ 1H

- ◆ 150 g de chocolat blanc
- ◆ 120 g de confiture d'abricots
- ◆ 6 œufs ◆ 160 g de beurre mou
- ◆ 160 g de farine ◆ 60 g de sucre en poudre ◆ 40 g de sucre glace
- ◆ 1 c. à café de levure chimique
- ◆ 1 pincée de sel.

**Pour le glaçage :** ◆ 150 g de chocolat blanc ◆ 150 g de mascarpone ◆ 100 g de fromage frais type St-Môret ◆ 80 g de beurre mou ◆ 2 c. à soupe de sucre glace.

**Pour la déco :** ◆ 150 g de chocolat blanc ◆ 1 rouleau de pâte sablée ◆ 8 bâtonnets au chocolat noir type Mikado ◆ petites étoiles de couleur en sucre.

### Préchauffez le four à 180 °C.

Montez les blancs d'œufs et le sel en neige ferme en ajoutant le sucre glace. Fouettez 5 mn le sucre en poudre, 150 g de beurre et les jaunes d'œufs.

**Incorporez le chocolat fondu,** la farine et la levure. Intégrez les blancs. Versez dans un moule à charnière beurré et fariné. Enfournez 40 mn.

**Laissez refroidir,** démoulez et coupez le gâteau en 2 dans l'épaisseur. Garnissez-le de confiture et reconstituez-le.

### Préparez le glaçage :

fouettez le beurre, le sucre, le fromage et le mascarpone. Incorporez le chocolat fondu. Étalez sur le gâteau et faites durcir 1 h au réfrigérateur.

**Préparez la déco :** préchauffez le four à 180 °C, puis placez le chocolat fondu dans une poche à douille lisse de petit diamètre. Sur du papier sulfurisé, faites-le tomber en faisant des va-et-vient de plus en plus larges pour former 8 sapins.

**Posez un biscuit au centre,** recouvrez de chocolat pour l'emprisonner, décorez d'étoiles et laissez sécher.

**Détaillez la pâte** avec un emporte-pièce en forme de renne. Enfournez 15 mn sur une plaque foncée de papier cuisson. Décorez du reste de chocolat. Plantez la déco sur le gâteau.





## Bûche spéculoos et chocolats

👥 6 ⌚ 15 MN 🍷 10 MN ❄️ 6 H

♦ 2 douzaines de spéculoos  
♦ 330 g de chocolat noir  
♦ 200 g de chocolat au lait  
♦ 150 g de beurre ♦ 150 g d'huile de coco ♦ 150 g de noix de pécan ♦ 5 étoiles de badiane ♦ 1 c. à café de cannelle.

**Cassez en morceaux 300 g de chocolat noir** et celui au lait. Faites-les fondre au bain-marie avec l'huile de coco, le beurre et 1 étoile de badiane. Concassez 100 g de noix de pécan.

**Mélangez les chocolats** pour obtenir une préparation lisse, retirez la badiane et incorporez soigneusement dedans la cannelle et les noix de pécan concassées.

**Tapissez l'intérieur d'un moule à cake de film alimentaire**, versez-y en couches 1/4 du chocolat fondu puis 8 spéculoos en renouvelant 2 fois l'opération. Couvrez du reste de chocolat fondu.

**Couvrez la surface de film alimentaire** et réservez 6 h au réfrigérateur. Tassez la bûche en posant sur le moule une petite planche à la taille adéquate lestée de boîtes de conserve.

**Démoulez la bûche** sur un plat de service. Détaillez le reste de chocolat en copeaux. Décorez-en la bûche avec les noix de pécan et les étoiles de badiane restantes.

## Tarte meringuée aux deux citrons

👥 6 ⌚ 25 MN 🍷 40 MN

♦ 2 citrons jaunes bio ♦ 1 gros citron vert bio  
♦ 3 œufs entiers + 3 blancs ♦ 1 rouleau de pâte brisée ou sablée ♦ 75 g de beurre ♦ 300 g de sucre.

**Préchauffez le four à 180 °C.** Déroulez la pâte avec son papier cuisson dans un moule à tarte de 26 cm. Nettoyez les citrons, râpez le zeste d'1 jaune et du vert, puis pressez tous les fruits.

**Fouettez au batteur les œufs entiers** et 200 g de sucre dans une petite casserole. Ajoutez le jus des citrons et la moitié des zestes, puis chauffez à feu doux en remuant à la spatule jusqu'à épaississement.

**Retirez du feu**, puis incorporez le beurre coupé en dés. Versez la crème obtenue sur le fond de pâte. Enfourez 30 mn environ, jusqu'à bien le dorer.

**Montez en neige les blancs d'œufs** additionnés du reste du sucre. Étalez-les sur la tarte, et enfourez encore 5 à 10 mn jusqu'à bien colorer la meringue. Avant de servir, saupoudrez la surface du reste des zestes.

## LE BIO RÉSISTE

Malgré un volume de ventes moindre de 12,2 %, la baisse du chiffre d'affaires du bio s'est limitée à 3 % en 2023. Pour 2024, le déclin des volumes est de 6,8 % et celui du chiffre d'affaires de 5 %.

Source : Plan bio.





## Le roi des forêts

👤 6 ⏱ 40 MN 🍷 1H20 ❄ 12 H

♦ 150 g de blancs d'œufs (soit environ 5) ♦ 200 g de poudre d'amandes ♦ 200 g de sucre glace ♦ 200 g de sucre en poudre ♦ colorant alimentaire vert. **Pour la ganache :**  
♦ 200 g de chocolat blanc ♦ 28 cl de crème liquide entière ♦ 1 gousse de vanille.

**Commencez la recette la veille :** préparez la ganache en faisant fondre le chocolat au bain-marie. Portez à frémissement 10 cl de crème et la gousse de vanille fendue en 2.

**Ôtez la gousse de la crème** et versez-la sur le chocolat en mélangeant. Incorporez le reste de crème. Couvrez au contact de film alimentaire et réservez toute la nuit au réfrigérateur.

**Terminez la recette le jour même :** chauffez le sucre en poudre et 5 cl d'eau jusqu'à 118 °C. Montez en neige la moitié des blancs d'œufs. Quand ils commencent à mousser, incorporez le sirop en augmentant la vitesse jusqu'à texture ferme.

**Préchauffez le four à 140 °C.** Incorporez dans le sucre glace le reste des blancs et la poudre d'amandes, puis la meringue peu à peu et quelques gouttes de colorant.

**Placez dans une poche à douille lisse** de 10 mm.

Sur une plaque foncée de papier sulfurisé, dressez 6 disques de 6 cm de diamètre et 6 de 5 cm. Sur une autre, dressez 6 disques de 4 cm et 6 de 3 cm. Sur une troisième, dressez 6 disques de 2 cm.

**Enfournez successivement les plus gros 24 mn**, les moyens 20 mn et les petits 16 mn environ, jusqu'à cuisson à cœur. Faites glisser le papier sulfurisé sur un torchon humide, patientez quelques secondes, décollez les macarons et retournez-les sur une grille pour les laisser sécher.

**Montez la ganache en chantilly.** Placez-la dans une poche à douille cannelée de 12 mm. Dressez 6 sapins en superposant les coques de macarons et en intercalant la ganache. Décorez, par exemple, de perles de sucre argentées.



## Banoffee à la banane

👤 8 ⏱ 20 MN 🍷 5 MN ❄ 1H30

♦ 3 bananes ♦ 100 g de crème de caramel ♦ 200 g de mascarpone ♦ 20 cl de crème fleurette bien froide ♦ 125 g de beurre ♦ 250 g de biscuits secs (spéculoos, sablés bretons...) ♦ 100 g de chocolat noir ou au lait ♦ 2 c. à soupe de jus de citron ♦ 2 sachets de sucre vanillé.

**Faites fondre 120 g de beurre** à feu doux dans une casserole. Mixez grossièrement les biscuits. Mélangez les 2 préparations.

**Étalez dans le fond d'un moule rond** à charnière beurré de 26 cm. Tassez bien avec le dos d'une cuillère. Réservez 30 mn au réfrigérateur.

**Pelez les bananes** et coupez-les en rondelles. Arrosez-les du jus de citron pour éviter qu'elles s'oxydent. Disposez-les sur la pâte et recouvrez-les de crème de caramel.

**Montez la crème en chantilly** en incorporant le mascarpone et le sucre. Versez-la sur la crème au caramel et lissez à la spatule. Couvrez au contact de film alimentaire et réservez 1 h au réfrigérateur.

**Taillez le chocolat en copeaux** au couteau ou à l'épluche-légumes. Juste avant de servir, décorez-en le gâteau démoulé sur un plat de service.

## ASTUCE

Passez la crème de caramel quelques secondes au micro-ondes pour la détendre un peu si elle est trop dure à travailler.





## Baba au rhum aux épices

👤 8 À 10 ⌚ 20 MN 🍷 30 MN 🕒 1H 15 ❄️ 4 H

**Pour la pâte :** ♦ 12 g de levure de boulanger fraîche ♦ 4 œufs  
♦ 210 g de beurre mou ♦ 14 cl de lait tiède ♦ 430 g de farine  
♦ 90 g de sucre ♦ 1 pincée de sel.

**Pour le sirop :** ♦ 15 cl de rhum brun ♦ 1 c. à soupe d'épices à pain d'épices ♦ 1 orange (jus) ♦ 1 citron (jus) ♦ 410 g de sucre.

**Pour la chantilly :** ♦ 50 cl de crème fleurette très froide ♦ 2 c. à soupe de sucre vanillé.

**Préparez la pâte :** battez les œufs puis incorporez-y le lait tiède. Dans le bol d'un robot, mélangez la farine, le sel et le sucre, puis émiettez la levure dessus.

**Incorporez dans le bol la préparation aux œufs** et 200 g

de beurre en morceaux, en travaillant au crochet jusqu'à obtenir une pâte lisse. Couvrez d'un linge humide et laissez lever 30 mn dans un endroit chaud.

**Préchauffez le four à 180 °C.**

Versez la pâte dans un moule couronne beurré et laissez lever 30 mn.

**Enfournez le moule** 30 mn à mi-hauteur. Pendant ce temps, préparez le sirop : pressez les agrumes et versez leur jus dans une casserole avec 75 cl d'eau, le sucre, le rhum et les épices. Portez à ébullition jusqu'à texture sirupeuse. Ôtez du feu, couvrez et laissez infuser 15 mn.

**Laissez tiédir le gâteau** hors du four, puis démoulez-le sur une

grille posée sur un plat. Filtrez le sirop et imbiblez-en la couronne. Réservez 4 h au réfrigérateur.

**Préparez la chantilly :** fouettez la crème en chantilly ferme en incorporant le sucre vers la fin. Garnissez-en l'intérieur de la couronne et présentez le baba sur un plat de service.

### MER AGITÉE

Dans les Côtes-d'Armor, deux frères font vieillir leurs BOUTEILLES DE RHUM ARRANGÉ dans l'eau de la Manche. L'idée est d'abord de comparer une même cuvée entre le vieillissement sur terre et celui en mer.

Source : « Ouest France ».





## Délice au chocolat et aux airelles

6 35 MN  
20 MN 4 H

◆ 200 g d'airelles au naturel  
◆ 100 g de chocolat noir  
◆ 12,5 cl de crème fleurette  
◆ 75 g de mascarpone ◆ 25 g de sucre glace ◆ 1 sachet de sucre vanillé. Pour la ganache :  
◆ 150 g de chocolat noir pâtissier ◆ 15 cl de crème fraîche ◆ 60 g de beurre. Pour la génoise : ◆ 3 c. à soupe de cacao nature ◆ 3 œufs ◆ 90 g de farine ◆ 90 g de sucre ◆ 1 c. à café de levure chimique.

### Préparez la ganache :

faites fondre le chocolat et le beurre au bain-marie. Incorporez la crème et réservez au réfrigérateur.

### Préparez la génoise :

préchauffez le four à 180 °C. Séparez les blancs d'œufs des jaunes. Montez les blancs en neige ferme en ajoutant le sucre peu à peu.

**Fouettez dans un saladier les jaunes,** la farine, la levure et le cacao. Incorporez délicatement les blancs en neige. Versez sur une plaque foncée de papier sulfurisé. Avec une spatule, étalez-la en rectangle sur une épaisseur de 15 mm. Enfourez 12 mn.

**Retournez la génoise** sur un torchon humide et retirez délicatement le papier cuisson. Humidifiez-la avec 2 ou 3 c. à soupe du jus des airelles. Réservez.

**Fouettez en chantilly ferme la crème,** le mascarpone, 20 g de sucre glace et le sucre vanillé. Étalez-la sur la génoise. Répartissez les airelles dessus et roulez la bûche sur elle-même. Emballez-la dans du film alimentaire et réservez 4 h au réfrigérateur.

**Recouvrez la bûche de la ganache** et striez-la pour la décorer. Détaillez le chocolat en copeaux, décorez-en le dessus et saupoudrez du reste de sucre glace.

## CADEAU ATTENDU

Selon une étude Ifop pour Hostinger, près des trois quarts des Français déclarant avoir une passion reçoivent régulièrement des cadeaux en lien avec celle-ci à Noël (72 %, dont 6 % automatiquement).





# BAILEYS®

*l'onctuosité*

*Chocolat chaud  
façon Baileys*



3cl de Baileys Original, 30g de chocolat pâtissier noir, ½ tasse de lait, 1 cuillère de crème, quelques copeaux de chocolat, un soupçon de cannelle

MHD - RCS Nanterre 337 080 055 - 105 boulevard de la Mission Marchand - 92400 Courbevoie.

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.





## Merveilleux choco-marrons

6 25 MN 1H30

◆ 100 g de chocolat ◆ 4 marrons glacés

**Pour la meringue :** ◆ 4 blancs d'œufs ◆ 120 g de sucre en poudre ◆ 120 g de sucre glace. **Pour la chantilly :** ◆ 240 g de chocolat noir pâtissier ◆ 4 c. à soupe de crème de marrons ◆ 50 cl de crème fleurette bien froide.

**Préparez la meringue :** préchauffez le four à 90 °C. Au robot, fouettez les blancs d'œufs en incorporant le sucre en poudre, puis le sucre glace en 3 fois jusqu'à ce que des becs d'oiseau se forment à la surface.

**Versez-la dans une poche à douille lisse** et dressez-la sur une plaque couverte de papier sulfurisé sous la forme de 2 disques d'environ 22 cm de diamètre. Procédez en partant du centre, comme si vous dessiniez des escargots.

**Enfournez 1 h 30 environ**, suivant l'épaisseur des meringues. Pendant ce temps, préparez la chantilly : concassez le chocolat et faites-le fondre au bain-marie. Incorporez la crème de marrons.

**Montez la crème en chantilly** dans un robot. Incorporez le chocolat à la spatule. Réservez au réfrigérateur.

**Sortez les meringues du four.** Répartissez la chantilly sur les disques. Superposez-les sur un plat de service. Râpez par-dessus le chocolat et décorez des marrons glacés.

## CHIFFRES

Dans une vidéo publiée sur Instagram, le Dr Jimmy Mohammed a rappelé les quantités de cacao dans les différentes teintes de chocolat : le noir en contient minimum 70 %, celui au lait 30 %, et le blanc aucun !

## Roulé à la confiture de lait

6 30 MN 10 MN 1H

◆ 150 g de confiture de lait

◆ 150 g de mascarpone

◆ sucre glace.

**Pour le biscuit :** ◆ 4 œufs

◆ 120 g de sucre en poudre

◆ 50 g de farine ◆ 50 g de

fécule de maïs ◆ 1 sachet de

sucre vanillé ◆ 1/2 sachet de

levure chimique.

**Préparez le biscuit :**

préchauffez le four à 210 °C. Séparez les blancs d'œufs des jaunes. Au robot, fouettez les blancs en neige ferme en incorporant la moitié du sucre en poudre.

**Fouettez 5 mn les jaunes,**

le sucre vanillé et le reste de sucre en poudre dans un saladier. Tamisez la farine, la fécule et la levure sur le tout, puis mélangez soigneusement.

**Incorporez les blancs en**

**neige** en 3 fois dans le saladier, en procédant délicatement à la spatule.

Versez la pâte sur une plaque

couverte de papier sulfurisé, puis enfournez 8 à 10 mn, selon son épaisseur.

**Retournez le biscuit** sur un torchon humide et retirez le papier sulfurisé. Au batteur, fouettez le mascarpone et la confiture de lait. Étalez le mélange sur le biscuit et roulez-le en bûche.

**Emballez-la dans du film**

**alimentaire** et placez-la au moins 1 h au réfrigérateur.

**Déballez la bûche** juste avant de servir. Déposez-la sur un plat de service et saupoudrez de sucre glace.

## CHAMPIONNE

Lors du Championnat du monde des meilleures confitures, en août, dans le Lot-et-Garonne, Lucie Hachette a été consacrée pour une préparation pêche, abricot et passion. Son secret ? Mettre 70 % de fruits et réduire le sucre.







**UNE CRÉATIVITÉ SANS LIMITE**  
POUR EN DECOUVRIR PLUS | [smeg.com/fr](https://smeg.com/fr)





## Trifles de fête à l'ananas

6 30 MN 10 MN

◆ 1 petit ananas victoria ◆ 250 g de fromage blanc ◆ 14 cl de crème fraîche épaisse ◆ 10 g de beurre ◆ 150 g de shortbeads (ou de biscuits de votre choix) ◆ 30 g de cassonade ◆ 2 c. à soupe de rhum ◆ 2 sachets de sucre vanillé ◆ 1 pincée de cannelle.

**Retirez le haut et la base de l'ananas.** Posez-le debout sur une planche et pelez-le au couteau de haut en bas, en épousant la forme du fruit. Retirez éventuellement les « yeux » et coupez-le en rondelles de 5 mm d'épaisseur.

**Servez-vous d'un emporte-pièce** en forme d'étoile pour découper dedans 18 étoiles d'une taille plus petite que celle de la hauteur des verres de service. Détaillez le reste de l'ananas en dés.

**Faites colorer les dés** et les étoiles environ 10 mn dans une poêle avec le beurre, la cannelle et le rhum.

**Retirez les étoiles** et mixez le reste en coulis. Au robot, fouettez le fromage blanc, la crème, le sucre vanillé et la cassonade. Écrasez finement les shortbeads.

**Versez le coulis d'ananas** dans le fond de 6 verres. Répartissez les étoiles en les collant contre les parois. Garnissez de couches de crème vanillée et de miettes de shortbeads.

## ANANAS CONNEXION

En Espagne, la nouvelle tendance pour draguer est de placer un ananas retourné dans son chariot de supermarché afin de signaler son célibat. La pratique a traversé la frontière avec le pop-corn dans une certaine enseigne et la pastèque dans une autre.

## Poire pochée

6 30 MN 35 MN  
10 MN 6 H

◆ 6 poires conférence  
◆ 1 gousse de vanille  
◆ 1 citron (jus) ◆ 6 kumquats  
◆ 300 g de sucre ◆ 6 c. à soupe de confiture d'oranges ◆ 6 Gavottes  
◆ perles de sucre. **Pour la chantilly :** ◆ 1 sachet d'infusion verveine menthe  
◆ 25 cl de crème fleurette bien froide ◆ 3 c. à soupe de mascarpone ◆ 25 g de sucre glace. **Pour les biscuits :**  
◆ 2 petits citrons verts bio (zeste) ◆ 50 g de beurre mou  
◆ 45 g de cassonade  
◆ 45 g de poudre d'amandes ◆ 45 g de farine  
◆ 1 pincée de sel.

**Préparez la chantilly :** portez à frémissement la crème avec le sachet d'infusion. Hors du feu, laissez infuser 10 mn. Ôtez le sachet et réservez 6 h au réfrigérateur.

