

SAVEURS

LE MAGAZINE DE L'ART DE VIVRE GOURMAND / NUMÉRO 313 / AVRIL 2025 / 5,95 €

64
RECETTES
INÉDITES

CRÉATIF

**Le yaourt réinvente
nos recettes salées
et sucrées**

**ÉPAULE
D'AGNEAU**

**LE MORCEAU
LE PLUS FONDANT
DU PRINTEMPS**

Brochettes de lotte
à la pancetta

Poissons, viandes, charcuteries...

TERRE & MER
DES ACCORDS À DÉCOUVRIR!

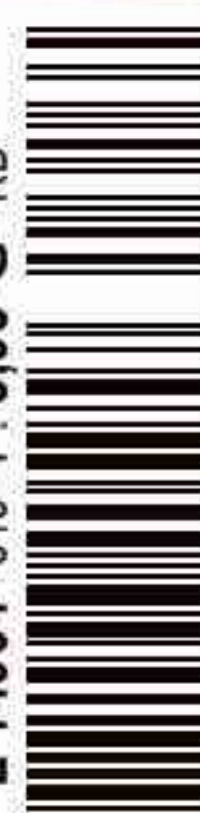


**TARTE FRAISE
RHUBARBE**
**UN CLASSIQUE
IRRÉSISTIBLE!**

**MAGALI ET
JEAN SULPICE**
Un duo à la ville
comme en cuisine

**LE JAMBON
JABUGO**
Les secrets d'un
grand cru ibérique

L 14964 - 313 - F: 5,95 € - RD



BurdaBleu

ON SAIT OÙ TROUVER LE TOP DU TOP DES PRUNEAUX D'AGEN:



3.99€

500 g (7.98 € le kg)

À AGEN

Oui c'est évident. C'est en élaborant nos produits régionaux 100% français, avec des PME locales et dans le respect du savoir-faire traditionnel, que nous pouvons vous proposer le meilleur de la gastronomie de nos régions. Et ça toujours à prix discount, évidemment.



LA MEILLEURE QUALITÉ
À PRIX DISCOUNT

ALDI Centrale d'achat et Cie SCS - RCS Meaux 378 569 040 00041. Dammartin-en-Goële. Infos sur ALDI.fr

POUR VOTRE SANTÉ, MANGEZ AU MOINS CINQ FRUITS ET LÉGUMES PAR JOUR. WWW.MANGERBOUGER.FR

UN RIZ AU LAIT PEUT EN CACHER UN AUTRE...

Un dessert lacté totalement régressif, addictif... j'ai nommé le riz au lait. Et les restaurants ne s'y sont pas trompés : de plus en plus en proposent à leur carte, chacun avec sa petite touche. Certains le servent dans une jatte avec une louche, comme chez Savy, rue Bayard à Paris, d'autres avec des garnitures encore plus gourmandes, comme celui de Christian Etchebest dans ses Cantines du Troquet, avec son coulis de caramel, noisettes caramélisées et madeleine. Mon amie Anne, qui voue une véritable passion à ce dessert, me confiait récemment qu'elle rêvait de retourner à New York juste pour le bar à riz au lait « Rice to riches » et ses dizaines de recettes. « Butterscotch Boulevard », « Coconut Coma » ou « Chocolate Chip Flirt », les noms des créations attirent presque autant que les saveurs : coco, cannelle, cookies Oreo, rhum-raisins, mais aussi cheese-cake, café-framboises-chocolat, cerises-mascarpone, chocolat noir-mini-marshmallows-amandes toastées... Comme chez les glaciers, on peut choisir une ou plusieurs saveurs, mais aussi des toppings : crumble au café, fruits secs, cubes de quatre-quarts toastés... Sans aller jusque-là, nous avons nous aussi eu envie de twister ce dessert ultra-fédérateur, doux comme un câlin. Et vous, quelle est votre version préférée ?

Carole Garnier
Directrice de la rédaction

Cannelle, vanille, pistache...
piochez des idées p. 58 !

NOS ENGAGEMENTS ÉDITORIAUX

Plus de 90 % des recettes de chaque numéro de *Saveurs* sont totalement inédites, réalisées pour vous !

Notre ADN : suivre le rythme des saisons, capter les dernières tendances culinaires, découvrir les ingrédients en vogue... afin de toujours explorer de nouveaux goûts et horizons, et que vous ne fassiez jamais deux fois la même recette !

Notre secret : une équipe de passionnés. Des chefs invités, des auteurs culinaires (ex-restaurateurs, titulaires de CAP cuisine et pâtisserie...) qui imaginent des chefs-d'œuvre de gourmandise, des assistants qui veillent au grain, des photographes en quête de la meilleure lumière pour sublimer ces créations, des journalistes œnophiles qui composent les accords mets et vins... Plus de 20 personnes s'y attellent pour chaque numéro !

Notre promesse, c'est aussi de vous offrir un beau magazine que vous aurez envie de conserver et de relire, avec un papier de qualité (et recyclé pour partie !) et un format généreux pour vous donner l'envie de réaliser nos recettes !

Merci pour votre fidélité et de nous permettre de continuer à vous proposer un contenu de qualité.

SOMMAIRE

SAVEURS N° 313

Avril 2025

AMUSE-BOUCHES

News p. 6 **Restos et bistrots** p. 10
Livres à croquer p. 12 **Innovations** p. 14
Art de vivre p. 16

SAVEURS À PARTAGER

18 MENUS DE SAISON

Sur nos tables d'avril. Place à la fraîcheur, avec des recettes foisonnant d'herbes aromatiques ! Plan B : des plats prêts à l'avance pour profiter à plein de ses convives.

26 FLACONS CHOISIS

Des whiskys maturés en fûts de vin. Un mariage heureux, révélant une palette aromatique riche et fruitée.

28 GOURMET **EN COUVERTURE**

Les accords terre et mer. Osez inviter charcuterie et viandes aux côtés des produits de la mer. Et découvrez le juste équilibre entre leurs saveurs contrastées.

38 EN PRATIQUE **EN COUVERTURE**

Le yaourt en cuisine. Il glisse son onctuosité dans nos recettes, de l'entrée au dessert. Mais lequel choisir, pour quel rôle ? On vous dit tout.

44 TENDANCES VINS

Les vins volcaniques. De l'Auvergne à la Grèce, tour du monde de ces vins insolites.

48 CHEZ MON BOUCHER **EN COUVERTURE**

L'épaule d'agneau. Farci, roulé, en effilochée... le morceau le plus tendre du printemps se met en quatre pour nous régaler.

54 L'ATELIER DU PAIN

Les rugelachs. Des petites viennoiseries entre croissant et biscuit parfumées à la cannelle.

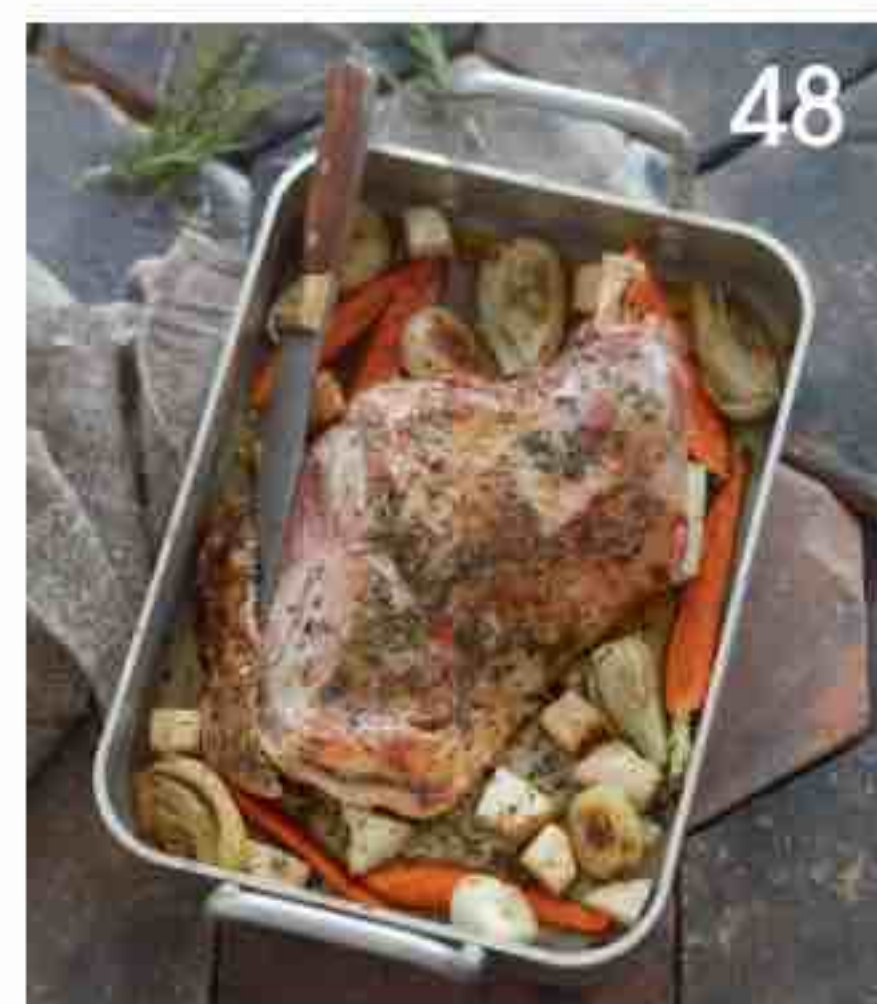
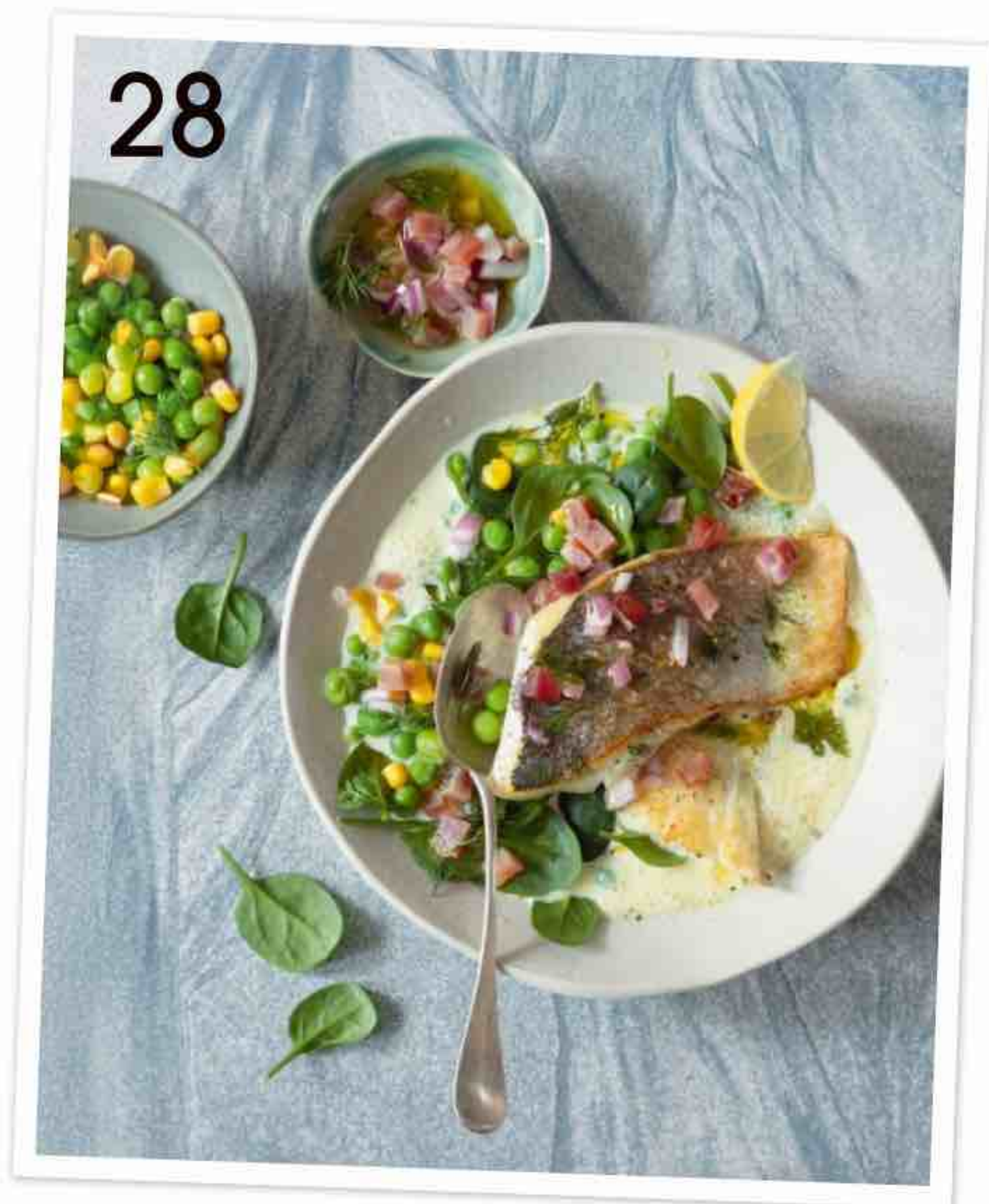
56 LE DESSERT DU DIMANCHE