**Pelez les poires** en laissant la queue. Dans une grande cocotte, portez à ébullition

1,5 l d'eau, le sucre, le jus du citron, la gousse de vanille et sa pulpe. Plongez les poires dedans et cuisez 20 mn. Hors du feu, laissez-les refroidir dans le sirop.

**Préparez les biscuits :** préchauffez le four à 180 °C. Mélangez le beurre, le zeste râpé des citrons, la farine, la cassonade, la poudre d'amandes et le sel jusqu'à texture homogène.

**Abaissez la pâte** à 5 mm.

Détaillez-la en étoiles et déposez-les sur une plaque foncée de papier cuisson. Enfourez 12 mn environ. Montez la crème refroidie en chantilly avec le sucre et le mascarpone.

**Mixez la confiture** et répartissez-la dans des coupelles. Ajoutez les poires égouttées et les kumquats coupés en 2. Pochez la chantilly dessus. Déposez les biscuits, parsemez des Gavottes émiettées et de perles de sucre.



## POIRES EN TÊTE

L'association mondiale des pommes et des poires (Wapa) a annoncé que la production de pommes dans l'Union européenne CHUTERAIT DE 11,3 % ENTRE 2023 ET 2024. À l'inverse, la récolte de poires progresserait de 4,9 % sur 2024-2025.





## Dômes de mousse

6 20 MN 20 MN 18 H 1 H

◆ 4 pommes ◆ 400 g de crème de marrons ◆ 150 g de noisettes entières décortiquées ◆ 40 cl de crème fleurette ◆ 300 g de sucre ◆ 2 feuilles de gélatine.

**Commencez la recette la veille :** pelez puis épépinez les pommes et détaillez la chair en morceaux. Cuisez-les dans une casserole avec un fond d'eau jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Mixez en compote et répartissez-la dans des moules en forme de billes. Réservez toute la nuit au réfrigérateur.

**Terminez la recette le jour même :** réhydratez la gélatine dans un bol d'eau froide, puis faites chauffer la crème de marrons à feu doux et faites-y fondre la gélatine essorée. Mixez et laissez refroidir.

**Montez la crème fleurette** en chantilly dans un saladier, en incorporant peu à peu celle de marrons. Répartissez dans 6 demi-sphères en silicone en déposant au centre 1 bille de pomme. Enfoncez-la pour la recouvrir de mousse et lissez à la spatule. Réservez 6 h au réfrigérateur.

**Préparez la nougatine pendant ce temps :** concassez les noisettes. Faites fondre le sucre à feu doux jusqu'à obtenir un caramel. Ajoutez les noisettes, mélangez rapidement et versez sur une plaque foncée de papier sulfurisé.

**Recouvrez d'une autre feuille** de papier sulfurisé, puis étalez la nougatine finement au rouleau. Laissez refroidir environ 1 h.

**Démoulez les demi-sphères** sur des assiettes de service. Retirez le papier cuisson de la nougatine, cassez-la en morceaux et agrémentez-en les dômes.

**Utilisez un spray** alimentaire doré pour parfaire la couleur des demi-sphères.

## TIK TOK MANIA

Sur les réseaux sociaux, la pâte à tartiner algérienne El Mordjene est devenue un phénomène viral en 2024. Jusqu'en septembre, quand l'Union européenne a décidé d'en interdire l'importation pour cause de non-respect des normes sanitaires.

## Îles flottantes

6 30 MN 10 MN

◆ 3 fruits de la Passion  
◆ 20 cl de coulis de mangues ◆ 4 œufs ◆ 45 cl de lait ◆ 50 g de sucre  
◆ 4 c. à soupe de noix de coco râpée ◆ 1 c. à café de fécule de maïs.

**Portez le lait à frémissement.** Séparez les blancs d'œufs des jaunes. Ouvrez les fruits de la Passion en 2, extrayez-en la pulpe avec une cuillère, puis réservez au frais.

**Fouettez 5 mn les jaunes,** la fécule et la moitié du sucre. Sans cesser de battre, incorporez le lait chaud en 3 fois. Transvasez dans une casserole et chauffez sans cesser

de mélanger jusqu'à ce que la préparation nappe la cuillère.

**Versez dans un saladier,** ajoutez le coulis de mangues et mélangez. Réservez au réfrigérateur.

**Montez les blancs en neige ferme** en incorporant le reste du sucre. À la cuillère, répartissez-le en 6 tas dans une assiette. Cuisez 25 secondes au micro-ondes à 800 W. Saupoudrez-les de noix de coco râpée.

**Répartissez la crème froide dans 6 coupes.** Déposez dessus les îles flottantes et garnissez de la pulpe de fruits de la Passion.



## PORT DE TÊTE

Le premier port français pour l'importation de FRUITS EN CONTENEURS est celui de Dunkerque. Et, après plusieurs années d'absence, la mangue africaine y fait son retour : 10 000 tonnes y ont transité en 2024.



## 2

### IDÉES ÉCOLO POUR NOËL

#### CUISINER LES RESTES DE NOËL

Avec toutes les préparations qu'impliquent les fêtes, les restes comestibles sont nombreux. On ne gâche rien ! Les épluchures des pommes de terre se transforment en délicieuses chips croustillantes, une fois frites dans l'huile ; les pieds de champignons, eux, se glissent dans nos farces pour garnir les volailles. Séchées au four, les écorces des oranges parfument, quant à elles, nos infusions, mais peuvent aussi être confites, à grignoter telles quelles ou pour agrémenter un dessert.



#### UNE DÉCO COMESTIBLE

Pour des ornements à la fois vertueux et jolis, on peut compter sur la nature (pommes de pin, branchages...), mais aussi sur notre cuisine. Il est amusant de confectionner des petites décorations comestibles (personnages, étoiles...), par exemple en sablés, à l'aide d'emporte-pièces. Rondelles d'agrumes (citron, orange...) séchées 1 à 2 h au four à 150 °C se transforment en ravissantes guirlandes. Pas consommable mais écolo, la pâte à sel se décline, elle, en de multiples créations !

## Un Noël vert, de l'entrée au dessert

Pour un repas de Noël durable, on se tourne vers des modes de production vertueux, quitte à consommer moins, mais mieux !

#### TRUITE : l'alternative au saumon

D'abord, parce qu'elle ne vient pas de Norvège ou d'Écosse, mais de France, deuxième pays producteur en Europe. Ensuite, parce qu'elle est très proche du saumon – ils sont de la même famille, les salmonidés. Dernier argument, et pas des moindres : elle est moins coûteuse ! On la déguste aussi bien en entrée – un bon filet de truite fumée au bois de hêtre n'a rien à envier à son cousin – qu'en plat de résistance, en pavés poêlés. On pense également aux œufs et aux rillettes, pour les amuse-bouche. On choisit des élevages raisonnés (alimentation de qualité, croissance lente...), à l'image de la truite de Banka, au Pays basque.

#### CHOCOLAT : le choix du commerce équitable

Difficile d'imaginer un Noël sans chocolat. Pour ne pas cautionner des méthodes peu scrupuleuses – déforestation, mauvaises conditions de travail –, on privilégie un chocolat engagé. Le site Internet du Club chocolatiers engagés permet de les géolocaliser partout en France. Côté labels, le duo bio et commerce équitable garantit à la fois le respect de l'environnement et de l'humain.



#### Vers un foie gras sans gavage ?

Emblématique, il est fortement ancré dans la tradition française – notre pays est le premier producteur au monde, avec quelque 30 millions de canards et 200 000 oies gavés chaque année. Or c'est justement le gavage, pratique interdite dans la plupart des pays de l'Union européenne, qui est en particulier pointé du doigt par les associations de défense des animaux. Pourtant, il est obligatoire pour obtenir l'appellation « foie gras ». Peu répandues en France, des alternatives existent, par exemple en laissant les animaux se nourrir avec une alimentation favorisant la production de gras. Certains s'y essaient, comme Marcel Metzler en Alsace.

#### 1 Une gourde en Inox isotherme

Un chouette cadeau pour ne plus jamais acheter de bouteilles d'eau. D'autant plus pratique en version isotherme, pour maintenir au chaud café et thé en hiver, et l'eau au frais durant l'été. On apprécie particulièrement les gourdes de la marque Hydro Flask, à la fois jolies et bien robustes. Elles sont garanties à vie ! Il en existe de toutes les couleurs et de toutes les contenances.

#### 2 Des contenants pour le vrac

Nos proches ont parfois envie de s'y mettre, mais sans savoir par où commencer. On peut alors leur offrir un set de bocaux de plusieurs tailles, que l'on remplit en attendant avec des petits gâteaux et des chocolats, pourquoi pas faits maison. Une marque qui ne déçoit jamais : Le Parfait. On pense aussi aux jolis sachets en tissu, pour conserver les végétaux au réfrigérateur.



3 idées  
de cadeaux  
écologiques

#### 3 Des infusions maison

Thés et infusions préparés maison ont toujours le don d'épater nos proches. Et c'est très facile ! Il suffit, par exemple, d'associer quelques feuilles de menthe séchées à un thé vert basique ou à des feuilles de verveine. On trouve de nombreux bouquets de plantes aromatiques à des prix très intéressants sur les marchés : il faut juste les faire sécher à l'air libre, protégés de la lumière directe, puis les mettre en bocaux. On peut y ajouter des écorces d'agrumes et des peaux de pommes déshydratées.



## Des serviettes de table pour emballer les cadeaux

Certes du plus bel effet, le papier cadeau à usage unique fait partie des grands gâchis de Noël... Pour un résultat tout aussi esthétique, voire encore plus, on s'inspire des Japonais et du « furoshiki » : une méthode de pliage et de nouage du tissu. Pour ce faire, on peut prendre dans la cuisine de jolies serviettes ou torchons, puis les récupérer après, ou bien les acheter pour les offrir à ses proches et faire alors un double cadeau. On n'hésite pas à les décorer avec du raphia, une petite étiquette, une branche de sapin... Évidemment, cela fonctionne avec toutes sortes de tissus. Autre avantage : c'est plus pratique pour envelopper des objets d'habitude difficiles à emballer avec du papier, comme les bouteilles en verre.



## En bref

### Sauvons les noyaux !

Chaque année, 500 000 tonnes de noyaux de fruits sont jetées par l'industrie agroalimentaire en Europe. Pourtant, ils peuvent être revalorisés. Une start-up autrichienne appelée Kern Tec s'y est justement intéressée : elle les transforme en revêtement pour le jardin, mais aussi en huiles pour les cosmétiques et même en pâte à tartiner ! À notre échelle, on peut les utiliser pour nos plantes, à la place des billes d'argile.

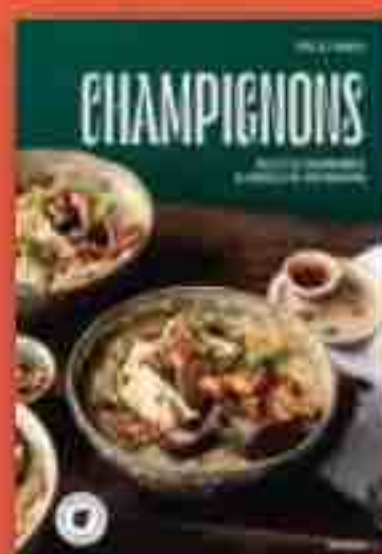
### Des supérettes libre-service

Baptisées API, ces « super supérettes » ouvertes en permanence redonnent un peu de convivialité aux communes isolées en leur assurant un commerce de proximité. En effet, depuis les années 80, près de 40 % des villes françaises ont vu leurs petits commerces disparaître. Autre atout important, ces supérettes font honneur aux produits locaux. Leur porte s'ouvre grâce à un QR Code sur smartphone. Rendez-vous sur le site [Api-masuperette.fr](http://Api-masuperette.fr) pour en trouver une près de chez soi.

## Champignons à Noël : les astuces d'Émilie Franzo



**ÉMILIE FRANZO,**  
Auteure de « Champignons, recettes gourmandes et conseils de préparation », éd. Marabout, 19,90 €.

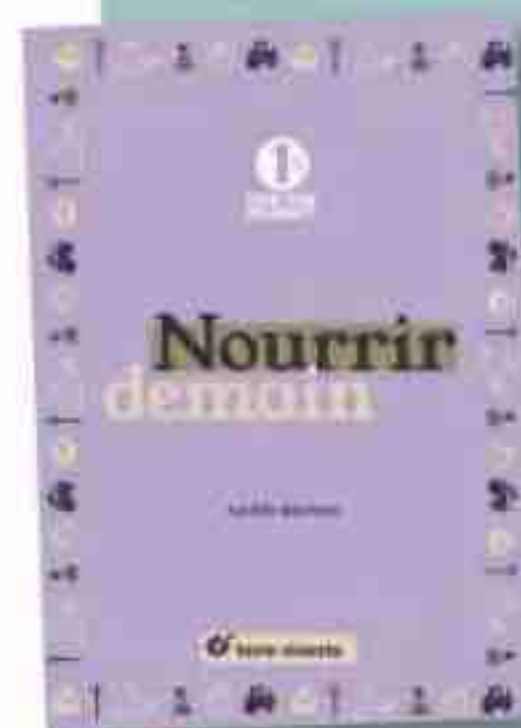


• **Utiliser des champignons déshydratés.** Cèpes, girolles, morilles... Noël venu, ce n'est plus la saison. Les choisir séchés (ou les sécher soi-même) est un très bon moyen de les conserver et les cuisiner toute l'année. « Pour les réhydrater, on les plonge simplement dans un bol d'eau tiède, 15 à 30 mn. »

• **Ne pas sous-estimer les champignons de culture.** Champignons de Paris, shiitakés et portobellos, cultivés toute l'année et faciles à trouver, donnent d'excellentes

poêlées. On n'hésite pas à mêler les trois. « Une fois coupés, on les fait revenir dans une poêle avec du beurre et de l'échalote. J'adore aussi ajouter des épinards frais. »

• **Un beurre de truffe maison.** « Il suffit de hacher finement la truffe, puis de l'incorporer à du beurre mou. On vient ensuite rouler ce mélange dans du film alimentaire pour former un boudin bien serré. Puis on le laisse au frais, 12 h minimum. Facile à réaliser, ce beurre sublime, par exemple, une simple recette de pommes de terre au four. »



### Le livre du moment

La collection engagée « 1 % for the Planet » met en lumière toute une série de projets inspirants pour la planète.

Côté alimentation, on se plonge dans « Nourrir demain ». On y retrouve dix assos qui œuvrent pour la préservation d'un système agroalimentaire durable, à l'image d'Aux arbres citoyens ! et d'Ethic Ocean. Chaque exemplaire vendu fait l'objet d'un versement au fonds 1 % for the Planet. Créé par Yvon Chouinard, fondateur de Patagonia, celui-ci contribue au financement de programmes écologiques. **Collection « 1 % for the Planet », 4 titres, éd. Terre vivante, 19 € l'unité.**



# On craque pour...

Par, Olivia Delaunay.

## SAUMON À L'ANCIENNE

Ce magnifique saumon, en provenance de Norvège, est fumé lentement à basse température, au bois d'aulne, dans les fumoirs de la maison. Le salage est fait à la main. Pour un moment d'exception !

*Saumon fumé à l'ancienne, bande tranchée à la main, 167 € (env. 22 tranches, 1,8 kg), Maison Barthouil.*



## DÉLICAT

Présentées en coffret festif, les fines rosettes de tête de moine AOP s'afficheront avec fierté sur vos tablées !

*Coffret rosettes de tête de moine AOP « 1 sphère », 7,50 € (200 g), Fromages de Suisse.*

## RAFFINÉ

Ce foie gras de canard IGP du Sud-Ouest est préparé avec du sauternes pour une saveur subtile. On se régale à l'avance !

*Gastronomique, Foie gras de canard entier du Sud-Ouest au sauternes, 15,75 € (150 g), Montfort.*



## TROP CHOUX !

Un réel enchantement pour les yeux d'abord, puis, en une bouchée, vous serez aux anges avec ces mini-religieuses à la robe composée d'un crémeux chocolat praliné et d'un chou délicieusement croustillant. Collerette en crème chocolat praliné et ailes en chocolat. *8 petits anges, 8,99 € (100 g/8 pièces), Picard.*



# Les nouveautés en rayon

## Vive les classiques !

La vraie recette à la bourguignonne des escargots au beurre aillé et persillé, à servir après 10 mn au four. *36 escargots de Bourgogne, 15,90 € (225 g), Escal (rayon surgelés).*



## Tartinable festif

On oublie un peu le houmous et le pesto... Servez, avec des dips de légumes crus ou des toasts, ce tartinable à la truite française fumée adoucie par de la mangue et relevée de baies roses. *Tartinable truite fumée, mangue et baies roses, 5,30 € (90 g), Hénaff.*



## Sauvage !

Ce saumon sauvage venu d'Alaska ne vous laissera pas de glace ! Son goût prononcé est parfait, fumé au bois de hêtre et tranché dans la partie noble du filet : on a hâte de passer à table ! *Sauvage Des Eaux Froides, 9,99 € (200 g), Delpeyrat.*





## GARDEZ VOS BONNETS À TABLE !

Il n'est pas question d'interdire le bonnet à table, cette année, surtout cette version en dessert glacé. L'un au chocolat au lait, crème glacée macadamia, chocolat, lait et vanille, coulant caramel salé, croustillant éclat de noisettes au chocolat... L'autre, au mascarpone, fruits exotiques, crumble amande et biscuits.

*On adore*



**Le bonnet glacé, 19,99 € (825 g/8 parts), Maison Thiriet.**

## La mer nous délecte ce mois-ci

### TOUT EN FINESSE

Préparées à partir de saumon du Grand Nord, ces quenelles gourmandes sont préparées dans les ateliers de cette maison spécialisée, à Bourg-en-Bresse. Accompagnez-les d'une sauce Nantua ou au citron, pour un plat festif. **4 Quenelles fraîches de saumon, Bio, 6,55 € (4 x 80 g), Giraudet.**



### ÉMINCÉS PARFUMÉS

Une idée sympa pour préparer une petite entrée, ou à proposer à l'apéritif, ces émincés de saumon fumé aux échalotes et fines herbes. **Émincés extra-fins, Échalotes & Fines Herbes, 4,99 € (80 g), Petit Navire.**



### BILLES SAVOUREUSES

Ces œufs de saumon sont parfaits pour des toasts apéritifs, mais aussi pour décorer un joli plat festif. **Œufs de saumon sauvage, 5,99 € (50 g), Lidl.**



### CAVIAR FRANÇAIS

Et si on faisait un petit plaisir en dégustant quelques grains de caviar français ? C'est possible avec cette petite boîte à prix mini. **Caviar d'Aquitaine, 10,29 € (10 g), Auchan.**



### THE BRIOCHE

Il va être difficile d'attendre l'Épiphanie pour craquer sur cette brioche bordelaise, moelleuse et dorée, parsemée de perles de sucre et préparée avec des fruits confits (orange, citron, cédrat et pomelo). **Brioche bordelaise aux fruits confits, 47 € (8 à 10 parts, à partir du 2 janvier), Maison Lenôtre.**



### Mini tout chaud !

Trois minutes au four, et hop, servez à l'apéritif ces « mini-croques » : comté et truffe blanche ; fromages et girolles ; ou encore fromage à raclette et lardons fumés. **Mini Croques en Fête, 8,50 € (150 g), EntreMont.**



### Subtil

Ce tarama aux grains fins, préparé au homard pour une touche festive en plus. **Tarama au homard, 6,50 € (80 g), Dom Petroff x Monoprix.**

(80 g), Dom Petroff x Monoprix.



Escapade gourmande

# Champagne-Ardenne

## Une virée pétillante

Cette ancienne région, historiquement composée des Ardennes, de l'Aube, de la Marne et de la Haute-Marne, recèle des trésors inestimables. Pour apprécier son terroir, il suffit d'aller buller !

*Par Sophie Javaux*

La cathédrale de Reims, où ont été couronnés de nombreux rois.