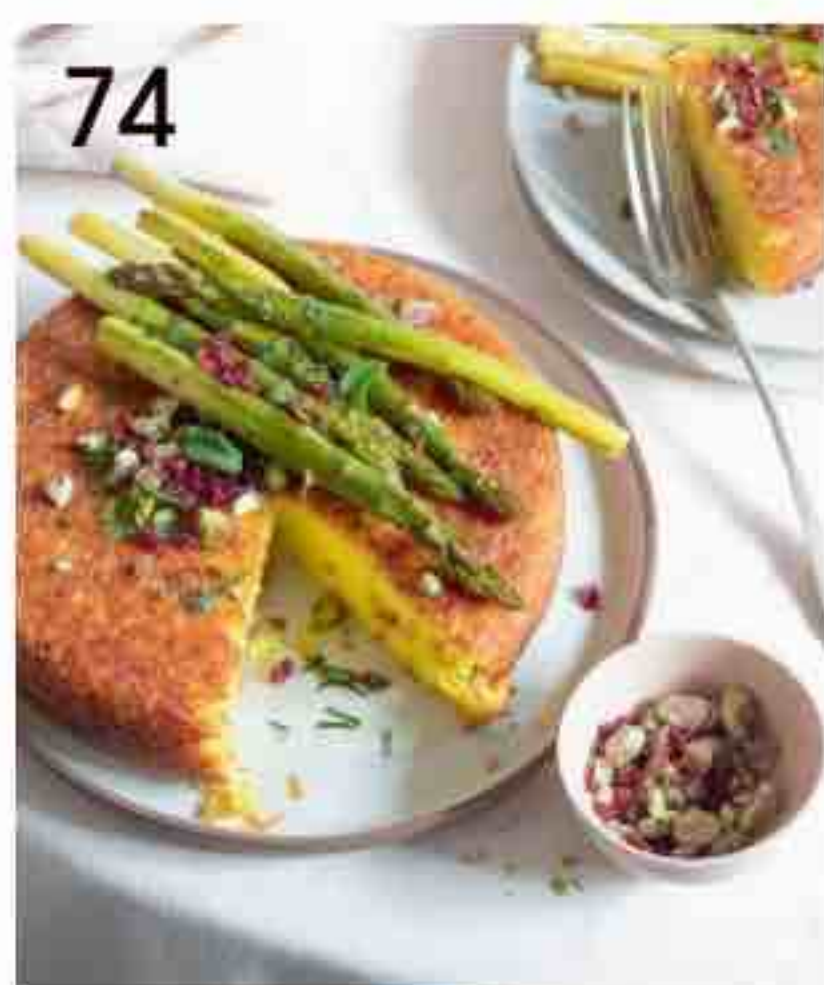
Cake vanille-chocolat, caramel au café. Une douceur déstructurée qui change tout.

58 VERSION TRADI, VERSION CHEF

Le riz au lait. Si ! Ce délice régressif est aussi délicieux dans une version raffinée.

**Prochain numéro
en kiosque le 18 avril.**





74



88

SAVEURS DE CHEF

62 PORTRAIT DE TALENTS **EN COUVERTURE**

Magali et Jean Sulpice. À l'Auberge du Père Bise, près d'Annecy, le duo joue la partition de l'audace et de l'excellence.

66 GESTES DE PRO

Épinards et compagnie. Inutile d'avoir la main verte pour les cuisiner : suivez le guide.

70 DESSERT DE PRO **EN COUVERTURE**

Douceur fraise-rhubarbe. Une version moelleuse de cette alliance acidulée, par le chef pâtissier Carl Marletti.

SAVEURS DU MARCHÉ

74 CHEZ MON PRIMEUR

Dans ma cagette, il y a des petits pois, des blettes, des asperges, des fraises et de la menthe.

78 NI VIANDE NI POISSON

Les cacahuètes. On profite de ces championnes protéinées dans deux recettes veggie gourmandes.

84 ALIMENTATION DURABLE

Le miel. Souvent imité, jamais égalé, le nectar n'est pas toujours aussi naturel qu'on le croit.

SAVEURS D'ICI

88 ZOOM

La chicorée. Vous la connaissez en boisson chaude ? Découvrez-la dans des recettes originales !

SAVEURS D'AILLEURS

94 VOYAGER

De Québec à Charlevoix. Prêts pour une balade en traîneau à chiens ? Embarquement immédiat pour déguster les spécialités de nos cousins canadiens.

104 LE HAUT DU PANIER **EN COUVERTURE**

Jabugo. Un jambon AOP, trésor de l'Andalousie.

108 L'ITALIE DE LAURA

Le menu de Pâques. Tarte aux fèves, lasagnes aux courgettes et ricotta, couronne calabraise... C'est la fête !

114 L'ASIE D'ORATHAY

Crêpes de printemps. Suivons Orathay dans sa cuisine pour célébrer le retour des beaux jours.

116 LECTURE GOURMANDE

La cuisine marocaine des sœurs Tazi. Aïda et Kenza partagent leurs recettes chargées de traditions.

GARNITURES

Nos offres d'abonnement p. 61 et 73

Index des recettes du numéro p. 121

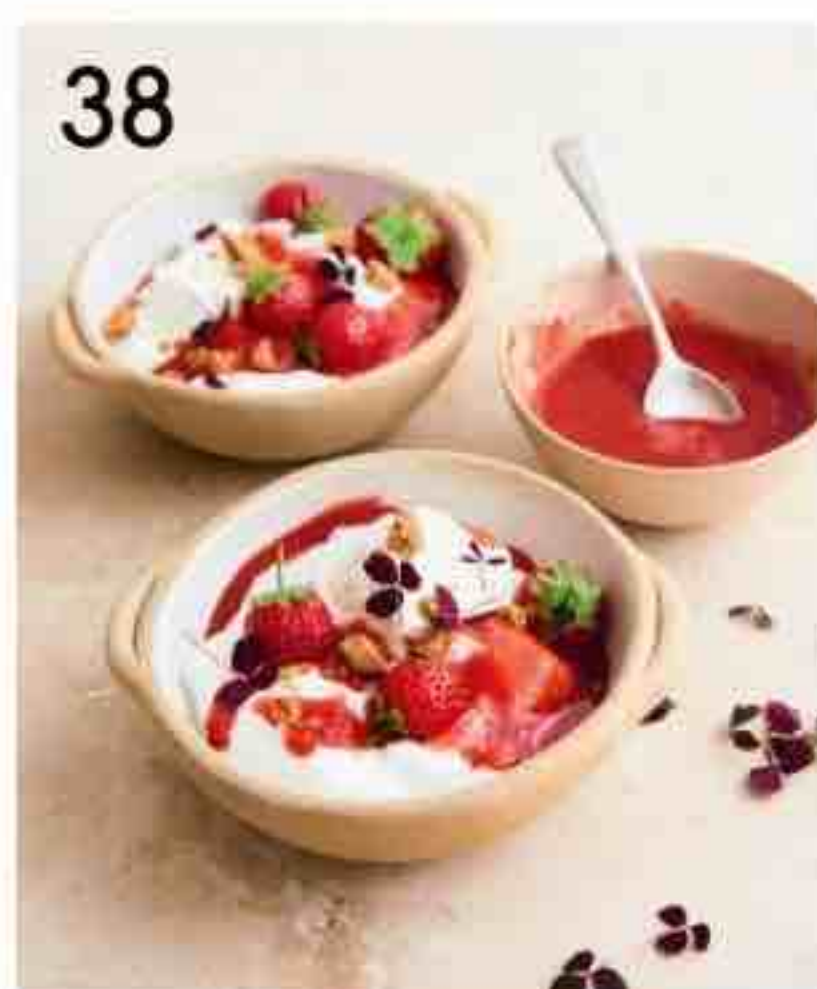
Carnet d'adresses p. 122



© Franck Juery



104



38

Pâques en fête !

Notre sélection de créations pour petits et grands gourmands, qui n'enchantent pas que les pupilles !

Prestige

Ce gigantesque œuf (35 cm de haut et 2,5 kg) est une ode à la douceur du printemps. Composé d'une coque extérieure en chocolat blanc, il est orné de fleurs fabriquées à partir de macarons Eugénie et de fruits secs enrobés de chocolat. À l'intérieur : un lapin en chocolat au lait et à la guimauve.

Œuf signature du chef pâtissier Julien Alvarez, Ladurée, 320 €.



© Laurent Rouvrais

Cloche mythique

En hommage à la rénovation de Notre-Dame de Paris, cette cloche du carillon a été façonnée dans un chocolat noir intense à 70 %. Elle dévoile des notes de praliné aux amandes, associées à du caramel à la fleur de sel, et contient des amandes Valencia entières caramélisées.

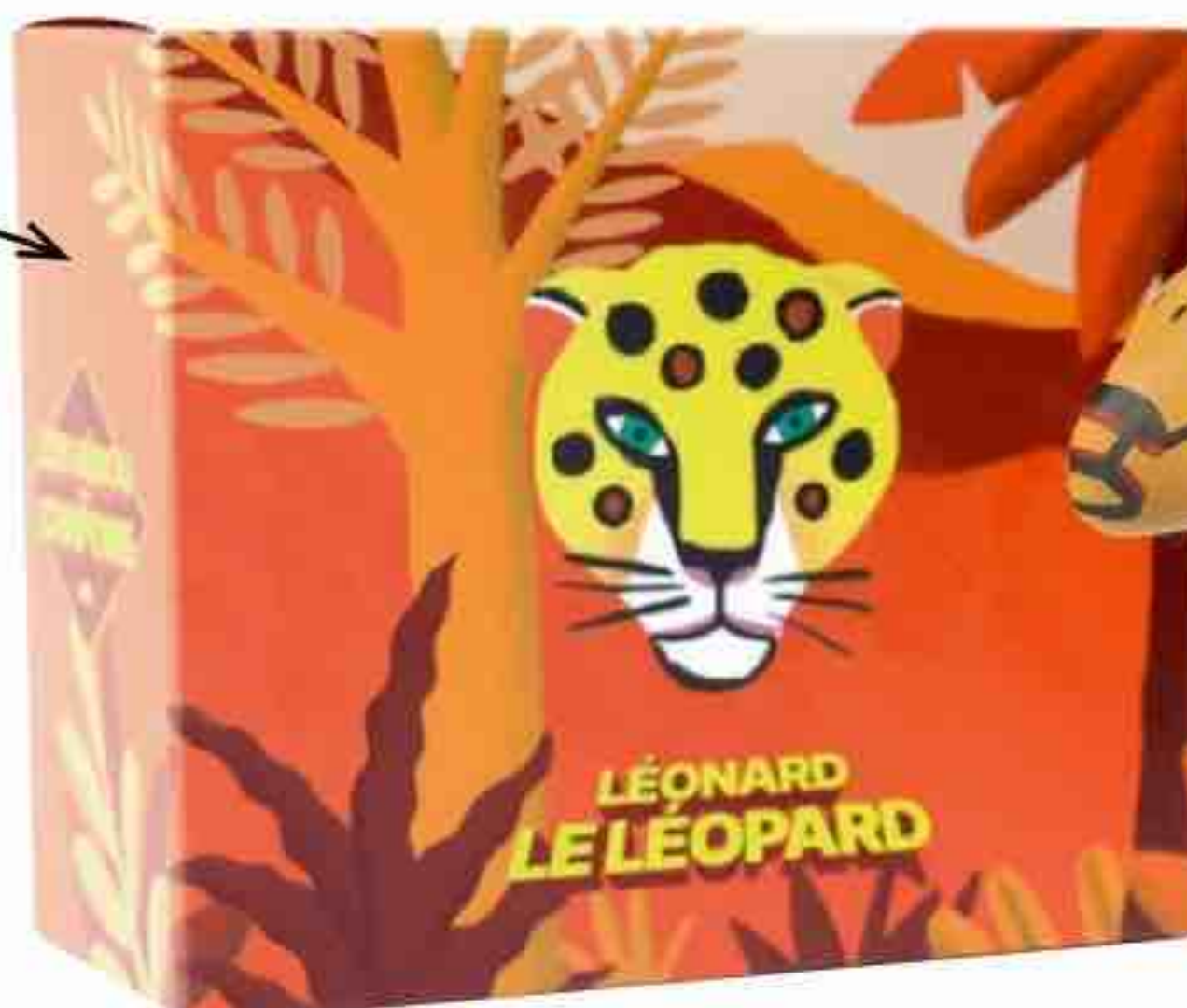
Cloche Amandine, 230 g, Lenôtre, 45 €.



Grand fauve

Réalisé à partir de chocolat au lait d'origine Équateur, ce léopard est garni de fritures en chocolat noir (75 %) et lait (52 %) pure origine Papouasie. Trois autres animaux accompagnent Léonard : Suzy la zébrille en chocolat blanc, Zoé le bonobo en chocolat au lait équateur et Bob l'ours en chocolat noir.

Moulage Léonard, Chapon, 55 g, 19 €.



On en pince pour lui!

Ce homard se pare de chocolat noir à 65 % aux notes boisées. Sous sa carapace, il cache des œufs au praliné en papillote, des fritures au praliné et des fritures sèches.

Homard Ferdinand, 365 g, À la Mère de Famille, 47 €.



© Hervé Goluzza

Exotique et vegan

Comme un écho aux terres d'origine du cacao, les chefs Yannick Alléno et Aurélien Rivoire proposent un œuf d'esprit tropical, dont la coque finement ciselée a été réalisée en chocolat au lait végétal. Sous la coque, du confit d'ananas et des morceaux d'ananas cristallisé.

Œuf ananas, Alléno & Rivoire, 80 €.