À Troyes, la rue Émile Zola expose ses célèbres maisons à pans de bois.



Épernay revêt ses habits de lumière les 13, 14 et 15 décembre, cette année.

**N**on loin de la Belgique et du Luxembourg, la Champagne-Ardenne peut se targuer de détenir un riche patrimoine architectural et religieux. Troyes, la médiévale, aux dix églises classées, Reims la royale, avec son édifiante cathédrale gothique, la ducale Charleville-Mézières et son autre place des Vosges grandiose, le seigneurial et immense château fort de Sedan, le muséal Châlons-en-Champagne,

avec ses maisons à pans de bois et ses nombreux canaux... La région est aussi célèbre dans le monde entier pour son fameux vin effervescent. Celui-ci est à découvrir en parcourant la route du champagne, de la montagne de Reims (Marne) à la côte des Bar (Aube), jalonnée de jolis villages et de caves prestigieuses. En plus de ces richesses viticoles, la Champagne-Ardenne réserve d'autres belles surprises, avec les parcs naturels régionaux des Ardennes et de la montagne de Reims, le lac du Der-Chantecoq et les quatre lacs du pays de Langres ou encore ces centaines de kilomètres de canaux pourvus de chemins de halage et de nombreuses voies vertes. Toutefois, en cette saison de l'Avent, l'attrait va plutôt se porter sur les marchés et autres illuminations de Noël, qui envahissent places et rues de ces villes emblématiques, où curieusement le vin chaud se trouve concurrencé par les bulles de champagne. Tout cela à déguster avec modération, au contraire de la gastronomie qui l'accompagne, car n'allez pas croire que la région se résume à son précieux nectar. Par-delà les vignobles, d'autres traditions perdurent qui, elles aussi, ennoblissent les fêtes.



**Delphine Semin-Dumont**  
Des activités autour de la truffe



Le centre-ville de Troyes offre un décor féerique.



Les forêts poudrées de givre invitent à de belles balades hivernales.

## Delphine Semin-Dumont, la quête de la truffe

À la différence des trufficulteurs du Sud-ouest, Delphine ne plante pas d'arbres. Accompagnée de son chien Pino (race lagotto romagnolo), « parfait pour repérer les truffes », elle cherche ces fameux champignons sur un périmètre déterminé dans les forêts communales, grâce à une autorisation de cavage, et propose au grand public (via l'Empreinte des fées) de partir avec elle à la découverte de la truffe de Bourgogne, « ou truffe d'automne – la *Tuber unsinatum* –, dont la saison court de mi-octobre à fin décembre. On est sur une truffe forestière, pour laquelle il faut du sous-bois un peu humide, mais pas de broussailles. Le sol doit être réchauffé par le soleil un certain moment. Elle est extrêmement différente de la *Tuber*

*melanosporum*, avec un goût de sous-bois, de noisette. » Comme pour celle du Sud-Ouest, des marchés aux truffes se tiennent dans le Grand-Est : « Les truffes sont contrôlées une à une, elles doivent être dures, colorées – elles sont canifées, c'est-à-dire légèrement taillées pour voir la couleur chocolat à l'intérieur – et bien odorantes. » Une truffe plus délicate en goût et en cuisine : « Elle ne peut pas se cuire au-delà de 50 °C, on va surtout l'utiliser en transfert d'odeur – faire infuser les œufs avec la truffe 24 heures, par exemple. Elle se marie bien avec la saint-jacques et est très bonne sur des plats sucrés comme la mousse au chocolat ou la crème brûlée. » Elle se conserve dans du sopalin ou dans du riz, et au frigo, mais pas plus d'une semaine.

« La truffe d'automne, très délicate, s'associe parfaitement avec le champagne, deux produits d'exception dans notre secteur. »

*Delphine Semin-Dumont*





## Claire Vivier, le biscuit des rois

**Responsable marketing, Claire Vivier présente le biscuit légendaire de la maison Fossier :** « À l'origine – la maison a été fondée en 1756, à Reims –, le biscuit était blanc et quelque peu fade, il a été décidé de l'aromatiser avec de la vanille, mais celle-ci créait des points noirs peu appétissants. L'idée donc fut d'ajouter un colorant, le carmin, ce qui est toujours d'actualité. » La recette a très peu évolué, c'est surtout celle de la maison Fossier (entreprise du Patrimoine vivant) : farine, sucre, œufs, blancs d'œufs, vanille de Madagascar et, bien sûr, le colorant carmin. « C'est un biscuit simple. La grande chance de la maison a été d'être, dès le XVIII<sup>e</sup> siècle, le fournisseur officiel du roi de France, puisque ce biscuit était présent à la cathédrale de Reims lors du sacre royal de Louis XVI. En 1825, il obtient le sceau de Charles X, ce qui lui a permis d'être connu à Londres et à Bruxelles : la maison devient réellement la maison mère

des biscuits roses de Reims. Mais ce sont les Années folles qui vont véritablement le démocratiser. En effet, les élégantes avaient l'habitude de le déguster en le trempant dans un verre de champagne... La mode est lancée. » Aujourd'hui la maison Fossier reste la seule biscuiterie à le fabriquer (300 000 biscuits roses/jour), en revanche, les boulangeries-pâtisseries en réalisent. « Le dosage des ingrédients, la technique, les cuissons sont autant de paramètres pour obtenir cette texture particulière. Ce biscuit peut absorber son poids en liquide, il ne se délite pas, il est donc idéal pour faire des gâteaux tels que le bavaois, la charlotte... » Quant à la poudre de biscuit rose, elle peut remplacer en partie la farine et le sucre dans une pâte sablée ou dans un appareil comme la crème pâtissière... « Ce produit de fête, de tradition et de transmission, a de nouveau le vent en poupe avec le phénomène des émissions de pâtisserie et autres blogs. »



**Claire Vivier (responsable marketing)**  
La Maison Fossier-Reims

*« Ce biscuit a le craquant du boudoir, le saupoudrage du biscuit à la cuillère et une couleur unique : il réveille les desserts les plus classiques. »*

*Claire Vivier*

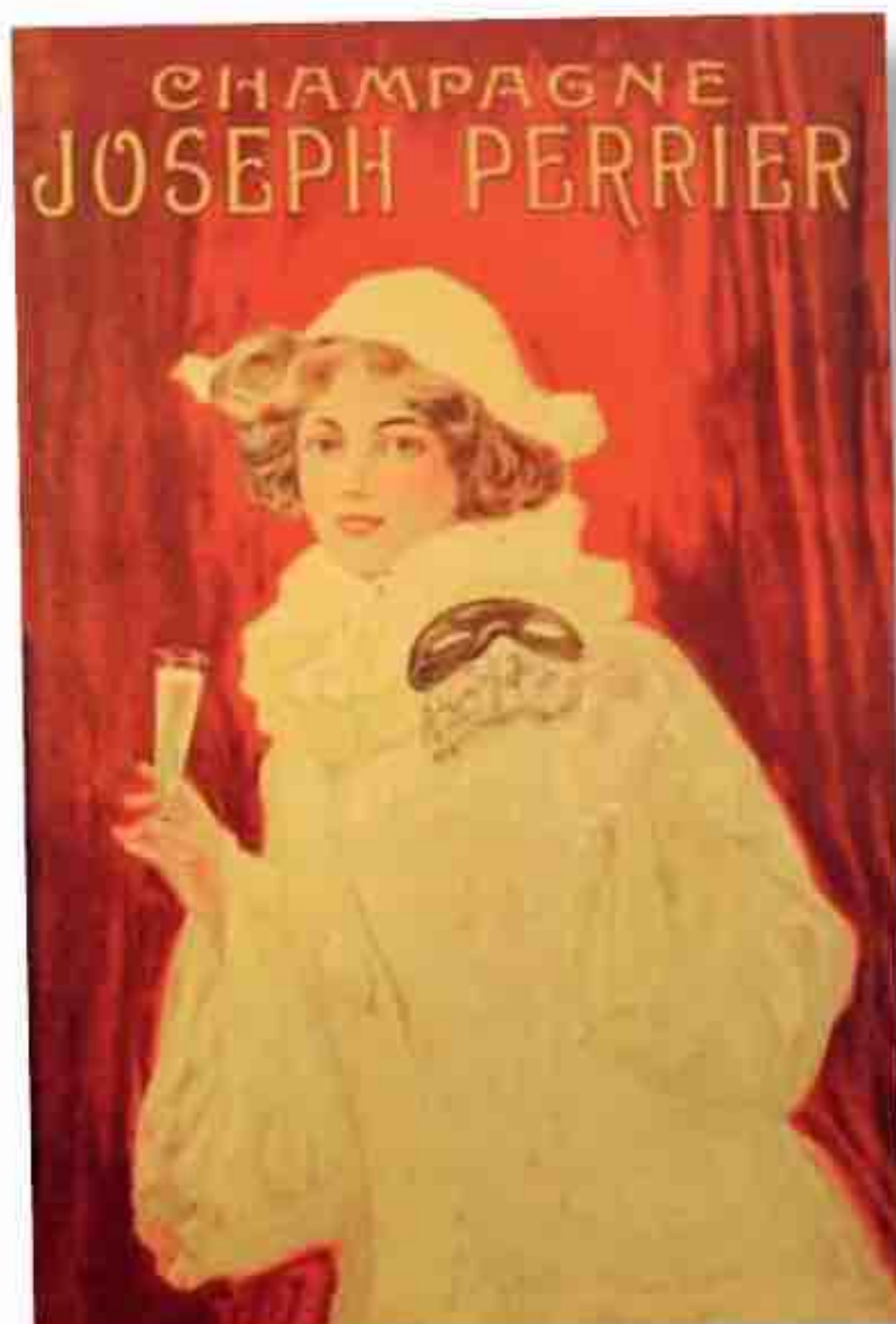
## Petite histoire

### Une bulle iconique

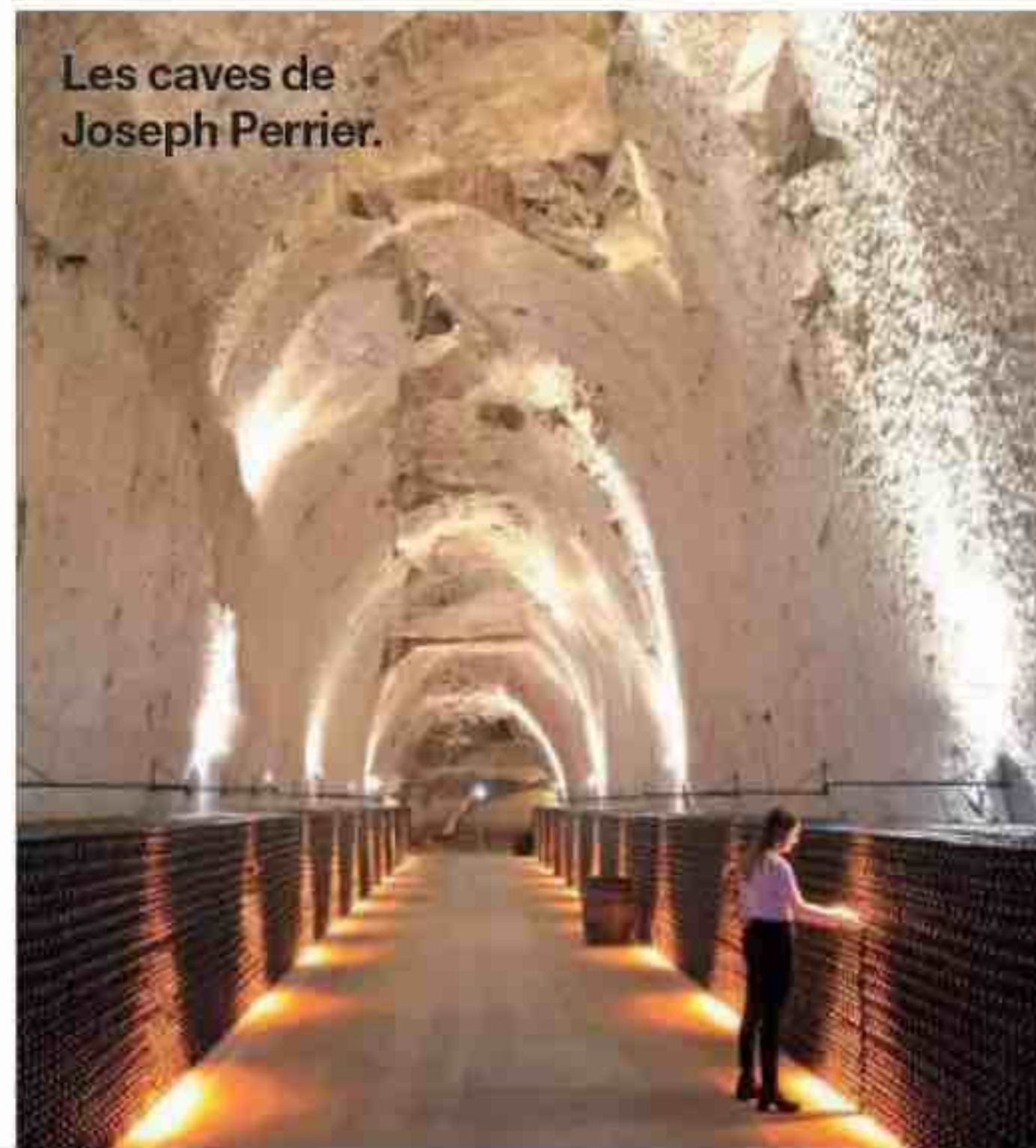
**Joseph Perrier est devenu propriétaire de ces caves en 1825.** Ainsi débute la visite des caves menées par Manon Jacquin, ambassadrice œnotouristique. « Leur existence date du IV<sup>e</sup> siècle, il a suffi de continuer à creuser la colline de craie pour arriver à 3 km de

galeries et de caves. La craie absorbe beaucoup l'humidité, les conditions sont donc saines et naturelles pour faire vieillir le vin ».

**Dans ces caves séjournent trois millions de bouteilles, la plus ancienne datant de 1949.** La maison appartient toujours à la descendance, soit la sixième génération de négociants-manipulants. 23 hectares de vignes sont cultivés dans 5 villages – Verneuil, Damery, Cumières, Hauvilliers, Bassuet –, à partir de 3 cépages : le pinot noir, le chardonnay et le meunier, pour obtenir 10 cuvées différentes. « Toute la production – soit 800 000 bouteilles par an – est faite ici, à Châlons, une fois le jus récolté. Les 23 hectares font 30 % de cette production, complétée par d'autres vignerons. Le choix est fait de prolonger la période de vieillissement : les non-millésimés, 3 à 4 ans ; les millésimés, de 6 à 15 ans. La cuvée royale brute est la signature de la maison, quasi à parts égales des 3 cépages. Un champagne frais, fin, fruité aux arômes d'agrumes qui plaît au plus grand nombre. »



**Les caves de Joseph Perrier.**

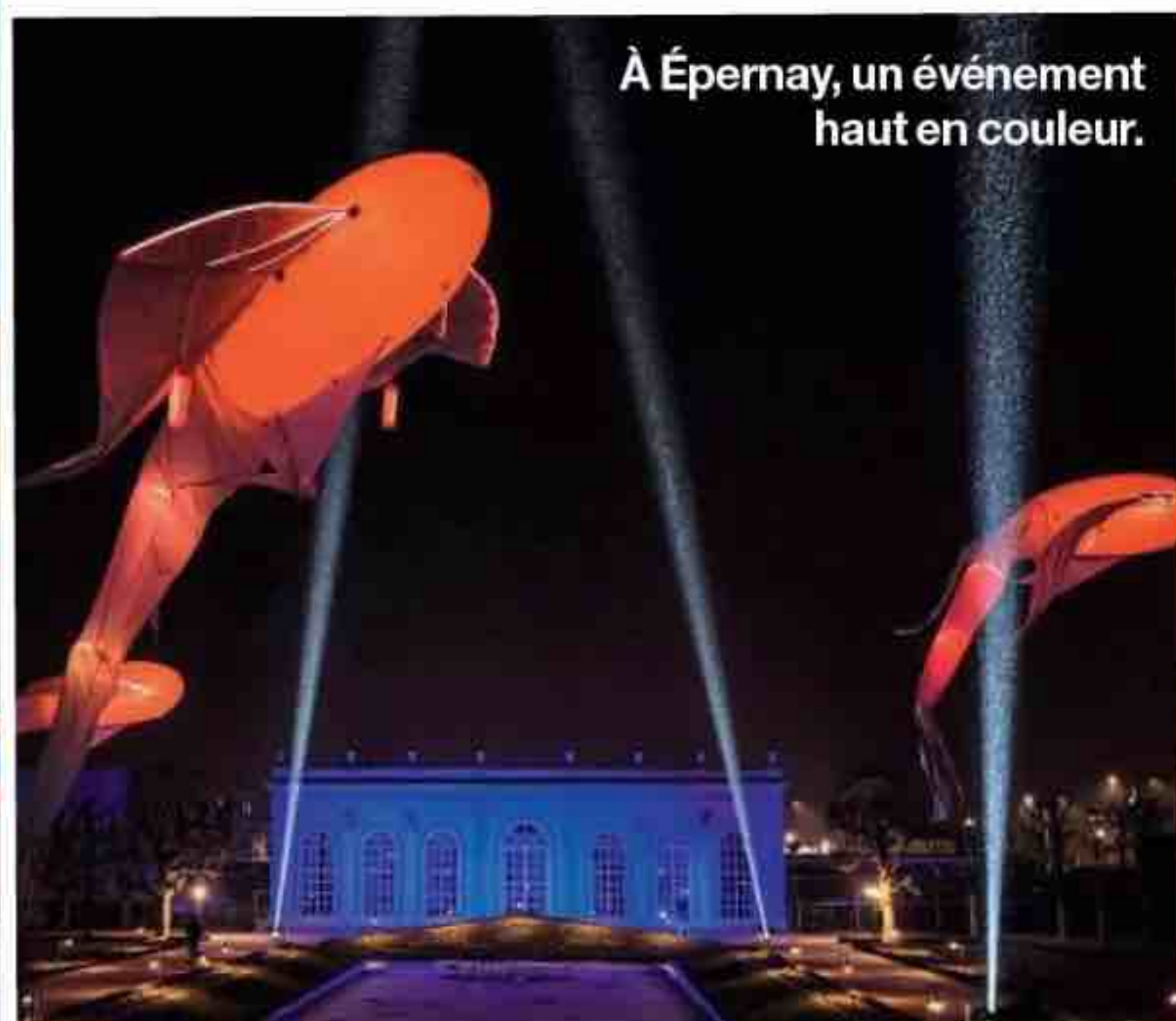


L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À consommer avec modération. Photos presse





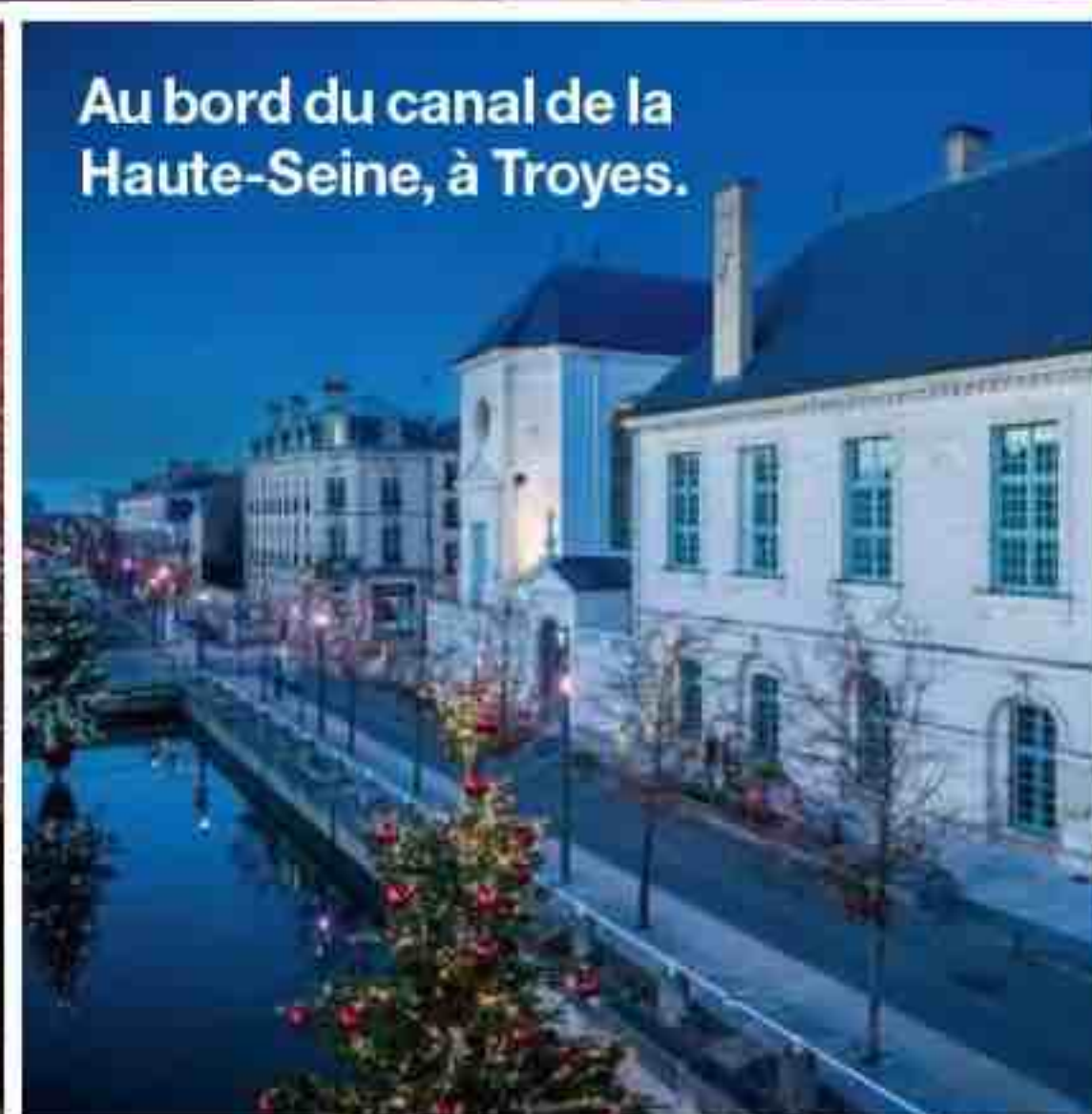
La place ducale de Charleville-Mézières.