© Laurent Fau

Drôle d'oiseau

Arnaud Larher, Meilleur Ouvrier de France, décline une farandole d'animaux gourmands. On craque pour ce perroquet à l'air farfelu, en chocolat blanc à 34 % décoré de chocolat rubis. À l'intérieur? De petites fritures en chocolat.

Kim le perroquet, 140 g, Arnaud Larher, 35 €.



© Macpro 4

À vos pinceaux!

Lapin, mais aussi licorne, dinosaure et chat n'attendent qu'un coup de pinceau pour prendre des couleurs. Il suffit de faire fondre les préparations de beurres de cacao teintés, et de laisser les petits personnaliser leur animal au gré de leurs envies (pinceau fourni dans le coffret).

Animaux à peindre, Le Comptoir de Mathilde, 21 € les 200 g.



Estampillées sans pesticides,
les tomates Prince de Bretagne se croquent
les yeux fermés.

Les tomates Prince de Bretagne 100 % sans pesticides

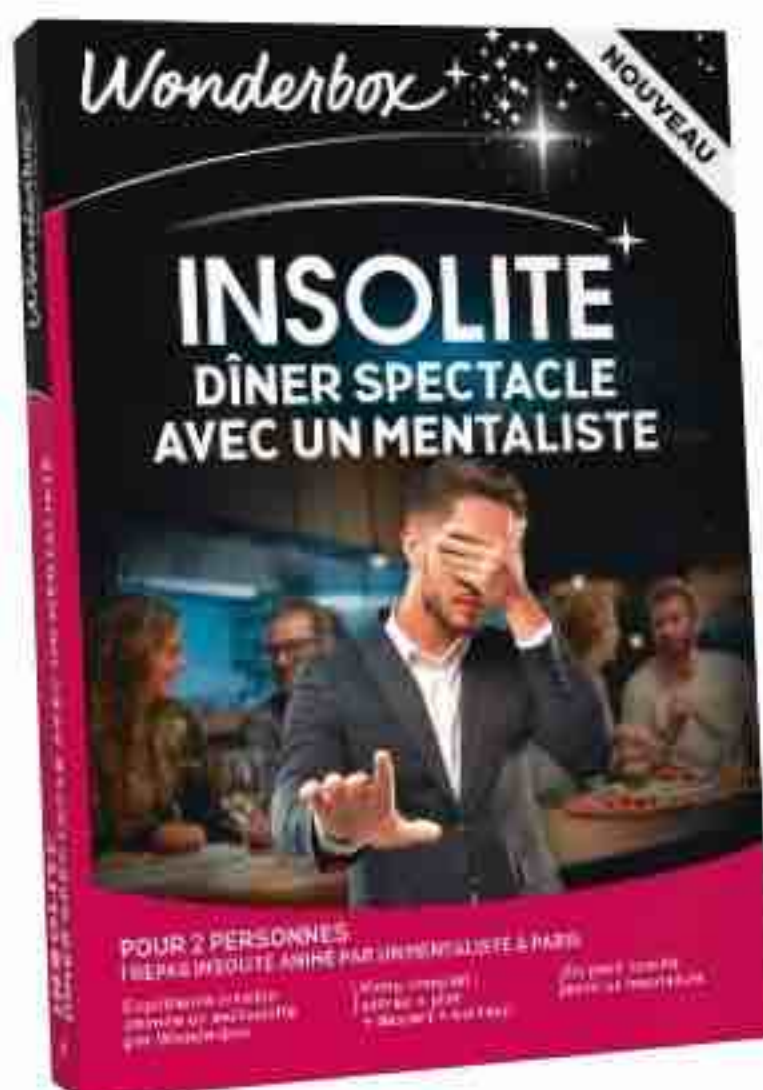
Depuis le début de l'année, les producteurs de tomates engagés au côté de Prince de Bretagne renoncent à tout pesticide de synthèse, pour s'orienter vers des méthodes de lutte biologique. Par exemple, en faisant appel à des insectes capables de maîtriser les principaux ravageurs de cultures, ou des techniques de protection intégrée (prévenir l'apparition des maladies et des ravageurs, process de lutte non chimiques...). La démarche garantit l'absence de résidus de pesticides (sous contrôle d'un organisme indépendant) avec une teneur inférieure à 0,01 mg par kg, soit la limite mesurable par les outils actuels.

Gamme Cultivées sans pesticides, Prince de Bretagne.

Dîner avec un mentaliste

Spécialiste des expériences gastronomiques insolites ou dans des cadres dépaynants (dîner dans l'obscurité, dîner croisière, rooftops et apéros...), le groupe Wonderbox, qui a fêté ses 20 ans, innove avec un coffret inédit. Ici, ce n'est pas le contenu de l'assiette qui importe, mais bien ce qui se passe autour des tables: au premier étage d'un restaurant italien, quelques tables de convives profiteront, le temps d'un dîner, de l'intervention d'un mentaliste, en « close up » (tour présenté à chaque table, à quelques centimètres des spectateurs). Bluffant!

Insolite, Dîner spectacle avec un mentaliste, repas (entrée, plat, dessert, boisson) pour 2 personnes: 159,90 €.
Uniquement à Paris (et le lundi soir) pour le moment.



© Aurelio Rodriguez

La soupe VGE fête ses 50 ans!

Nous sommes en 1975. Paul Bocuse reçoit une lettre de l'Élysée lui annonçant que le Président souhaite lui remettre la légion d'honneur. Mais il s'agit d'une farce imaginée par l'un de ses amis. Informé, Valéry Giscard d'Estaing joue malgré tout le jeu et récompense le chef quelque temps plus tard. Un déjeuner est alors organisé à l'Élysée, et le Président demande à Paul Bocuse d'y servir une recette d'exception. Le chef imagine alors ce consommé de bœuf, truffes et foie gras, servi dans une soupière scellée d'un feuilletage. Attention, si vous voulez la goûter: longtemps proposée toute l'année au restaurant Paul Bocuse, elle n'est désormais plus servie qu'en pleine saison de la truffe, de début décembre à fin février...



Nouveau!



**Découvrez l'application
Saveurs: Recettes de Saison**

À chaque numéro, vous pourrez désormais scanner un QR code avec l'appareil photo de votre smartphone (ou sa fonction « Scanner un QR code ») pour télécharger l'application « Saveurs: Recettes de Saison » (dans l'App Store ou le Google Play Store).
Vous y découvrirez plus de 10000 recettes: une base indispensable pour imaginer tous vos menus!



Bio bleud

Cuisinons ensemble !

PÂTE À TARTE AUTHENTIQUE

Toutes les saveurs des ingrédients bio, nobles et bruts révélées dans notre Pâte feuilletée pur beurre. Nous défendons l'idée du « comme à la maison », garant de notre savoir-faire artisanal.



FARINE MULTICÉRÉALES
BLÉ, SEIGLE & ÉPEAUTRE



99,5% D'INGRÉDIENTS
FRANÇAIS



FABRICANT BIO, BRETON
ET ENGAGÉ



Nos recettes et astuces



www.biobleud.fr   
EXCLUSIVEMENT EN MAGASIN BIO

Tarte feuilletée poire,
chèvre et miel



BIOBLEUD SARL, Ploudaniel | 450 266 986 R.C.S Brest, capital social 120 400€

RESTOS ET BISTROTS



Le « plan Italie » de Pierre Ardit

PARIS. Le comédien en a surpris plus d'un ! Invité à l'émission *C'est à vous* sur France 5, il a dégainé une carte de visite et a déclamé : « Isola Sarda ! » Du nom d'un restaurant qu'il avait aimé. « Je n'ai pas le droit de faire de la pub », s'est-il ensuite excusé. Trop tard, nous étions déjà partis tester. Dehors, la double porte en bois a des airs d'école communale. Pas de chichi. À l'intérieur non plus. La carte, aux prix contenus, regorge de victuailles de Sardaigne : encre de seiche, boutargue, straciatella, pecorino... Nous optons pour la salade de poulpe, plat hautement discriminant, car facile à rater. Mais pas ici. La consistance est parfaite et la masse de trévis rouge donne du frais. À suivre, une pizza blanche (sans sauce tomate), avec câpres et anchois. D'entrée, la pâte aérée plaît, mais c'est le fromage qui étonne le plus : dense et peu huileux. Enfin, la tarte du jour, une *pastiera*, qui a le goût inimitable de ce qui est servi à Naples au petit déjeuner. Bien vu, Monsieur Pierre ! **Pierre-Olivier Savreux**

Isola Sarda, 75011 Paris. Entrées 11 à 24 € ; plats 19 à 26 € ; pizzas 12 à 21 € ; desserts 7 à 9 €. Ouvert du mardi au samedi, midi et soir.

COUP DE
CŒUR



© Nina Corton

Barbecue coréen

PARIS. « Coréen modern BBQ », peut-on lire sur la devanture. Effectivement. Tables en marbre, banquettes de velours, système d'aspiration intégré à la table : le cadre feutré ne ressemble pas à celui des restaurants traditionnels coréens. Si on y retrouve des classiques, la carte joue aussi le raffinement. En entrée, la crêpe aux fruits de mer et ciboule, légère et croustillante, se dispute notre préférence avec les raviolis vapeur, le poulet frit et le tartare de bœuf, poire, algues et pignons. Côté barbecue, le choix se fait entre côte de bœuf, poulet, bœuf mariné, poitrine de porc ou crevettes et légumes, mais on peut opter pour un plat (nouilles aux légumes, riz sauté, soupe au tofu et fruits de mer...). En dessert ? On choisit un mochi à la châtaigne ou à la mangue, ou une crème glacée au sésame noir ou au thé vert. **Carole Garnier**

On, 75001 Paris. Entrées 14 à 17 €, plats 20 à 28 € ; desserts 7 à 9 €. Du lundi au samedi (12 h-14 h 30 et 18 h-22 h 30).