À Épernay, un événement haut en couleur.



Des stands bien accueillants sur les marchés de Noël.



Au bord du canal de la Haute-Seine, à Troyes.



Illuminations de Noël, à Reims.



Merci à l'Agence régionale du Tourisme Grand-Est pour la réalisation de ce reportage.

Carnet d'adresses page 98.



Photo: Corinne / Photo: Corinne

## Bûche glacée aux biscuits roses de Reims

6 À 8 PERS.

45 MN 10 MN 12 H

- 1 paquet de biscuits roses de Reims (250 g) ■ 100 g de raisins secs moelleux
- 15 cl de marc de champagne (ou de rhum) ■ 2 feuilles de gélatine ■ 5 œufs
- 200 g de sucre en poudre ■ 25 cl de crème liquide entière (bien froide)
- ½ c. à café de vanille en poudre.

Réhydratez les raisins dans de l'eau chaude, 30 mn. Égouttez-les, puis faites-les mariner dans le marc de champagne.

Réhydratez la gélatine dans de l'eau bien froide. Portez le sucre à ébullition dans une casserole avec 10 cl d'eau, faites cuire en sirop, environ 6 mn.

Séparez les blancs des jaunes d'œufs et commencez à fouetter les blancs dans la cuve du robot.

Retirez le sirop du feu, incorporez la gélatine essorée et fouettez pour qu'elle fonde. Puis versez doucement sur les blancs et augmentez la vitesse au maximum.

Tapissez un moule à terrine de film alimentaire. Déposez les biscuits roses sur toutes les faces du moule, côté sucre glace à l'extérieur.

Fouettez la crème fleurette avec la vanille, dans un récipient.

Réduisez la vitesse du robot, ajoutez les jaunes d'œufs, un à un, en fouettant. À l'aide d'une maryse, incorporez ensuite la crème fouettée, ainsi que les raisins. Mélangez parfaitement. Garnissez la terrine de cette préparation et tassez bien. Couvrez la terrine et placez au moins 12 h au congélateur.

Passez légèrement la terrine dans de l'eau chaude avant de la démouler. Décorez de brisures de biscuits roses, de fleurs comestibles ou de décorations de Noël.





2



3



1

## Un Noël en vert et or

Du vert pour la nature, de l'or pour l'élégance...  
Voici la belle table de fête que nous  
vous proposons cette année !

### Joyeux Noël !

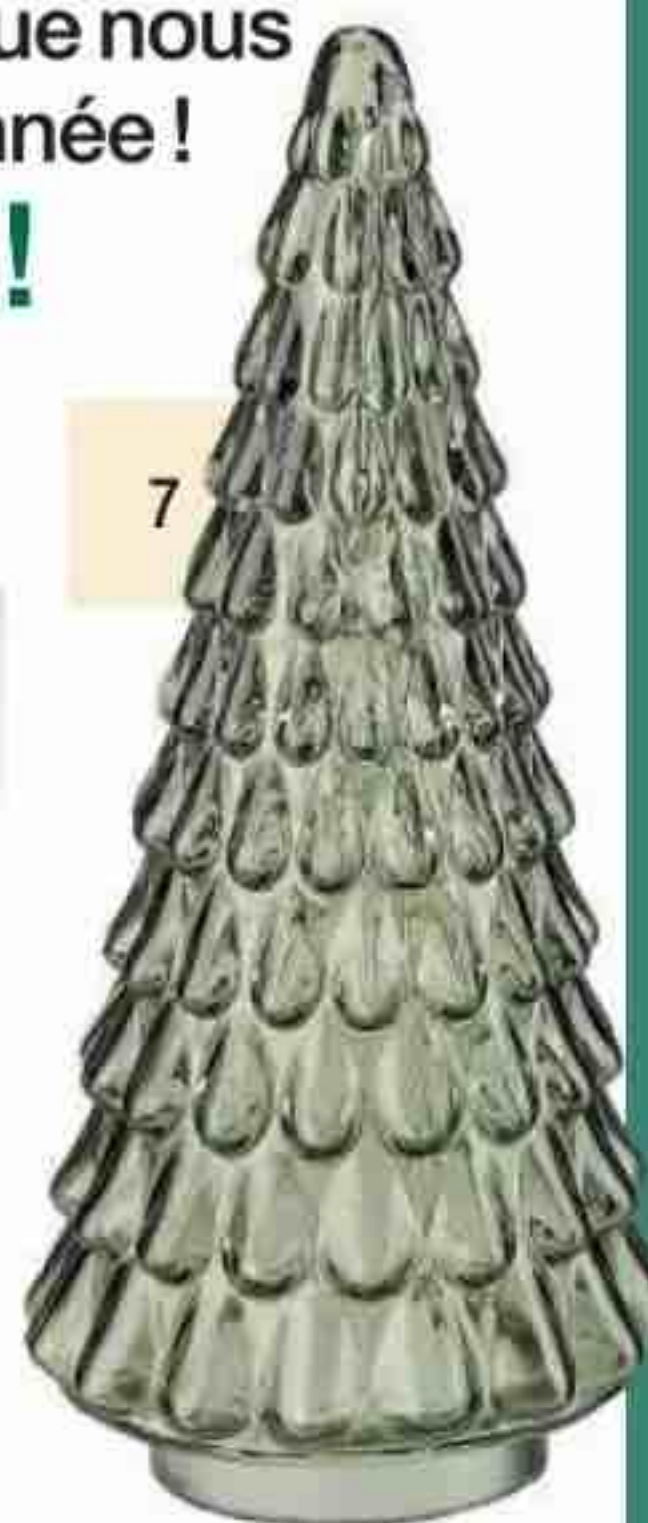
Par Agnès Taravella



4



6



7



5



8

#### 1. Jeux de motifs

Complétez la belle association vert-or par celui des motifs de pois et de rayures, eux aussi dorés, bien évidemment ! Cela apportera beaucoup de dynamisme à votre table.

Verre à vin, 30 cl, 2,39 € ;  
ménagère dorée 16 pièces,  
13,99 € ; sous-assiette verte,  
en polypropylène, Ø 33 cm,  
1,77 € ; assiette creuse striée,  
en porcelaine, Ø 20 cm, 2,99 €,  
ou plate, Ø 26,5 cm, 3,99 €,  
etc., le tout Actuel By Auchan.

#### 2. Lumière divine

Alternant des bougies lisses et torsadées, cet ensemble sera du plus bel effet.

Lot de 4 bougies, en paraffine,  
H 38 cm, 4,99 €, Conforama.

#### 3. Tout est dans le détail !

Regardez bien le pied de  
ces verres : ils sont remplis  
de paillettes dorées !

Lot de 2 flûtes à champagne,  
en verre, H 20 cm, 9,90 €,  
Maison E.Leclerc.

#### 4. Beau dégradé

Très belle assiette à la glaçure  
brillante et aux couleurs  
profondes.

Assiette creuse Curiosité,  
en grès, Ø 17 cm, 5,49 €, But.

#### 5. Belle simplicité

Avec son sapin stylisé, cette  
belle assiette sera parfaite  
pour vos tables de fêtes.

Assiette plate Vesuvio, en grès,  
Ø 27 cm, 6,99 €, Botanic.

#### 6. Trop mignon

Ce petit sapin se cachera  
dans les jus d'orange !

Verre sapin, en verre, 8,5 x  
Ø 8 cm, 2,99 €, GiFi.

#### 7. Belle transparence

Cette décoration stylée, à  
multiplier, donnera à votre table  
des allures de forêt de verre.

Sapin déco Lisandru,  
en verre, Ø 15 x H 32 cm,  
15 €, Alinéa.

#### 8. Chemin étincelant

Bougeoir très original qui  
va serpenter sur votre chemin  
de table pour le plus bel effet !

Bougeoir cylindrique, en métal,  
L 31 cm, 11,99 €, Gamm Vert.



LE CONCOURS DE

**Maxi Cuisine**

DU 8 NOVEMBRE AU 31 DÉCEMBRE

# GAGNEZ

## 6 Blender

### nutribullet®

#### Triple Prep System

Prix public  
indicatif  
**259€<sup>90</sup>**



**Profitez de Noël pour  
faire découvrir des  
recettes festives à  
vos convives !**

**nutribullet®**

[www.nutribullet.fr](http://www.nutribullet.fr)

Avec le blender 3 en 1 de nutribullet®, créez une multitude de recettes et maximisez vos apports en nutriments, en un minimum d'effort. Cet appareil 3 en 1 se transforme en personal blender, en robot multifonction ou en blender. Doté d'une base intelligente, les programmes affichés s'adaptent automatiquement selon chaque récipient. Grâce à sa puissance de 1500 watts, il est simple de trancher, râper, hacher, mélanger ou encore pétrir. Préparez de nombreuses recettes colorées et surprenez vos invités !

Ref. NBF580B

POUR JOUER AVEC **MAXI CUISINE**, C'EST FACILE !

➔ par téléphone

**0 892 681 107**

Service 0,80 €/min  
+ prix appel

Jeu gratuit sans obligation d'achat du 08/11/24 au 31/12/24. Règlement disponible sur [www.maxi-mag.fr/reglement](http://www.maxi-mag.fr/reglement). Remboursement possible, sur justificatifs, des frais d'affranchissement postal et/ou de service sms/voix en numéro surtaxé, en écrivant à l'adresse figurant à cet effet dans le Règlement du jeu. Selon la loi 78-17 du 6 janvier 1978 modifiée vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des données à caractère personnel vous concernant et faisant l'objet de traitement en écrivant à la société organisatrice BAUER MEDIA FRANCE SNC. Photos non contractuelles (suggestions de présentation). Du seul fait de votre participation, vous pouvez être amenés à recevoir des propositions commerciales de BAUER MEDIA France. Si vous ne le souhaitez pas, vous pouvez cocher la case ci-contre ☐ ou des offres commerciales de nos partenaires, si vous ne le souhaitez pas, vous pouvez cocher la case ci-contre ☐ Merci de nous l'indiquer par courriel à l'adresse suivante : [infopromo@bauermedia.fr](mailto:infopromo@bauermedia.fr)

➔ par SMS envoyez **mc8** au 74400\* ou (flashez) ce QR CODE



**74400\***

(0,75€ par SMS + prix d'un SMS x 4)



Code SMS :  
**MC8**

Les gagnants seront définis par instants gagnants (tirage au sort en direct).  
**Vous saurez immédiatement si vous avez GAGNÉ !**



# Cadeaux gourmands



## CONFITURE DE LAIT

Confiture parisienne & Juan Arbelaiz, Caramelito, un dulce de leche ultra régressif à glisser sous le sapin. 14,90 € les 250 g.

## RÉGRESSIVEMENT BON

La Chocolaterie Cyril Lignac, mini-oursins pralinés. À partir de 15 € la boîte de 10 oursins.



## PROVENÇAL

Le Roy René, Orangettes, écorces d'orange confites enrobées de chocolat noir. 19,95 € (90 g).

## À L'ANCIENNE

Boissier, marrons glacés de Noël. À partir de 30 €, boîtes métal 12, 20 ou 30 pièces.



# Délices à offrir

Pour les fêtes de fin d'année, offrez des présents gourmands qui allient plaisir des yeux et des papilles.



## ÉDITION LIMITÉE

Lenôtre, coffret 12 macarons. 34 €, ou 2,50€ /pièce.



## CRAQUANT !

Edwart Chocolatier, Pingloo, un pingouin entièrement garni d'un praliné blé noir pour la version chocolat noir, ou d'un praliné cacahuète pour la version chocolat au lait. 29,50 € (250 g).



## GASTRONOMIE ITALIENNE

Bonifanti, panettone aux marrons glacés, chez Eataly. 26,90 € (1 kg).



## TRADITION

Maison Pierre Marcolini, cracker Petit Bonheur, 10 chocolats praliné noisette, gianduja et caramel. 15 €.



## ARTISANALE ET FRANÇAISE

Weiss, collection Eugène n° 2, coffret de 18 chocolats. 22 €.

## SAVEURS

Le Comptoir de Mathilde, semainier tartinades de Noël. 22,50 € (230 g).





### À DÉCOUVRIR

Domaine de Leos, « Coffret Cadeau Leos Fraîcheur & Gourmandise », composé d'une bouteille de vin blanc Leos cuvée Augusta (75 cl), d'une huile d'olive H de Leos fruité vert (100 ml) et d'une confiture extra C de Leos, d'abricots au thym sauvage. Tarif spécial 45 € au lieu de 52,90 €.



### ESPRIT SUCRE D'ORGE

Lenôtre, sucette chocolat au lait ou blanc. 7,50 €.



### MAÎTRE VINAIGRIER

Martin Pouret, gamme Élysée-Présidence de la République, vinaigre 10 ans d'âge. 25 € (25 cl).



### À LA CUILLÈRE

Cluizel, pâte à tartiner 24 % de noisettes. 10,80 € (330 g).



### MISE EN LUMIÈRE

Brémond Fils, Photophore gourmand aux 24 surprises, en métal doré, garni de délicieuses spécialités méditerranéennes, destiné à recevoir une bougie. 95 €.

### PIÈCE UNIQUE

La Maison du chocolat, Rose des vents, chocolat au lait praliné amandes noisettes, pâte de noix aux éclats de noix, à la vanille de Madagascar et aux brisures de crêpes dentelles, surplombé d'une rose des vents ouvragée en chocolat noir et ivoire. 30 € la pièce de 100 g.



### DOUARNENEZ

Pointe de Penmarc'h, La Boîte du pêcheur comprenant 7 recettes incontournables. 35,30 €.



### MUST HAVE DE LA SAISON

La Belle-Iloise, Cracker de Noël, composé de 3 tartinades de poissons (mousse de homard, crème de saumon ou rillettes de thon blanc germon). 9,95 €.



### AU PIED DU SAPIN

Comtesse du Barry, Coffret plumier de foies gras. 27,90 €.



### CRÉATION EXCLUSIVE

Le Palais des thés, Joyeux Thé, oolong, sirop d'érable et citron. Boîte en métal de 110 g de thé en vrac. 17,50 €.





# 12 idées de... bouchées apéritives

On n'a jamais assez d'inspiration pour varier les délices de l'apéritif du réveillon ! Nos suggestions gourmandes et chics.

Par Françoise de La Forest

## Millefeuilles étoilés

Affinez au rouleau des tranches de pain de mie et détaillez-les en petites étoiles. Superposez-les 3 par 3 en alternant les garnitures : guacamole, mousse de saumon, œufs brouillés truffés. Décorez de chantilly au citron et ciboulette.

## Canapés de patate douce

Coupez de la patate douce en tranches fines, puis détaillez-les en carrés ou disques avec un emporte-pièce. Badigeonnez d'huile et faites cuire 25 mn au four à 200 °C. Garnissez de houmous et de noix grillées.

## Rillettes au foie gras

Mixez grossièrement la chair et la peau d'un demi-poulet rôti avec 100 g de crème épaisse. Ajoutez 150 g de foie gras coupé en dés et 50 g de parmesan. Servez avec des toasts de pain d'épices.

## Éclairs de la mer

Tartinez de chèvre frais les bases de mini-éclairs, puis farcissez de lanières de saumon fumé et de petites crevettes roses. Badigeonnez le dessus des éclairs de blanc d'œuf, parsemez d'œufs de poisson colorés et d'aneth.

## Toasts au bleu

Écrasez du fromage bleu avec le même poids de Carré frais. Faites fondre 1 poire coupée en fines tranches et caramélisez-les légèrement avec de la cassonade. Réunissez la tartina au bleu et les tranches de poire sur des toasts de brioche.

## Préfou de réveillon

Coupez une baguette viennoise dans la longueur. Arrosez la mie de beurre fondu. Mélangez de la chair de crabe avec de la ricotta, de l'oignon vert haché, de l'ail, le zeste et le jus d'1 citron vert et du paprika. Farcissez-en la baguette, filmez et réfrigérez.

## Canapés au boudin blanc

Faites sauter des rondelles de boudin blanc 3 mn de chaque côté dans du beurre moussé. Tartinez des mini-blinis de confit d'oignons, ajoutez les tranches de boudin et de la chapelure de pain d'épices.

## Tartelettes vertes

Mélangez de la pâte de pistaches avec quelques cuillerées de crème fouettée non sucrée. Remplissez-en des fonds de tartelettes prêts à garnir. Ajoutez des feuilles de mâche, des lamelles d'1 avocat et des micro-pousses.

## Verrines sucrées-salées

Caramélisez des dés de mangue 5 mn avec du beurre et du miel. Émiettez des spéculoos dans le fond de verrines, ajoutez les morceaux de mangue et des copeaux de foie gras. Terminez par de la chantilly au foie gras et des graines de pavot.

## Choux gratinés

Préparez une béchamel serrée et riche en fromage. Coupez le chapeau des choux, farcissez-les et faites gratiner 5 mn au four à 180 °C. Ajoutez 1 tranche de magret fumé et 1 pluche de persil.

## Œufs cocotte truffés

Tapissez des petits ramequins de feuilles de brick beurrées. Déposez 1 œuf de caille, 1 lanière de jambon cru, 1 filet de crème et des brisures de truffe. Couvrez de morceaux de feuilles de brick, arrosez de beurre fondu et enfournez 8 à 10 mn à 180 °C.

## Croissants feuilletés

Tartinez 1 pâte feuilletée de fromage frais. Parsemez d'aneth et coupez en 8 triangles en partant du centre. Déposez 1 lamelle de saumon fumé sur les extrémités larges et roulez en croissants. Dorez au jaune d'œuf, parsemez de sésame noir et faites cuire 8 à 10 mn à 180 °C.



★ Recettes faciles ★

## SAPINS DE NOËL FEUILLETÉS



★ Recettes faciles ★

## PINTADE FARCIE AUX MARRONS



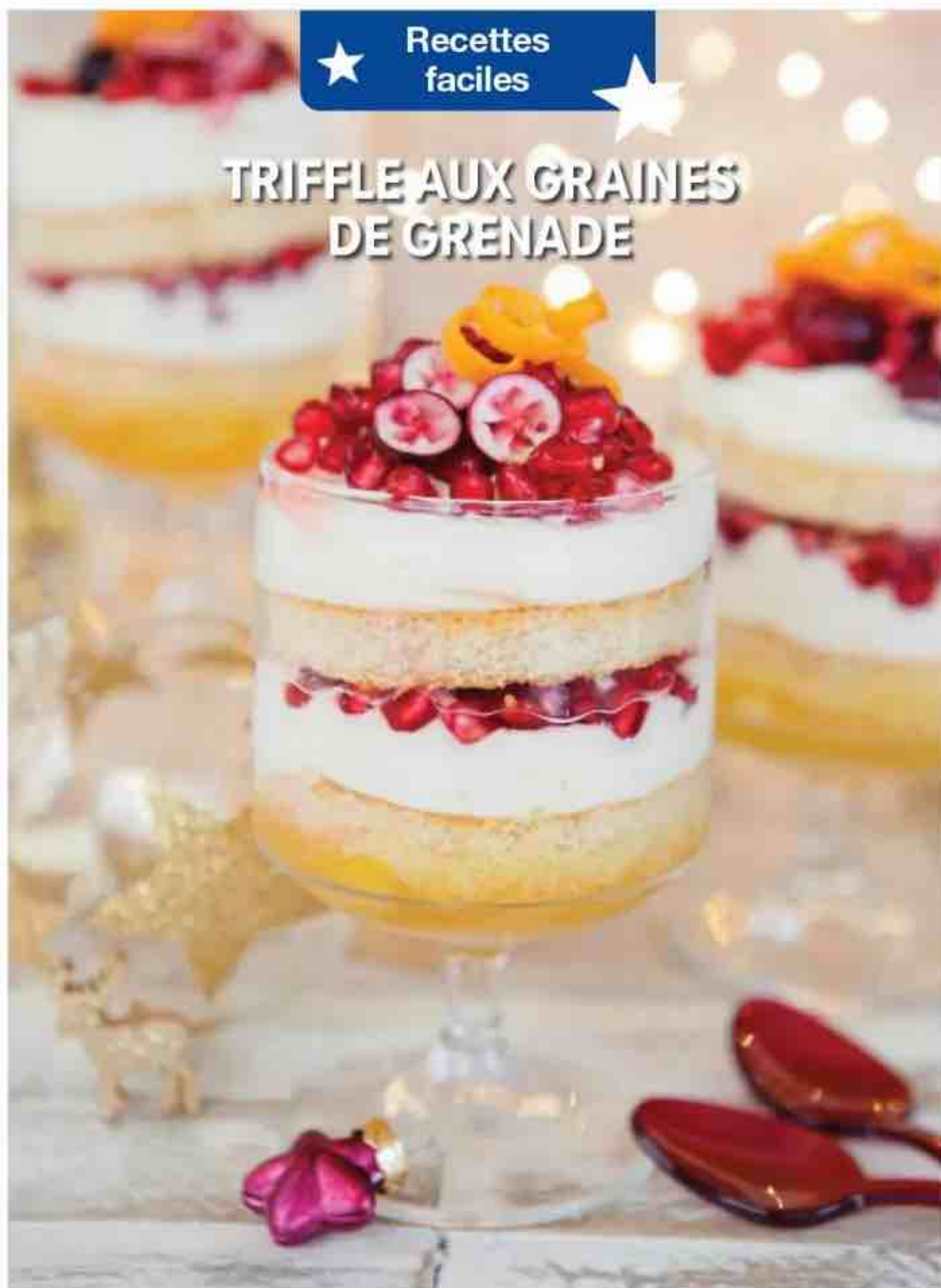
★ Recettes faciles ★

## PARMENTIER VÉGÉTAL AU ROMARIN



★ Recettes faciles ★

## TRIFFLE AUX GRAINES DE GRENADE







## AS DE LA VIANDE

En septembre, Nolwenn Courau, Rennais de 24 ans, a décroché la première place dans la catégorie « boucherie » aux finales mondiales WorldSkills Lyon 2024, devant deux concurrentes venues d'Allemagne et d'Autriche.

Source : CFBCT.

## Pintade farcie aux marrons

4 personnes 20 MN 1H15

◆ 1 pintade ◆ 150 g de marrons cuits ◆ 350 g de chair à saucisses ◆ 2 boîtes de fromage frais à l'ail et aux fines herbes ◆ 6 petits pains ronds ◆ 1 oignon ◆ 25 g de beurre ◆ 2 c. à soupe de porto ◆ sel ◆ poivre.

**Préchauffez le four à 200 °C.** Pelez et hachez l'oignon. Égouttez les marrons si besoin, puis concassez-les. Mettez le tout dans un saladier avec la chair à saucisses, le porto, du sel et du poivre, puis amalgamez. **Garnissez la pintade avec une partie de cette farce** et posez-la dans un plat à four beurré. Enfourez-la 55 mn et arrosez-la régulièrement. **Ajoutez le reste de farce dans le plat** autour de la volaille. Poursuivez la cuisson 20 mn environ, suivant la taille de la pintade. Pendant ce temps, coupez les pains ronds en 2 et toastez-les. **Tartinez les moitiés de pain de fromage** et servez avec la pintade rôtie.



## LABELLISÉS

LES SAPINS DE NOËL DU MORVAN, qui représentent un quart de la production nationale, vont bientôt avoir leur IGP (Indication géographique protégée). Il ne leur reste qu'à obtenir l'homologation finale, au niveau européen.

Source : Franceinfo.

## Sapins de Noël feuilletés

4 personnes 25 MN 1H 10 MN

◆ 1 rouleau de pâte feuilletée ◆ 2 c. à soupe de petits pois surgelés ◆ 5 brins d'aneth ◆ 20 cl de crème liquide entière bien froide ◆ sel ◆ poivre.

**Préchauffez le four à 210 °C.** Découpez dans la pâte 8 disques de 6 cm de diamètre, 8 de 4 cm et 8 de 2 cm. **Découpez 8 étoiles** dans le reste de pâte en utilisant un emporte-pièce. Déposez toutes les formes sur une plaque couverte de papier sulfurisé et réservez 1 h au réfrigérateur. **Enfourez 10 mn environ**, jusqu'à bien les colorer. Pendant ce temps, mettez les petits pois dans un bol allant au micro-ondes. Couvrez d'eau et cuisez-les 5 mn à pleine puissance. Égouttez. **Lavez, séchez puis effeuillez l'aneth.** Réservez quelques pluches, hachez le reste et incorporez-le dans la crème. Fouettez-la en chantilly, salez et poivrez. **Superposez les disques de pâte** par 3 sur des piques en bois, en les garnissant de chantilly, pour façonner 8 sapins. Piquez les étoiles au sommet, puis décorez des pluches d'aneth et des petits pois. Servez le reste de chantilly à part.



## CLIN D'OEIL

Pour rendre hommage à Paddington, l'ours anglais qui adore plonger sa patte dans un pot de marmelade, le parfumeur Jo Malone London a lancé une édition limitée d'eau de Cologne Orange Marmelade mêlant agrumes frais et sucre caramélisé.

## Trifle aux graines de grenade

4 personnes 30 MN 8 MN

◆ 1 grenade ◆ 1 orange bio ◆ 6 c. à soupe de marmelade d'orange ◆ une douzaine de canneberges fraîches ◆ 30 cl de crème fleurette ◆ 20 g de sucre glace ◆ 1 pincée de cannelle. **Pour le biscuit :** ◆ 2 œufs entiers + 2 jaunes + 2 blancs ◆ 100 g de sucre ◆ 50 g de farine.

**Préparez le biscuit :** préchauffez le four à 220 °C, puis fouettez les jaunes d'œufs, les œufs et le sucre. Montez les blancs en neige. Mélangez les 2 préparations avec la farine. Versez sur une plaque couverte de papier sulfurisé, lissez et enfourez 8 mn. Renversez sur un linge et retirez le papier. Découpez dedans 8 disques de la taille de vos verrines. **Fouettez la crème en chantilly** avec le sucre glace et la cannelle. **Zestez l'orange**, puis pressez-la. Mixez la marmelade avec le jus. Répartissez ce mélange dans le fond des verrines et alternez disques de biscuit, graines de grenade et chantilly. Décorez de zestes d'orange et de canneberges.



## CASSE-CROÛTE

Interrogés sur leurs habitudes de consommation de repas hors domicile, les Français sont unanimes : 87 % D'ENTRE EUX PRÉPARENT LEUR REPAS lorsqu'ils doivent se restaurer à l'extérieur.

Source : OpinionWay pour Sistema.

## Parmentier végétal au romarin

4 personnes 30 MN 40 MN

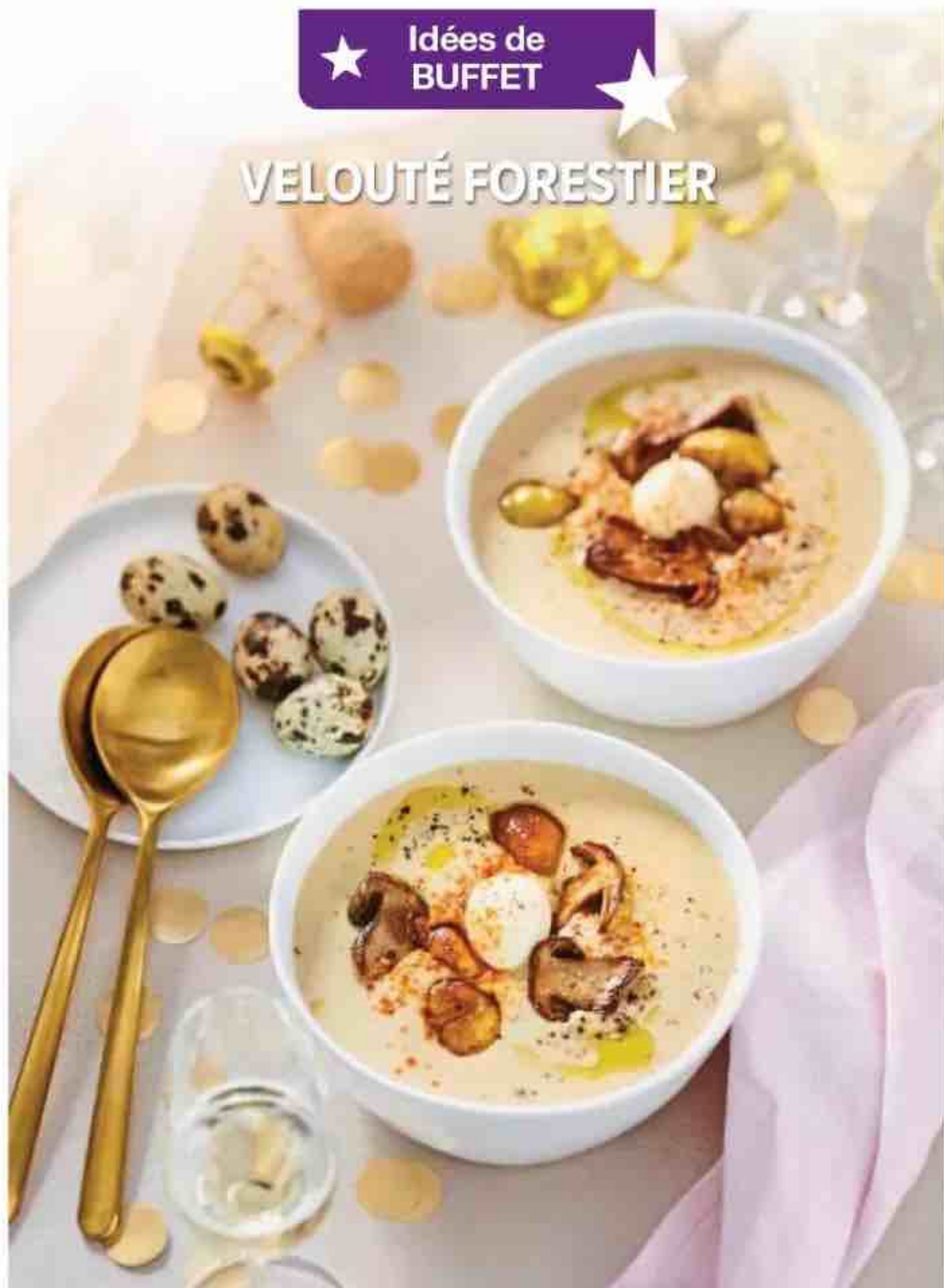
◆ 750 g de pommes de terre pelées ◆ 250 g de patates douces pelées et coupées en tranches ◆ 1 oignon ◆ 120 g de morilles surgelées ◆ 1 gousse d'ail ◆ 20 cl de crème liquide ◆ 20 cl de lait entier ◆ 50 g de beurre ◆ 5 cl de porto blanc ◆ 2 brins de romarin ◆ sel ◆ poivre.

**Faites cuire les pommes de terre** 30 mn à l'eau bouillante salée. Écrasez-les avec le lait et 25 g de beurre. **Mettez les tranches de patate douce dans une casserole** avec 15 g de beurre et 1 brin de romarin. Couvrez d'eau salée à hauteur et faites cuire 25 mn à feu doux. **Faites revenir l'oignon** pelé et haché dans le beurre restant jusqu'à coloration. **Faites chauffer la crème** 30 mn à feu doux avec l'ail haché, les morilles, le porto et 1 brin de romarin. Salez et poivrez. **Alternez les ingrédients du parmentier** dans un cercle, et servez avec les morilles à la crème.



★ Idées de  
BUFFET ★

## VELOUTÉ FORESTIER



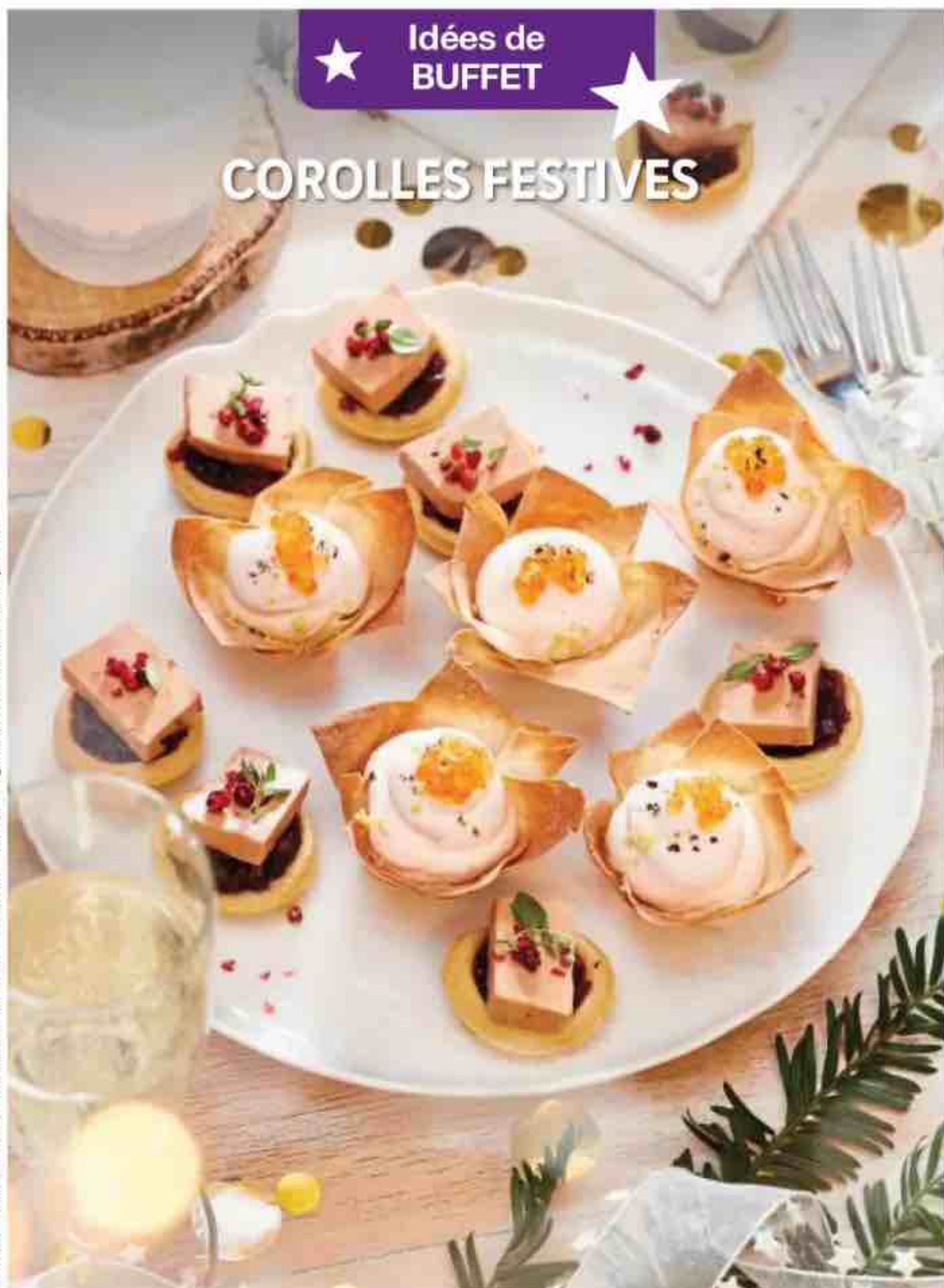
★ Idées de  
BUFFET ★

## SALADE EN HABIT DE FÊTES



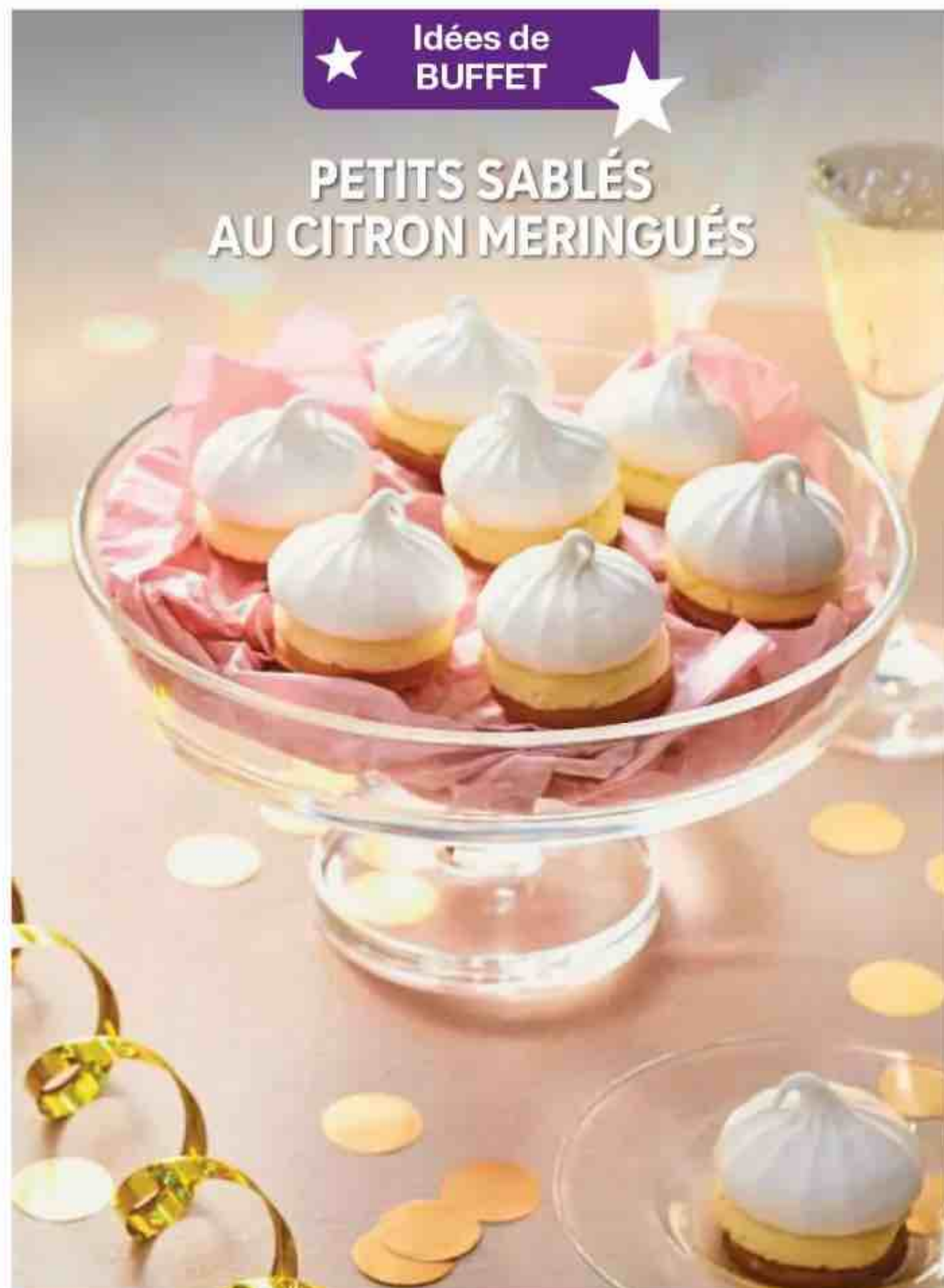
★ Idées de  
BUFFET ★

## COROLLES FESTIVES



★ Idées de  
BUFFET ★

## PETITS SABLÉS AU CITRON MERINGUÉS







## SANTÉ !

Parmi les consommateurs français de jus de fruits, 79,2 % préfèrent le JUS D'ORANGE, 53,4 % le jus de pomme et 37,5 % celui l'ananas, selon une enquête du Fruit Juice Science Centre de 2023.