© Photos DR

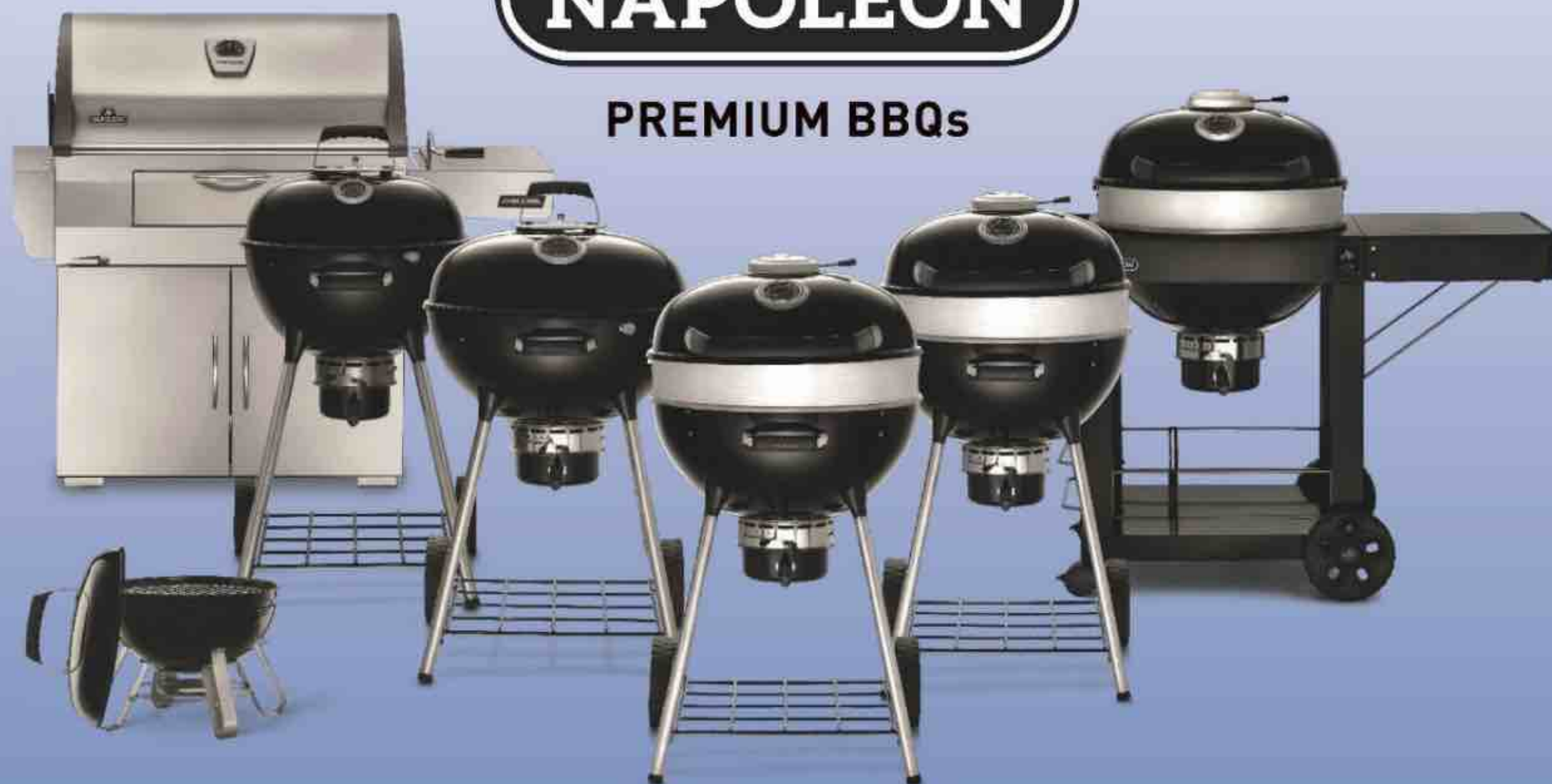
Dans les vignes

VAUX-EN-BEAUJOLAIS. Voici Clochemerle, le village qui a inspiré Gabriel Chevallier pour son roman du même nom, dans lequel il narre les péripéties de ses habitants. Romain Barthe raconte, lui, une histoire toute simple : la sienne. Celle d'un chef né à Bar-le-Duc, dans la Meuse, qui s'est retrouvé, grâce à Delphine, sa compagne originaire du Beaujolais, au beau milieu des vignes. Ce soir-là, le « menu surprise » proposait un omble chevalier à la peau bien croustillante et une canette des Dombes assortie d'une fondue de blettes aux pignons. En prime, une bouchée craquante de tartare de veau ou un gaspacho de courgettes en gelée qui révèlent un chef plutôt virtuose. Sommelière, Delphine prend le temps de bavarder avec ses convives. Une simplicité qui oscille entre le restaurant gastronomique et l'auberge bon enfant ; assurément, une table où l'on rêve de revenir en habitué. **Jean-Louis André**

Auberge de Clochemerle, 69460 Vaux-en-Beaujolais. Menu entrée-plat-dessert 56 € ; 2 entrées, 2 plats et dessert 94 €. Ouvert du jeudi au lundi.



PREMIUM BBQs



Tous réunis devant l'excellence Napoleon

Napoleon vous propose une large gamme de barbecues premium, s'adaptant à tous vos besoins.

Que vous souhaitiez griller, saisir, rôtir ou cuire à la plancha... nous avons le barbecue qu'il vous faut.

Nos gammes charbon, gaz et électrique vous offriront une multitude de possibilités. De la grillade traditionnelle, à la rôtisserie en passant par la plancha, votre barbecue Napoleon saura répondre à vos envies.



CUISEZ À LA PLANCHA



GRILLEZ



MIJOTEZ



Barbecues Napoleon France



Barbecuesnapoleon



napoleon.com



Barbecuesnapoleonfrance

LIVRES À CROQUER

Par **Lorenne Korr.**

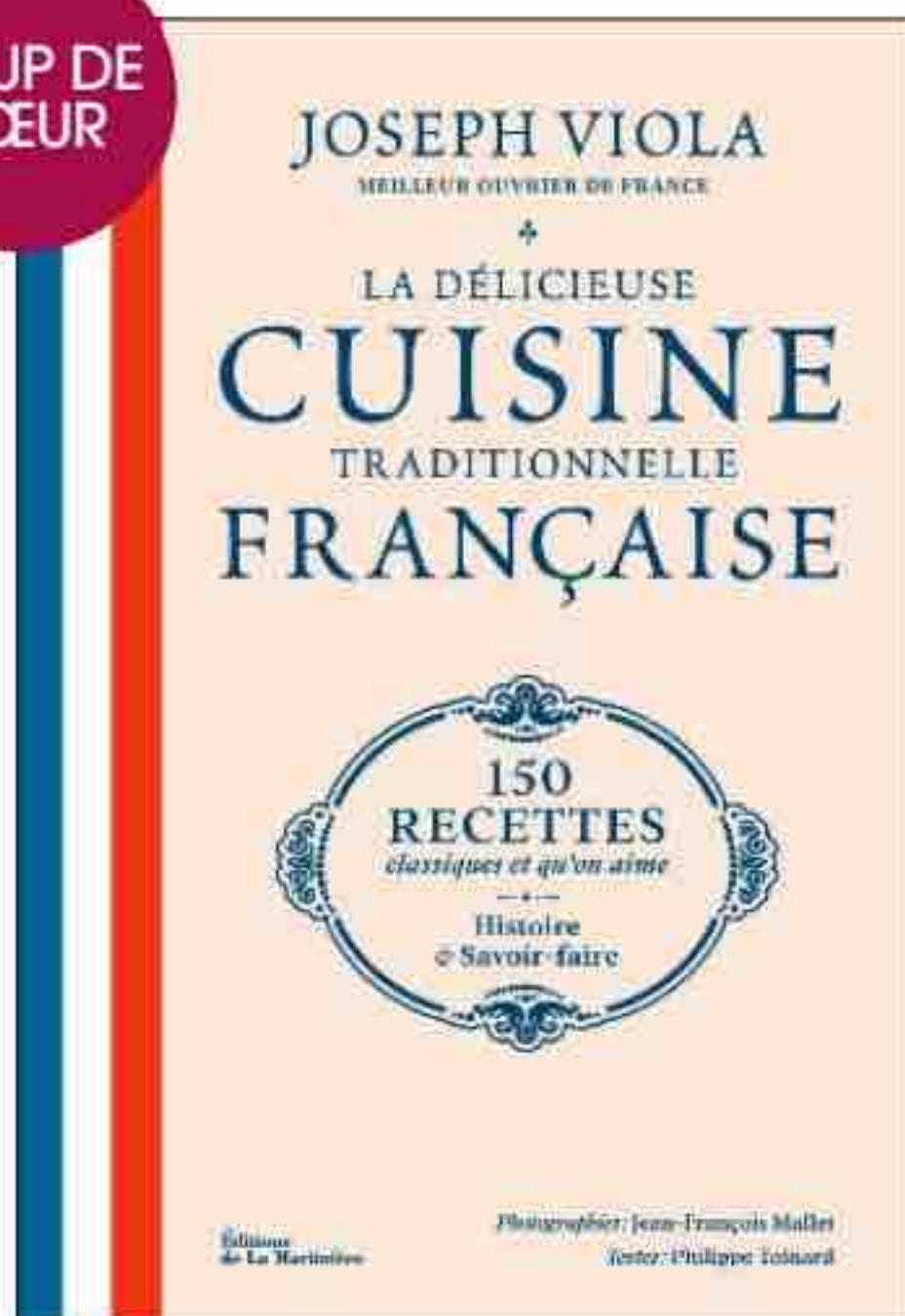
150 RECETTES QUI ONT TOUT BON

« Pour continuer de faire perdurer cette cuisine française, nous nous devons de la partager. »

Si vous êtes de ceux qui ne peuvent se passer d'emmental dans la quiche... prenez garde au gendarme (il existe et s'appelle le Syndicat de défense de l'authentique quiche lorraine!). Cette « bible » de 150 recettes qui nous ont vus grandir, dont on s'est régalé en famille ou au restaurant, nous rappelle les bases. Du croque-monsieur à l'oreiller de la belle Aurore (26 ingrédients), en passant par la blanquette, on révise ses classiques avec bonheur, on découvre des tours de main, jusqu'à l'envie de réaliser des « monuments » comme le soufflé. En bonus : la « petite histoire » de certains classiques nous est dévoilée : à quel moment la recette de la salade niçoise a-t-elle accueilli des haricots verts (une initiative d'Auguste Escoffier) ? On se régale de (re)découvrir ce patrimoine, servi sur un plateau par de belles photos.