Source : Rayon boissons.

## Salade en habit de fêtes

6 25 MN

◆ 150 g de magret de canard séché (en tranches) ◆ 125 g de mâche ◆ 125 g de mesclun ◆ 4 mandarines ◆ 2 pommes vertes (granny-smith) ◆ 2 oignons rouges frais • 1/2 citron ◆ 2 c. à soupe de vinaigre de cidre ◆ 6 c. à soupe d'huile d'olive ◆ 1 bouquet de cerfeuil, persil et ciboulette mélangés ◆ 4 tranches de pain de mie ◆ sel et poivre.

**Épépinez les pommes,** coupez-les en fins bâtonnets. Citronnez-les. Pelez les mandarines à vif, prélevez les suprêmes et coupez-les en deux. Récupérez le jus de découpe, mélangez-le avec le vinaigre et l'huile, salez et poivrez.

**Pelez et émincez les oignons.** Effeuillez et ciselez les herbes. Rincez et essorez les salades, mélangez-les avec les oignons, les pommes, les herbes et les suprêmes de mandarines. Ajoutez les tranches de magret, mélangez.

**Répartissez la salade dans de jolis contenants.** Toastez le pain de mie, découpez dedans des étoiles à l'aide d'un emporte-pièce. Nappez la salade de vinaigrette juste avant de servir avec les étoiles de pain de mie.



## PLUS DE SECRETS

Les MEILLEURS COINS À CHAMPIGNONS enfin dévoilés ! Le site Chasseursde champignons.com se sert d'un algorithme pour déterminer des zones favorables en fonction de la présence d'arbres, de l'acidité du sol, de l'altitude et de l'exposition.

## Velouté forestier

6 35 MN 40 MN

◆ 700 g de cèpes ◆ 300 g de châtaignes au naturel (en bocal) ◆ 2 échalotes ◆ 25 cl de crème liquide ◆ 6 œufs de caille ◆ 80 cl de bouillon de volaille ◆ 50 g de beurre ◆ 2 pincées de piment ◆ sel et poivre.

**Ôtez le bout terreux des cèpes,** nettoyez-les. Détaillez-en 3 petits en fines lamelles, coupez les autres en morceaux. Pelez et ciselez les échalotes, faites-les suer dans 30 g de beurre.

**Ajoutez les cèpes en morceaux,** mélangez 5 mn. Ajoutez 180 g de châtaignes et remuez 2 mn. Versez le bouillon, couvrez et laissez mijoter 25 mn à feu doux. Salez et poivrez. Mixez en incorporant la crème.

**Émiettez le reste des châtaignes,** faites-les revenir 2 mn avec les lamelles de cèpes dans le beurre restant. Faites cuire les œufs 1 mn 30 dans de l'eau bouillante salée. Écalez-les.

**Répartissez le velouté dans de jolis bols.** Ajoutez la poêlée cèpes et châtaignes et saupoudrez de piment. Ajoutez les œufs de caille et servez.



## BIENTÔT UNE IGP ?

Initiées il y a deux ans, les demandes d'IGP pour les CITRONS ET ORANGES DE CORSE doivent être bientôt transmises à l'Inao, avant un enregistrement européen courant 2026. La clémentine de l'île a son IGP depuis 2007, et le pomélo depuis 2014.

## Petits sablés au citron meringués

6 25 MN 15 MN 30 MN 6 H

◆ 120 g de farine ◆ 40 g de Maïzena ◆ 4 citrons ◆ 2 œufs + 1 jaune ◆ 12 petites meringues ◆ 150 g de sucre ◆ 310 g de beurre ◆ 1 feuille de gélatine ◆ 1 pincée de fleur de sel.

**Réhydratez la gélatine** dans de l'eau froide. Pressez 3 citrons. Fouettez 15 cl de jus avec les œufs et 90 g de sucre au bain-marie, jusqu'à épaississement. Incorporez la gélatine essorée, laissez tiédir 30 mn.

**Fouettez avec 90 g de beurre,** versez dans une poche à douille et placez 6 h au frais.

**Râpez le zeste du citron restant,** pressez-le. Mélangez la farine, la Maïzena, le reste de sucre et le sel. Ajoutez le beurre restant, travaillez en un mélange sableux. Ajoutez le jus de citron et le jaune d'œuf. Réservez 1 h au frais.

**Préchauffez le four à 150 °C.** Étalez la pâte, découpez-la en disques de la taille des meringues, placez-les sur une plaque couverte de papier cuisson. Enfourez 10 mn. Laissez refroidir. Garnissez de crème et déposez 1 meringue dessus.



## RAPIDE

Selon un sondage réalisé en septembre 2024, 61 % des Français rêveraient de PRÉPARER LEUR DÎNER EN MOINS DE 5 MINUTES, le temps moyen de préparation étant, les soirs de semaine, de 29 mn.

Source : Opinion Way pour Lustucru.

## Corolles festives

6/8 35 MN 30 MN

◆ 6 feuilles de brick ◆ 2 pâtes brisées ◆ 125 g de tarama ◆ 120 g de foie gras de canard mi-cuit ◆ 2 oignons rouges ◆ 20 cl de vinaigre balsamique ◆ 40 g de cassonade ◆ 1/2 citron bio ◆ 25 cl de crème liquide entière (très froide) ◆ œufs de truite ◆ huile d'olive ◆ sel et poivre.

**Préchauffez le four à 180 °C.** Huilez les feuilles de brick, coupez-les en carrés. Placez-les par 2 dans des moules à mini-tartelettes et lestez. Enfourez 5 mn, laissez refroidir.

**Râpez le zeste du citron.** Montez la crème en chantilly ferme, en ajoutant à la fin le tarama, le zeste et du poivre. Placez dans une poche à douille, garnissez-en les carrés et décorez d'œufs de truite.

**Découpez les pâtes** en disques de 5 cm de diamètre. Placez-les dans des moules à mini-tartelettes huilés, lestez. Enfourez 5 à 7 mn. Pelez et ciselez les oignons, faites-les suer 10 mn dans 1 filet d'huile.

**Ajoutez la cassonade,** le vinaigre, assaisonnez. Laissez compoter 10 mn, répartissez dans les fonds. Laissez refroidir, déposez des lamelles de foie gras et des baies roses.





## SABLÉS AUX FIGUES SÈCHES



## DONUTS GOURMANDS



## PETITS PAINS D'ÉPICES



## BISCUITS DE NOËL À LA GANACHE PRALINÉE







## DONUT SUPERSTAR

Le dessert américain est de plus en plus apprécié des Français. En 2023, 300 000 DONUTS ONT ÉTÉ VENDUS chaque jour en France, soit 19 % de la consommation de viennoiseries.

Source : FMCG Gurus, Fresh Baker.

## Donuts gourmands

6 personnes 20 MN 15 MN 1 H

◆ 120 g de chocolat noir pâtissier  
◆ 1 œuf ◆ 1 yaourt ◆ 70 g de beurre mou ◆ 3 c. à soupe de lait ◆ 340 g de farine ◆ 110 g de sucre ◆ 60 g de pistaches ◆ 60 g de fruits secs pralinés concassés type Pralin Vahiné ◆ 2 c. à soupe de cacao nature ◆ 2 c. à café d'extrait de vanille ◆ 1 c. à café de levure chimique ◆ 1 pincée de sel.

**Préchauffez le four à 180 °C.** Au robot, fouettez 1 mn le sucre, 45 g de beurre et l'extrait de vanille. Ajoutez l'œuf, battez 2 mn, puis ajoutez le yaourt, la farine, le cacao, la levure et le sel. Travaillez jusqu'à texture bien lisse.

**Répartissez la pâte dans des moules** à mini-donuts beurrés. Enfourez 15 à 20 mn, jusqu'à cuisson à cœur.

**Concassez le chocolat**, puis faites-le fondre dans le lait au micro-ondes. Trempez le dessus des donuts dedans.

**Concassez les pistaches.** Parsemez-en la surface des donuts. Dispersez le pralin dessus. Réservez environ 1 h au réfrigérateur afin de faire durcir le glaçage avant de servir.



## EN CHIFFRES

En 2023, la France occupait le 4<sup>e</sup> rang des producteurs de figues en Europe, loin derrière l'Espagne, l'Italie et la Grèce. Et c'est le département du Var qui assure 80 % de la production nationale.

Source : Chambres d'agriculture France.

## Sablés aux figues sèches

4 personnes 15 MN 1 H 20 MN

◆ 10 figues sèches ◆ 2 jaunes d'œufs  
◆ 160 g de beurre mou ◆ 200 g de farine  
◆ 85 g de sucre en poudre ◆ 50 g de poudre d'amandes ◆ 2 sachets de sucre vanillé ◆ 1 sachet de levure chimique  
◆ 1 pincée de sel.

**Travaillez dans un saladier les jaunes d'œufs**, les 2 sucres, le sel et le beurre pour bien amalgamer le tout. Ajoutez la farine, la poudre d'amandes et la levure, puis mélangez.

**Détaillez les figues en dés**, puis incorporez-les dans la préparation en mélangeant jusqu'à texture homogène. Façonnez en boudin, enveloppez-le de film alimentaire et réservez 1 h au réfrigérateur.

**Préchauffez le four à 180 °C.** Déballez le boudin et découpez-le en rondelles d'1 cm d'épaisseur. Posez-les sur une plaque couverte de papier sulfurisé.

**Enfourez 20 mn environ**, jusqu'à bien les colorer. Laissez refroidir avant de déguster.



## ALERTE

En 2050, il y aura une PÉNURIE DE CHOCOLAT sur la planète. En cause : le réchauffement climatique. La température moyenne aura augmenté de 2,1 °C et aura un impact sur la culture du cacao.

Source : National Oceanic and Atmospheric Administration.

## Biscuits de Noël à la ganache pralinée

6 personnes 30 MN 12 H 15 MN

◆ 350 g de farine ◆ 160 g de sucre glace  
◆ 25 g de cacao non sucré ◆ 240 g de beurre ◆ 2 jaunes d'œufs ◆ 120 g de poudre de noisettes ◆ 200 g de chocolat noir. **Pour la ganache :** ◆ 90 g de chocolat blanc ◆ 45 g de praliné ◆ 25 cl de crème fleurette.

**Préparez la ganache :** faites chauffer la crème avec le praliné. Cassez le chocolat en morceaux et faites-les fondre au bain-marie. Mélangez les deux préparations. Mixez, couvrez de film alimentaire et réservez 12 h au frais.

**Mélangez la farine, le sucre**, le cacao, le beurre en cubes, les jaunes d'œufs et la poudre de noisettes. Préchauffez le four à 180 °C. Répartissez la pâte dans des moules en silicone. Faites un creux dans la pâte et enfourez 12 mn environ. Démoulez à la sortie du four.

**Fouettez la ganache** au robot et faites fondre le chocolat noir. Garnissez les biscuits 2 par 2 avec la ganache, puis trempez-les dans le chocolat fondu.



## ÉCO-NOËL

Selon l'étude 2023 Holiday Season, les Français sont de plus en plus nombreux à modifier leurs traditions de Noël : 55 % METTENT EN PLACE DE NOUVEAUX RÉFLEXES ÉCORESponsables, notamment la simplification du repas de Noël pour 27 % des sondés.

## Petits pains d'épices

6 À 8 personnes 30 MN 12 H 10 MN

◆ 100 g de miel liquide ◆ 5 cl de jus d'oranges ◆ 150 g de beurre ◆ 320 g de farine de blé ◆ 100 g de farine de seigle ◆ 150 g de cassonade ◆ 1 crayon pâtissier blanc ◆ 1 c. à soupe d'épices à pain d'épices ◆ 3 pincées de bicarbonate de soude ◆ 1 pincée de sel.

**Commencez la recette la veille :** portez à ébullition le jus d'orange, la cassonade et le miel. Hors du feu, incorporez le beurre, le bicarbonate et le sel.

**Versez le mélange dans un saladier** résistant à la chaleur et laissez tiédir. Incorporez 300 g de farine de blé, celle de seigle et les épices. Couvrez de film alimentaire et réservez 1 nuit au frais.

**Terminez la recette le jour même :** préchauffez le four à 200 °C, abaissez la pâte sur le plan de travail fariné et détaillez-la en formes de votre choix avec des emporte-pièces.

**Déposez les formes sur une plaque** couverte de papier sulfurisé. Enfourez 8 à 10 mn, selon l'épaisseur des biscuits. Laissez-les refroidir sur une grille puis décorez-les à votre guise avec le crayon pâtissier.



# 12 idées de...

## sablés festifs

La recette de ces petites douceurs qui complètent les délices des menus de fêtes est simple à décliner. Customisez vos biscuits cuits avec fondant coloré, pâte à sucre, paillettes, stylo alimentaire...

Par Françoise de La Forest

À  
NOTER  
Placez la pâte  
au réfrigérateur  
30 mn avant  
de l'étaler.

### À la vanille

Mélangez 200 g de farine avec 100 g de beurre salé, 120 g de sucre, les graines d'1 gousse de vanille et 1 jaune d'œuf. Façonnez en boudin, détaillez en rondelles épaisses. Enfourez 12 mn à 180 °C.

### Sablés cadeaux

Préparez 300 g de pâte à sablés classique. Étalez la pâte finement, détaillez en petites portions à l'emporte-pièce. Saupoudrez de sucre cristal et percez un petit trou dans chaque sablé. Faites cuire 10 mn à 180 °C. Laissez refroidir, glissez 1 sablé dans le ruban des cadeaux ou faites-en une guirlande.

### À la crème de marrons

Préparez 300 g de pâte à sablés classique. Étalez et détaillez en disques. Évidez le centre de la moitié des découpes, puis dorez-les avec du jaune d'œuf et poudrez de sucre glace. Faites cuire 10 mn à 180 °C. Garnissez les bases de crème de marrons, collez les biscuits troués par-dessus.

### Aux amandes

Mélangez 180 g de farine avec 100 g de poudre d'amandes, 100 g de sucre, 100 g de beurre et 2 c. à soupe de lait. Étalez, détaillez avec un emporte-pièce étoile et incrustez 1 amande au milieu. Faites cuire 15 mn à 180 °C.

### Sapins verts

Mélangez 160 g de farine avec 25 g de pâte de pistaches, 110 g de beurre, 50 g de sucre glace et 1 c. à soupe de lait. Étalez la pâte, détaillez avec un emporte-pièce en forme de sapin et enfourez 12 mn à 180 °C.

### Au beurre salé

Mélangez 150 g de farine avec 100 g de beurre, 40 g de poudre d'amandes, 60 g de sucre et 1 jaune d'œuf. Étalez en couche moyenne, détaillez en disques, creusez légèrement le centre. Faites cuire 15 mn à 170 °C. Remplissez les creux de caramel au beurre salé, laissez durcir.

### Aux fruits confits

Mélangez 200 g de farine avec 100 g de beurre, 100 g de sucre, 130 g de morceaux de fruits confits et 2 c. à soupe de lait. Roulez en boudin et détaillez en tranches épaisses. Faites cuire 20 mn à 170 °C.

### Façon cookies

Mélangez 250 g de farine avec 1/2 sachet de levure, 150 g de beurre, 130 g de sucre et 100 g de chocolat blanc râpé. Disposez des boulettes sur la plaque du four et piquez de pépites de chocolat. Enfourez 12 mn à 180 °C.

### Bicolores

Préparez 300 g de pâte à sablés. Colorez une moitié de la pâte en rouge et la seconde en vert. Étalez les pâtes en rectangles fins de même taille, superposez-les et roulez en boudin. Coupez en tranches et enfourez 12 mn à 180 °C.

### À l'orange

Mélangez 230 g de farine avec 120 g de beurre, 1/2 sachet de levure chimique, 100 g de sucre, 1 œuf + 1 jaune et le zeste d'1 orange. Étalez en couche fine, détaillez à l'emporte-pièce. Enfourez 10 mn à 180 °C.

### Saveur pain d'épices

Mélangez 260 g de farine avec 130 g de beurre, 1 œuf, 50 g de sucre roux, 1 c. à soupe de miel et 1 c. à soupe d'épices à pain d'épices. Étalez la pâte finement, détaillez à l'emporte-pièce. Enfourez 10 mn à 200 °C.

### Au chocolat

Mélangez 140 g de farine avec 80 g de beurre, 4 c. à soupe de cacao, 2 c. à soupe de pralin, 4 c. à soupe de sucre glace et 1 jaune d'œuf. Étalez en couche fine, détaillez à l'emporte-pièce et faites cuire 10 mn au four à 180 °C.





IDÉES

CADRE



Plongez dans l'univers magique  
des fêtes et découvrez des  
idées qui allient originalité,  
élégance et chaleur humaine.







**1★ ROSE BONBON** Beka, Batry, concept 5 en 1 (une casserole avec couvercle de 16 cm de diamètre, une poêle à frire et une cocotte avec couvercle de 22 cm), tous feux, 129 €.

**2★ À COLLECTIONNER** Le Monde sauvage, plateaux Atari en métal émaillé, 18 € (10 x 15 cm) et 55 € (30 x 40 cm).

**3★ POUR RECEVOIR** CFCO, Oolong, coffret théière et ses 2 gobelets en grès, 85 €.

**4★ AIR FRY** Terraillon, Cook & Fry, 5 l avec un écran leds tactile proposant 8 programmes différents, 120 €.

**5★ HIT PARADE** Monoprix, Popolo, assiette « All I want for Christmas is you » en céramique, 24,99 € (Ø 20 cm).

# ATX



**6★ PASTEL** Staub, set de mugs en céramique, 6 pièces, 79,95 € (35 cl).

**7★ CRÉATIVITÉ EN CUISINE** Smeg, robot pâtissier sur socle Années 50 et accessoires, coloris vert d'eau, 399,99 €.

**8★ ROSE POUDRÉ** Villeroy & Boch, col. Perlemor Coral, 2 verres à eau, 17,90 €, petite assiette creuse, 17 € (Ø 11 cm).

**9★ MIGNONNERIE** Hoptimist, Bumble, en chêne, 49,95 € (taille M, Ø 8,5 x h. 9 cm).

**10★ AMATEURS DE BEAUX COUTEAUX** Déglon, coffret 3 pièces Sabatier, manche en bois d'olivier (couteau d'office, de cuisine (15 cm) et de chef (20 cm)), 278 €.

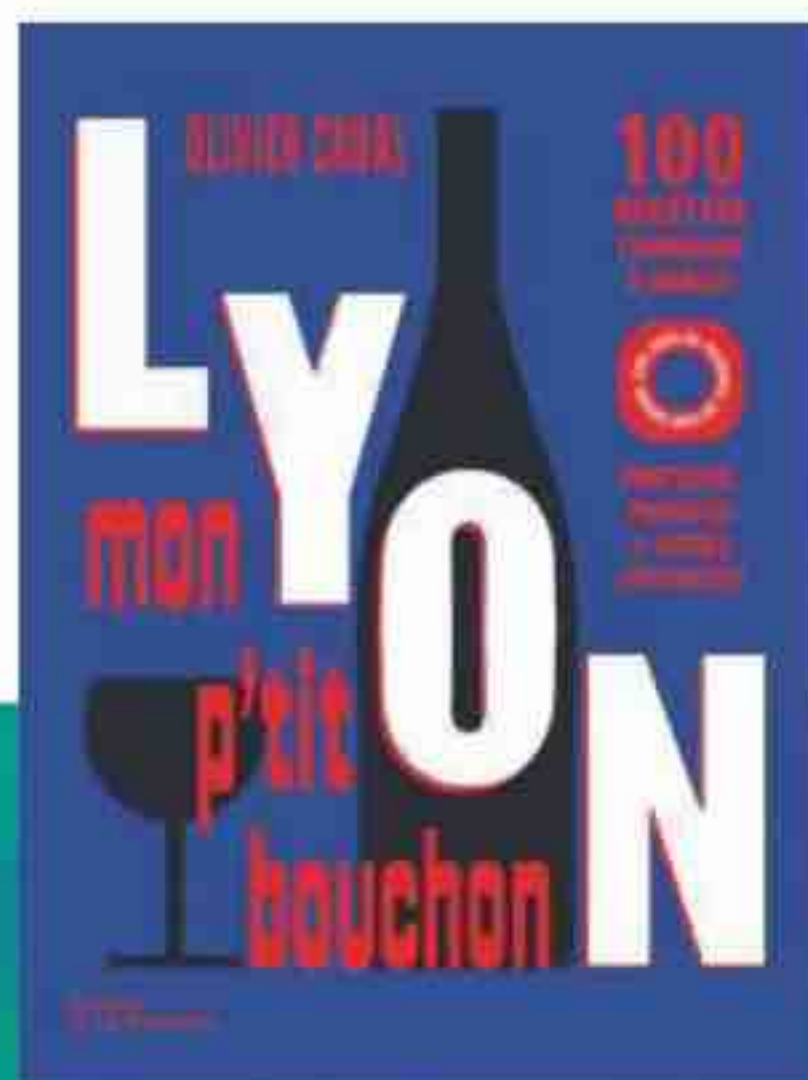
**11★ EN LIN** Maisons du monde, col. Good is beautiful, ensemble de deux serviettes, 14,99 € (L. 42 x h. 42 cm).

**12★ HYPER COMPACT** Kenwood, Mini-hachoir col. Multipro Go, 74,99 €.



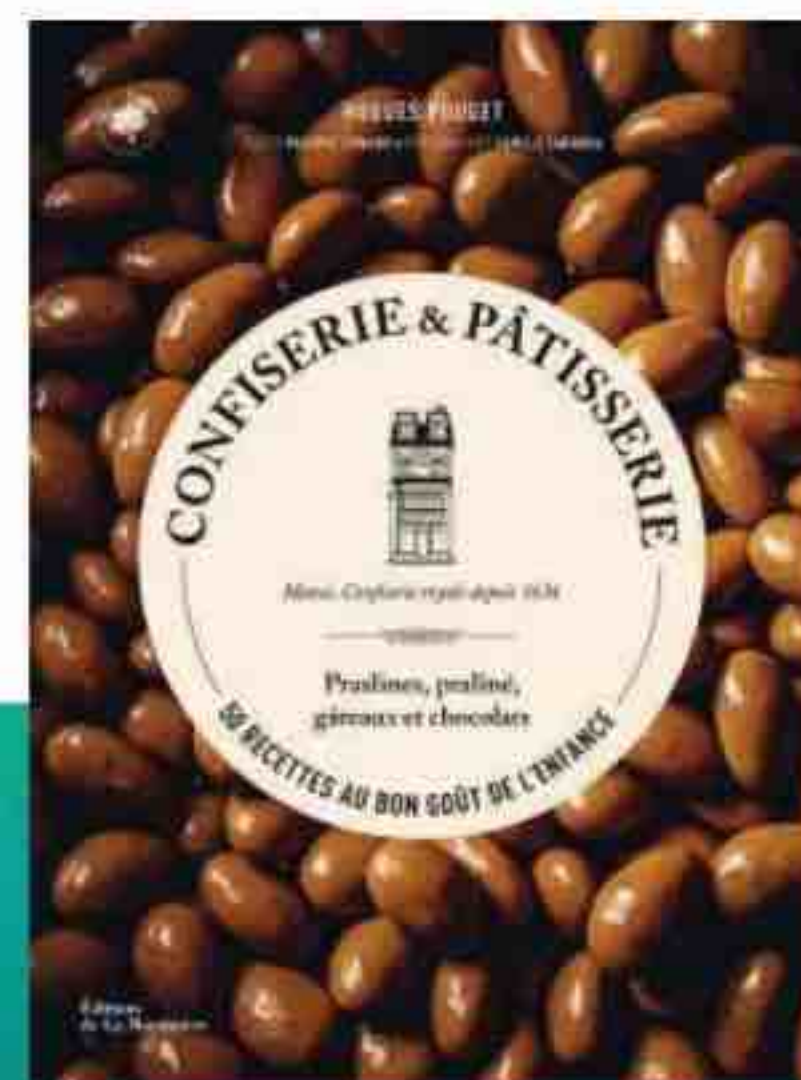
## LIVRES À DÉCOUVRIR

Partez en voyage culinaire avec cette sélection de livres à glisser sous le sapin.



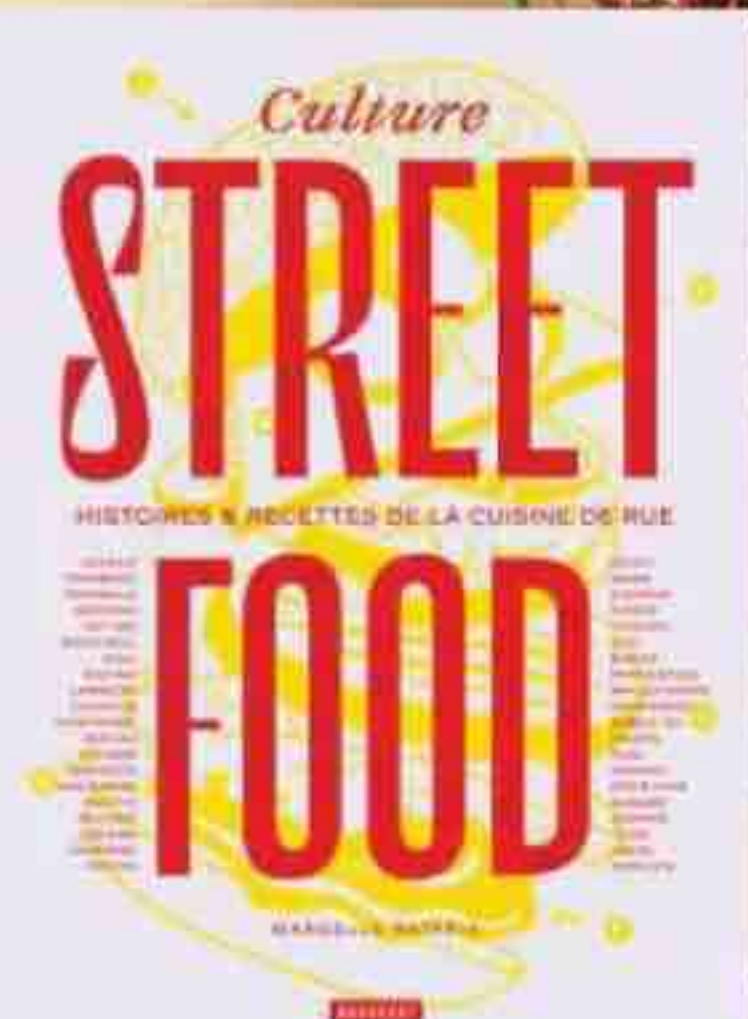
### 100 recettes lyonnaises

Olivier Canal, président de l'Association des bouchons lyonnais et chef à La Meunière, incarne à merveille cet art de vivre à la lyonnaise, où l'on peut pousser la porte d'un bouchon dès 9 heures du matin. (Re)découvrez des plats généreux à base d'abats, des classiques tels que la blanquette de veau ou le chou farci, sans oublier l' incontournable praline rose. « *Lyon, mon p'tit bouchon* », d'Olivier Canal, Éditions de La Martinière, 45 €.



### Souvenirs, souvenirs

Chacun de nous a sa madeleine de Proust, qu'il s'agisse d'une confiserie préférée, des goûters après l'école ou d'un mercredi après-midi chez mamie. Le champion de France du dessert 2003 nous invite à plonger dans ses souvenirs à travers des recettes savoureuses et délicieusement dégressives. « *Confiserie et pâtisserie – 50 recettes au bon goût de l'enfance* », d'Hugues Pouget, Éditions de La Martinière, 35 €.



### À s'en lécher les doigts

Embarquez pour un tour du monde des recettes issues des rues populaires de divers pays. Dans ce livre, vous découvrirez la véritable histoire du burger, les secrets bien gardés du kebab et du jambon-beurre... Avec des cahiers thématiques, des anecdotes savoureuses et des astuces sur les sauces, cet ouvrage culinaire est à explorer et à savourer. « *Culture street food* », de Marcelle Ratafia, éd. Marabout, 39 €.

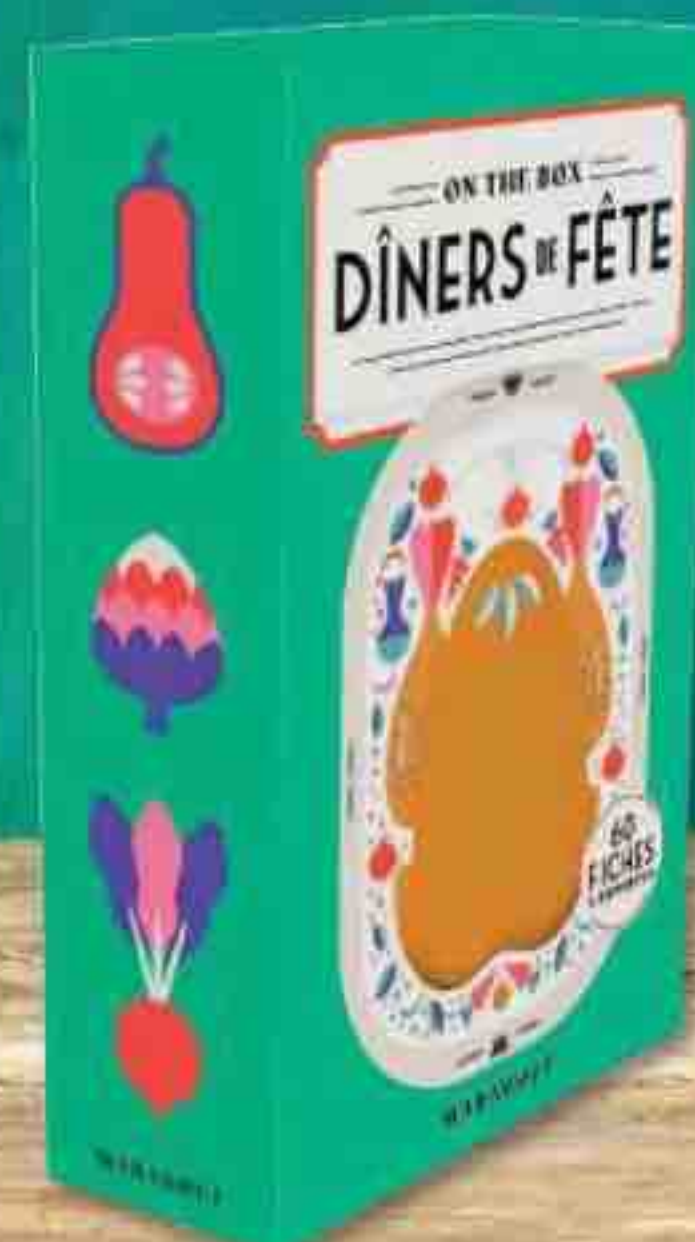


### Cuisine française

Une authentique célébration de la vie en famille et de la cuisine de saison, qui nous incite à redécouvrir les plaisirs simples de la table en revisitant avec brio les grands classiques de la cuisine familiale. « *Un déjeuner à la campagne* », de Trish Deseine, éd. Hachette Cuisine, 35 €.

### Super déco

50 recettes spécialement conçues pour les repas de fête, présentées sous forme de fiches pratiques et illustrées. Chaque fiche contient, au recto, toutes les informations indispensables à la réalisation de la recette, incluant le déroulé étape par étape, la liste des ingrédients et des conseils utiles. « *Dîners de fête* », col. « *On the box* », éd. Marabout, 12,90 €.





# NOUVEAU !



**Maxi** HORS-SÉRIE  
**Cuisine**

**Prélude festif**  
18 jolies idées apéritives

**Viandes, volailles, poissons** Nos plats savoureux pour émerveiller vos invités

**Tian de patates douces, butternut farcie...**  
Des garnitures tendance

**Le plateau de fromages**  
Tout un art !

**Bulles & vins tranquilles**  
Notre sélection raffinée

**DE MERVEILLEUX DESSERTS À PARTAGER**  
+ dans les coulisses de la chocolaterie Ducasse

Déllice de foie gras aux poires, page 26

**120** recettes à savourer

**DES FÊTES inoubliables !**

**3,90 € SEULEMENT**  
CHEZ VOTRE MARCHAND DE JOURNAUX

BEL. 4,50 € / P 928805 - CH 7,00 CHF / MDZ 07040 - LUX. 4,50 € - ITA. 4,90 € - ALL. 4,80 € - GRE. 4,80 € - MAR. 03 MAD - TUN. 6,90 TND - DOM A 0,40 € - DOM B 4,40 € - TOM A 1 450 XPF - TOM B 930 XPF - ZA A 5 800 CFA - ZA B 5 200 CFA

Encore plus d'idées festives avec  
ce hors-série de *Maxi Cuisine* !



## 10 trucs pour réussir tous vos plats de fête



Les bons gestes et petits secrets qui facilitent la cuisine de fin d'année. *Par Juliette Romance*

### Génoise réussie

Ce gâteau de base des bûches de Noël n'est pas si facile à réussir... L'astuce est de fouetter vivement les œufs avec le sucre jusqu'à ce qu'ils blanchissent, puis de faire tiédir le tout, sans cesser de battre, avant d'ajouter, hors du feu, la farine et le reste des ingrédients.



### Glaçage couvrant

Pour que le glaçage au chocolat n'apaise parfaitement une bûche et reste en place, faites fondre un peu de gélatine dans de la crème bien chaude et ajoutez-la au chocolat. Couvrez-en la bûche bien froide.

### Pointe de goût



Pour relever la saveur d'une tartinade ou d'un velouté un peu fade au dernier moment, ajoutez quelques fruits secs grillés puis hachés (noix, pignons). Ça marche avec tout !

### Gravlax rapide

Pour diviser le temps de marinade au gros sel du saumon par deux, demandez simplement à votre poissonnier de retirer la peau du filet.



### Caramel réparti

Napper uniformément le fond d'un moule à tatin n'est pas facile car le caramel fige rapidement. Pour faciliter la répartition, chauffez le moule au préalable, ou passez-le sous l'eau bouillante quelques secondes.



### Purée raffinée

La purée de céleris est un accompagnement de choix du gibier. Pour la sublimer, faites cuire les morceaux de céleris en remplaçant l'eau par 3/4 de lait et 1/4 de crème, puis saupoudrez de quelques pincées d'épices à pain d'épices.



### Volaille savoureuse

Si vous préparez pour les fêtes une volaille peu volumineuse, faites-la pocher dans un bon bouillon avant de la mettre au four. Cette technique de chef rend la chair incomparablement moelleuse. Attention, le bouillon doit frémir, pas bouillir.

### Choux congelés

Les petits choux maison peuvent être congelés, en prévision du dessert de fête. Pour qu'ils ne perdent pas leur consistance, passez-les quelques minutes au four et laissez-les refroidir avant de les garnir.



## 3 conseils fûtés pour une bonne farce

**1 Plus moelleuse :** il faut ajouter une portion de légumes, courge, champignons... Ils vont hydrater non seulement la farce, mais aussi la chair de la viande. On leur fait rendre leur eau au préalable, en les cuisant ou en les laissant dégorger.

**2 Bien cuite :** il arrive souvent que le cœur de la farce soit insuffisamment cuit. C'est pourquoi il est indispensable de précuire tout ou partie des ingrédients à l'avance, en particulier si le temps de cuisson de la viande (volaille, rôti) n'est pas très long.

**3 Bonne tenue :** un agent de liaison est essentiel pour que les composants de la farce soient amalgamés. Cela peut être de la mie de pain imbibée de lait, de l'œuf (blanc, jaune ou entier), mais aussi du riz, des graines de lin ou de chia.



# Abonnez-vous vite !



## OFFRE GASTRONOME

## 8 N° DE MAXI CUISINE



## 4 HORS-SÉRIES THÈMES



## 4 HORS-SÉRIES CUISINE FAMILIALE

**PLUS DE  
45%  
DE RÉDUCTION !**

**= 36<sup>€</sup><sub>,90</sub>**

**SEULEMENT**  
AU LIEU DE ~~67,92~~ €\*  
\*prix TTC

LES VERSIONS NUMÉRIQUE,  
AUDIO & PODCASTS **OFFERTS**

## bulletin d'abonnement

☐ **OUI**, je m'abonne à **Maxi Cuisine 8 N°**  
+ 4 hors-séries thématiques + 4 hors-séries Cuisine  
familiale pour **36,90 €** au lieu de ~~67,92€~~\* dont 10,92€  
de frais de livraison compris soit **45% de réduction !**

☐ Je préfère m'abonner pour 8 N° pour **18,90 €** au lieu de ~~31,56€~~\*\* dont 5,36€ de frais de livraison compris soit **40% de réduction, plus de 2 mois offerts** <sup>(1)</sup>

Mes coordonnées Mme ☐ M. ☐

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_

Adresse

Code postal      Ville

J'indique mon numéro de téléphone et mon mail (indispensable pour accéder aux versions numérique, audio et Podcasts) et pour le suivi de mon abonnement.

[illegible]

E-mail [info@hugoboss.com](mailto:info@hugoboss.com)

### Je choisis mon mode de règlement

POUR S'ABONNER C'EST FACILE !

+ RAPIDE

### ABONNEMENT PAR CARTE BANCAIRE EN LIGNE

Rendez-vous à l'adresse [www.abobauer.com](http://www.abobauer.com), renseignez le code express **MC177CB** dans l'emplacement ci-dessous :



Pour un paiement en douceur, vous pouvez payer en ligne par carte bancaire **en 2 fois sans frais.**

**abobauer.com**



**Flashez-moi  
pour vous  
abonner**

## ABONNEMENT PAR COURRIER

- 1 Je m'abonne en renvoyant ce bulletin d'abonnement avec mon règlement par chèque à l'ordre de **MAXI CUISINE** à : **MAXI CUISINE - 60643 Chantilly cedex**
- 2 Je recevrai dans un délai de 4 à 6 semaines, le premier numéro de mon abonnement à domicile.

Vous pouvez aussi vous abonner **par téléphone** au **01 58 10 34 47**

Réduction par rapport au prix de vente en kiosque de Maxi Cuisine : 6 numéros à 3,20 € et 2 numéros double été/noël à 3,50 €. Prix de vente de chaque hors-série Cuisine Familiale : 3,80 € et Maxi Cuisine HS : 3,90 €. Frais de livraison à domicile (frais postaux + routage), en moyenne 0,67 €/exemplaire Maxi Cuisine, 0,72 €/exemplaire Maxi Cuisine HS et 0,67 €/exemplaire Maxi hors-série cuisine soit (\*) 67,92 € pour 1 an - 8n° de Maxi Cuisine + les 8 hors-séries, prix de référence de Maxi Cuisine + les 8 hors-séries livrés à domicile) ou (\*\*) 31,56€ pour 1 an - 8n° de Maxi Cuisine, prix de référence de Maxi Cuisine livré à domicile. (1) par rapport au prix kiosque. Photos non contractuelles. Offre d'abonnement de Maxi cuisine réservée aux abonnés en France métropolitaine, valable 3 mois. Votre abonnement vous parviendra sous 4 à 6 semaines environ. En remplissant ce bulletin d'abonnement à des conditions promotionnelles vous acceptez de recevoir d'autres offres commerciales appropriées pour les magazines édités par Bauer Media France (Maxi, Maxi Cuisine...) ou pour des produits ou services de partenaires sélectionnés par Bauer Media France. Si vous ne le souhaitez pas, vous pouvez cocher la case ci-contre ☐ et des offres commerciales de nos partenaires, si vous ne le souhaitez pas, vous pouvez cocher la case ci-contre ☐. Conformément à la loi Informatique et Libertés du 6 janvier 1978 modifiée par la loi du 6 août 2004 et complétée par le règlement européen de protection des données personnelles vous disposez d'un droit d'accès, de rectification, de limitation et d'opposition concernant la collecte et le traitement des données vous concernant auprès de la société Edilis. Ces données sont conservées pendant la durée de l'abonnement souscrit et au-delà dans les limites de temps légales à l'issue desquelles elles seront détruites.



# comme un pro...

## Des ustensiles pour être au top en cuisine !



### Desserts de Noël

Guy Demarle, moule Ohra en silicone platinum, 12 formes, 46,90 €.



### Teinte chic

Le Creuset, Thym, faitout en fonte émaillée, 339 € (Ø 30 cm, 3,5 l).



### Pop

Opinel, Coffret Les Essentiels (couteaux d'office, cranté, légumes et éplucheur), 33 €.



### Fabrication artisanale française

Flexipan, moule bûche Nicolas Paciello, modulable grâce à un séparateur permettant de pâtisser 1 bûche pour 8 pers. ou 2 pour 4 pers. dans le même support, 39,90 € (26 cm).



### Gain de place

Joseph Joseph, poêle à frire Space antiadhésive en céramique avec poignée pliante, 129,99 € (Ø 28 cm).

### ADRESSES

**Échos gourmands, p. 6**  
La Chocolaterie Monbana, sur [Monbana.com](http://Monbana.com)  
Les Compagnons du goût, sur [Compagnonsdugout.fr](http://Compagnonsdugout.fr)  
Pukka, en GMS  
Réauté, sur [Reaute-chocolat.com](http://Reaute-chocolat.com)  
Staub, sur [Zwilling.com](http://Zwilling.com)

**Côté cave, p. 28**  
Beaumont des Crayères, cavistes  
Bestheim, cavistes  
Château de la Greffière, sur [Chateaudelagreffiere.com](http://Chateaudelagreffiere.com)  
Château Martinolles, sur [Martinolles.com](http://Martinolles.com)  
De Barfontarc, sur [Champagne-barfontarc.com](http://Champagne-barfontarc.com)  
De Cazanove, en GMS  
De Saint-Gall, sur [De-saint-gall.com](http://De-saint-gall.com)  
Jaillance, en GMS  
Mumm, en GMS  
Veuve Clicquot, en GMS  
Vranken, chez Leclerc  
Wolfberger, en GMS

**Made in France, p. 52**  
Lartigue, chez Monoprix  
Maison Godard, en GMS  
Maison Montfort, en GMS  
Plantin, sur [Truffe-plantin.com](http://Truffe-plantin.com)

**Côté cave, p. 54**  
Château de France, cavistes  
Domaine Borel-Besançon, cavistes  
Domaine Brusset, sur [Domaine Brusset.fr](http://Domaine Brusset.fr)  
Domaine des Corbillières, chez les cavistes  
Domaine Haute Perche, sur [Domainehauteperche.com](http://Domainehauteperche.com)  
Domaine Huber & Bléger, sur [Huber-bleger.fr](http://Huber-bleger.fr)  
Louis Latour, sur [Louislatour.com](http://Louislatour.com)  
Mouton Cadet, GMS  
Uby, cavistes  
Vignerons créateurs, sur [Vigneronscreateurs.com](http://Vigneronscreateurs.com)

**On craque pour, p. 74**  
Auchan / Delpy / Escal / Giraudet / Hénaff / Montfort / Petit Navire, en GMS  
Maison Barthouil, sur [Barthouil.fr](http://Barthouil.fr)  
Maison Lenôtre, sur [Lenotre.com](http://Lenotre.com)  
Maison Thiriet, sur [Thiriet.com](http://Thiriet.com)  
Monoprix : sur [Monoprix.fr](http://Monoprix.fr)  
Picard : sur [Picard.fr](http://Picard.fr)

**Escapade gourmande, p. 76**  
L'Empreinte des fées, à Champignol-lez-Mondeville, au 03 25 27 52 78 ou sur [Lempreintedesfees.com](http://Lempreintedesfees.com)  
Maison Fossier, à Reims, au 03 26 47 59 84 ou sur [Fossier.fr](http://Fossier.fr)

Maison Joseph Perrier, à Châlons-en-Champagne, au 03 26 68 29 51 ou sur [Josephperrier.com](http://Josephperrier.com)  
Infos tourisme, sur [Explore-grandest.com](http://Explore-grandest.com)

**Côté déco, p. 80**  
Actuel By Auchan, sur [Auchan.fr](http://Auchan.fr)  
Alinea, sur [Alinea.com](http://Alinea.com)  
Botanic, sur [Botanic.com](http://Botanic.com)  
But, sur [But.fr](http://But.fr)  
Conforama, sur [Conforama.fr](http://Conforama.fr)  
Gamm vert, sur [Gammvert.fr](http://Gammvert.fr)  
Gigi, sur [Gifi.fr](http://Gifi.fr)  
Maison E.Leclerc, sur [E.leclerc.com](http://E.leclerc.com)  
Maison E.Leclerc, sur [E.leclerc.com](http://E.leclerc.com)

**Cadeaux gourmands, p. 82**  
Boissier, sur [Maison-boissier.com](http://Maison-boissier.com)  
Bremond, sur [Maisonbremond.com](http://Maisonbremond.com)  
Cluizel, sur [Cluizel.com](http://Cluizel.com)  
Comtesse du Barry, en GMS  
Confiture parisienne, sur [Confiture-parisienne.com](http://Confiture-parisienne.com)  
Domaine de Leos, sur [Domaine de Leos.com](http://Domaine de Leos.com)  
Eataly, sur [Eataly.fr](http://Eataly.fr)  
Edwart Chocolatier, sur [Edwart.fr](http://Edwart.fr)  
La Belleloise, sur [Labelleloise.fr](http://Labelleloise.fr)  
La Chocolaterie Cyril Lignac, sur [Lapatisseriecyrillignac.com](http://Lapatisseriecyrillignac.com)  
La Maison du chocolat, sur [Lamaisonduchocolat.com](http://Lamaisonduchocolat.com)  
Le Comptoir de Mathilde, sur [Lecomptoirdemathilde.com](http://Lecomptoirdemathilde.com)

Le Nôtre, sur [Lenotre.com](http://Lenotre.com)  
Le Palais des thés, sur [Palaisdesthes.com](http://Palaisdesthes.com)  
Le Roy René, sur [Calisson.com](http://Calisson.com)  
Maison Pierre Marcolini, sur [Eu.marcolini.com](http://Eu.marcolini.com)  
Martin Pourret, chez Monoprix  
Pointe de Penmarc'h, sur [Pointedepennmarc.com](http://Pointedepennmarc.com)  
Weiss, sur [Chocolat-weiss.fr](http://Chocolat-weiss.fr)

**Cadeaux de Noël, p. 92**  
Beka, sur [Beka-cookware.com](http://Beka-cookware.com)  
CFOC, sur [Cfoc.fr](http://Cfoc.fr)  
Dégla, sur [Degla.com](http://Degla.com)  
Hoptimist, sur [Hoptimist.com](http://Hoptimist.com)  
Kenwood, sur [Kenwoodworld.com](http://Kenwoodworld.com)  
Le Monde sauvage, sur [Lemondesauvage.com](http://Lemondesauvage.com)  
Maisons du monde, sur [Maisonsdumonde.com](http://Maisonsdumonde.com)  
Monoprix, sur [Monoprix.fr](http://Monoprix.fr)  
Smeg, sur [Smeg.com](http://Smeg.com)  
Staub, sur [Zwilling.com](http://Zwilling.com)  
Terraillon, sur [Terraillon.com](http://Terraillon.com)  
Villeroy & Boch, sur [Villeroy-boch.fr](http://Villeroy-boch.fr)

**Comme un pro, p. 98**  
Flexipan, sur [Boutique.flexipan.eu](http://Boutique.flexipan.eu)  
Guy Demarle, sur [Boutique.guydemarle.com](http://Boutique.guydemarle.com)  
Joseph Joseph, sur [Fr.josephjoseph.com](http://Fr.josephjoseph.com)  
Le Creuset, sur [LeCreuset.fr](http://LeCreuset.fr)  
Opinel, sur [Opinel.com](http://Opinel.com)

## Maxi Cuisine

en versions numérique & audio

PRATIQUE ET RAPIDE



Flashez moi !

Toutes nos offres sur

[abobauer.com](http://abobauer.com)

Prochain numéro : sortie le 6 JANVIER 2025

Com'Presse remercie les marques qui contribuent à l'équipement de ses studios photo : **Électroménager** : Indesit • **Poêles et casseroles** : Beka  
**Couteaux** : Dégla • **Contenants** : Pebble • **Robots** : KitchenAid, Mathon  
**Vaisselle** : Céladon • **Cocottes** : Cookit • **Moules à pâtisserie** : Flexipan.



## LE GRUYÈRE AOP SUISSE, UNE SAVEUR UNIQUE DEPUIS 1115 !



Originaire de la région de la Gruyère, dans le canton de Fribourg où, depuis plus de 900 ans, les fromagers ont créé une véritable civilisation du fromage, Le Gruyère AOP suisse est élaboré artisanalement à partir de lait cru frais. 100% naturel et affiné de 5 à 18 mois, il offre des arômes subtils et une saveur unique. Sans lactose et sans gluten, Le Gruyère AOP suisse est aussi indispensable sur un plateau que délicieux en cuisine !

Disponible au rayon coupe en grandes surfaces ainsi que chez les détaillants fromagers. [www.fromagesdesuisse.fr](http://www.fromagesdesuisse.fr)

## ST HUBERT SECRET DE CHEF®

Pour célébrer son 120e anniversaire, St Hubert dévoile St Hubert Secret de Chef®, le nouvel allié des cuisiniers (exigeants). Que ce soit à la poêle, au four, en cocotte ou encore en papillote, St Hubert Secret de Chef® révèle des performances culinaires exceptionnelles et promet une cuisson réussie même à haute température, sans noircir, ni brûler. Sa texture malléable facilite son incorporation dans les appareils, promettant des pâtisseries gourmandes, des gâteaux moelleux et des biscuits croquants.



Disponible en grandes et moyennes surfaces.

St Hubert secret de Chef®, doux ou demi-sel, 2,40€ la barquette de 250 g.

## FAIRY CHOC GOURMANDES ET ENGAGÉES



Sur des principes d'équité, de justice sociale et de qualité, Carrefour Sensation lance FAIRY CHOC, des tablettes de chocolat engagées aux recettes aussi inattendues qu'irrésistibles ! Une soirée cinéma entre amis ou une pause gourmande au bureau, on craque pour la tablette chocolat au lait aux éclats de popcorn salés et caramélisés. Les amateurs de chocolat en quête d'expérience savoureuse et raffinée, choisiront la tablette chocolat noir aux éclats de bretzels, véritable délice à apprécier à tout moment de la journée !

Disponibles dans tous les magasins Carrefour.

Les tablettes Fairy Choc Carrefour Sensation, chocolat au lait aux éclats de popcorn salés et caramélisés, 2,69€ ou chocolat noir aux éclats de bretzels, 2,49€, la tablette. 0,10€ reversés pour contribuer à l'émancipation des femmes de cacaoculteurs.

## LES VINS DE LÉGENDE FLAKON

COFFRET DÉGUSTATION

Et si on pouvait déguster des grands vins à domicile pour s'initier plus facilement à l'oenologie ? C'est ce que propose Flakon, avec des coffrets découverte de grands crus sélectionnés grâce aux conseils avisés d'un comité d'experts reconnus (Meilleur Sommelier de France, Meilleur Ouvrier de France...).



Chaque vin est conditionné sous forme de flacon 100ml (l'équivalent de deux verres de dégustation) et doté d'une technologie brevetée afin de ne jamais en altérer les qualités organoleptiques. Pour Noël, ce coffret qui réunit 4 cuvées prestigieuses ne manquera pas de faire des heureux.

Disponible sur [www.flakon.fr](http://www.flakon.fr). Les Raffineurs et Nature & Découvertes. Coffret Les Vins de Légende Flakon comprend 4 flacons de vin 100ml, un livret de présentation et un carnet de dégustation, 79€ (ou offre abonnement 65€ tous les 2 mois).

## DU NOUVEAU POUR CÉLÉBRER LES ROIS !



Découvrez l'alliance gourmande des pépites de chocolat et des écorces d'oranges confites dans notre nouvelle couronne des Rois La Fournée Dorée. Sa recette avec des œufs frais et de la farine de blé française offre un moelleux incomparable. Confectionnée dans nos ateliers en France, cette couronne est idéale pour célébrer l'Épiphanie.

Disponible en grandes et moyennes surfaces.

Couronne des Rois Chocolat Orange La Fournée Dorée, 3,39€.

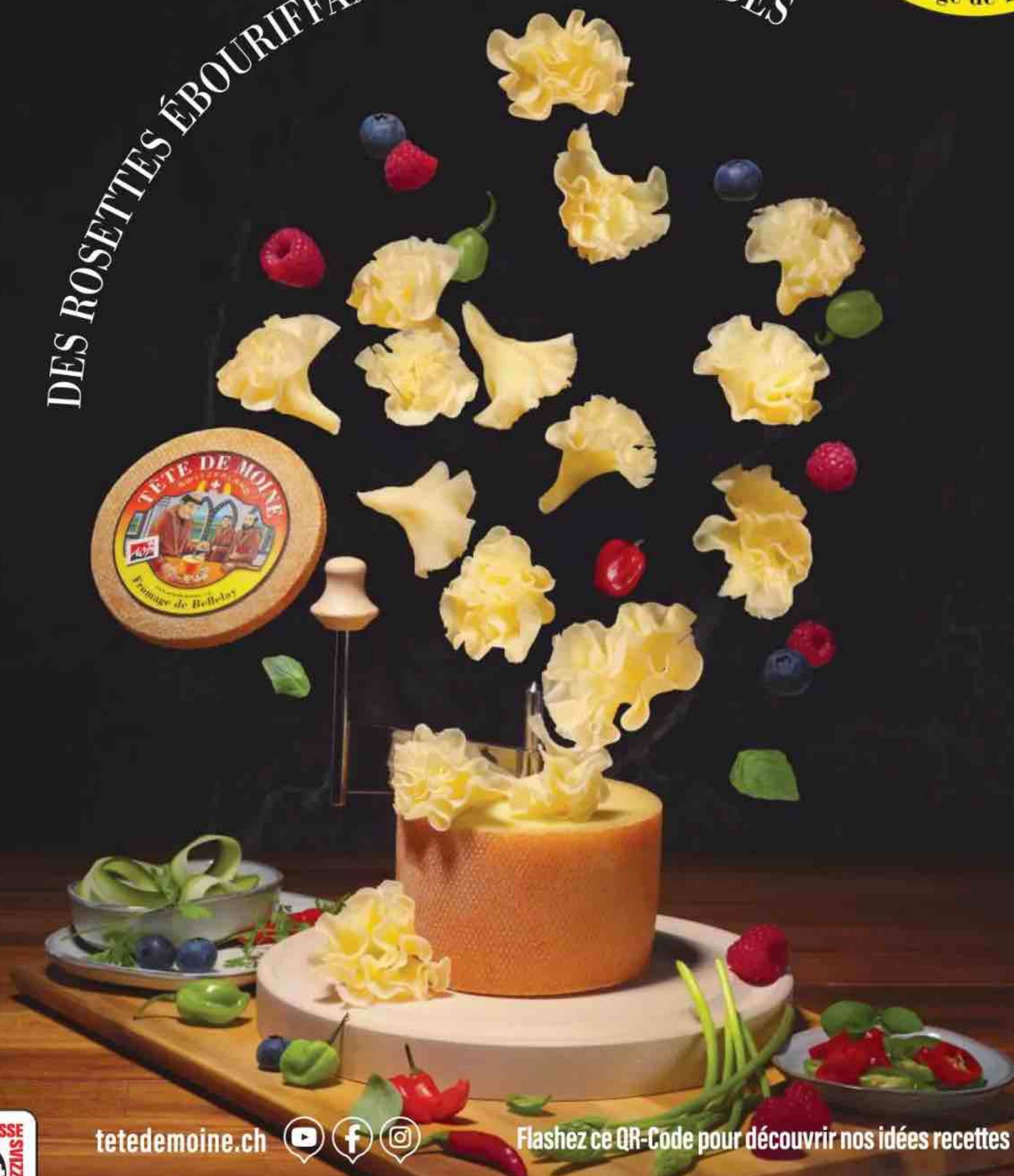


LA FINE FLEUR DU JURA SUISSE

JUSTE UNIQUE



DES ROSETTES ÉBOURIFFANTES ET GOURMANDES



ROSSI CONSEIL - RCS PARIS B 422 496018 - Juillet 2024



tetedemoine.ch



Flashez ce QR-Code pour découvrir nos idées recettes



Suisse. Naturellement.



**Les Fromages de Suisse.**  
 www.fromagesdesuisse.fr



POUR VOTRE SANTÉ, MANGEZ AU MOINS CINQ FRUITS ET LÉGUMES PAR JOUR  
 www.mangerbouger.fr