La délicieuse cuisine traditionnelle française, de Joseph Viola, Éditions de La Martinière, 45,90 €. Octobre 2024.

COUP DE
CŒUR



PÉRIPLE EN BORDS DE MERS

« Ce livre condense deux années au cours desquelles nous avons voyagé dans six villes, six pays et six cultures, sur trois continents. »

Le point commun entre Marseille, Barcelone, Lisbonne, Naples, San Francisco et Tokyo ? La mer ! Mais pas seulement : le chef Sylvain Roucayrol et la photographe Delaney Inamine ont écumé ces six villes pour nous en livrer la substantifique moelle : leur richesse culinaire, leurs meilleures tables et le CV de leurs produits stars. Comme un carnet de voyage, le livre nous réserve une découverte à chaque coin de rue, servie par des clichés pris sur le vif. Plonger dans *Fish* est autant une découverte culinaire qu'un périple dépaysant. Loup en croûte de sel marseillais, maquereaux au piri-piri lisboètes, fritto misto napolitain... Une parenthèse qui donne envie de se frotter aux recettes d'ici et d'ailleurs.

Fish, de Sylvain Roucayrol, photos Delaney Inamine, éd. du Chêne, 39,90 €. Décembre 2024.



DOUCEURS JAPONAISES

« Avec ce livre, nous souhaitons ouvrir les portes d'un univers où tradition française et innovation japonaise s'associent dans des pâtisseries et viennoiseries exquis. »

À en croire l'enthousiasme suscité sur les réseaux sociaux par les pains de mie, brioches, sando, cheese-cakes et autres *cream puffs* japonais, il est urgent de découvrir ces nouvelles saveurs. Takumi, dans le 1^{er} arrondissement parisien, est la première boutique à avoir proposé ces douceurs authentiques. Ce livre réunit sa philosophie, son savoir-faire et ses recettes. Le sando wagyu, un sandwich à base de shokupan (un pain de mie léger comme un nuage) garni de pastrami, côtoie le flan au chocolat ; le gâteau mille crêpes se teinte de matcha ; le paris-brest se pare de craquelin... Ces trésors à découvrir allient les traditions, pour une promesse gustative inédite.

Ma petite boulangerie japonaise, réalisation des recettes Jordan Van Acker, stylisme Audrey Cosson, éd. Solar, 34,95 €. Octobre 2024.

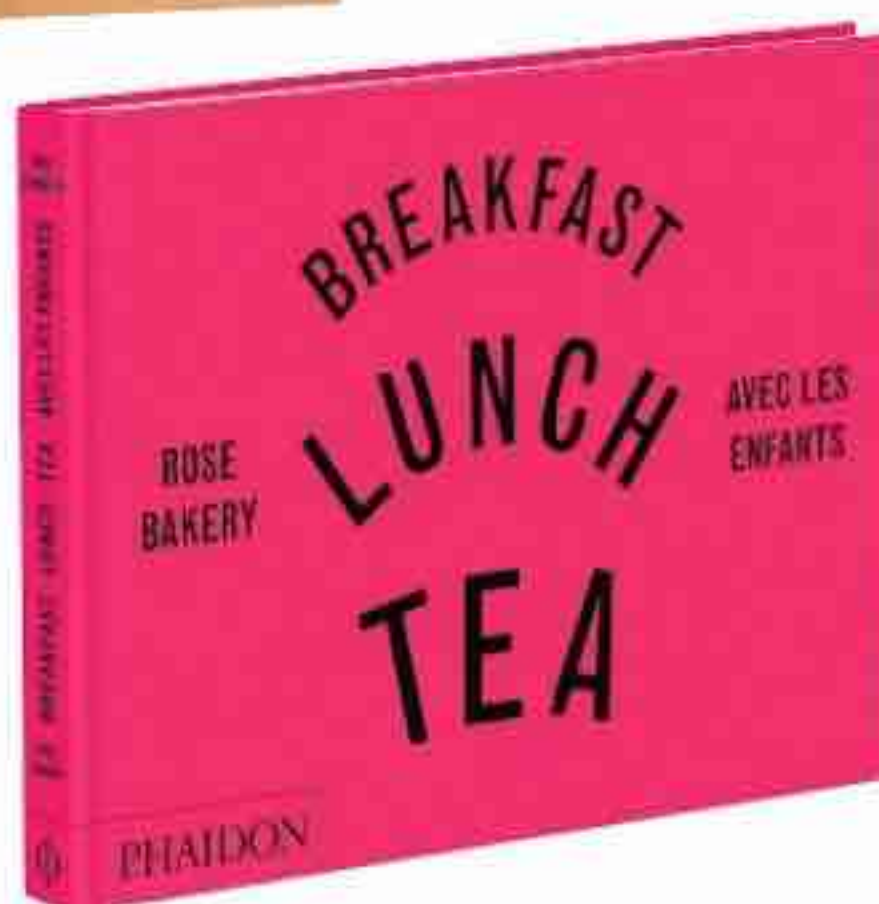


ROSE BAKERY : LA RELÈVE

« Pour moi, cuisiner avec les enfants ce n'est pas [...] réaliser des gâteaux sophistiqués, c'est faire appel à ses sens et mettre de la farine plein la cuisine. »

Que pouvons-nous apprendre aux enfants sur la cuisine et que peuvent-ils nous apprendre ? Le ton est donné : pour la cheffe des restaurants Rose Bakery (2^e, 7^e et 9^e arrondissements de Paris), cuisiner avec des enfants est bien une affaire de transmission et d'échange. Les moments passés en cuisine sont l'occasion de parler de tout et de rien. Quitte à laisser les petites mains malaxer le beurre... Scones à l'avoine et aux cranberries, coleslaw à la vinaigrette au beurre de cacahuète, pizzettes, frittata, œufs brouillés, cheese-cake, mais aussi carottes Vichy et autres hachis parmentier sont un parfait terrain de jeu pour enseigner des savoir-faire sans en avoir l'air. Avec Rose, cuisiner devient un jeu d'enfant, dont l'ingrédient principal semble bien être l'amour.

Breakfast, lunch, tea avec les enfants, de Rose Carrarini, textes M.-C. Carrarini, éd. Phaidon, 29,95 €. Février 2025.



La Fournée Dorée : nouveaux emballages, recettes inchangées



Les emballages des Petits Chinois et des Pains au Chocolat de La Fournée Dorée réduisent désormais le plastique au profit d'étuis en carton. Une nouveauté plus écologique qui se fait sans aucune autre modification des viennoiseries : elles restent préparées avec les mêmes ingrédients, selon les mêmes recettes et pèsent exactement le même poids !

Que les gourmands se rassurent : les nouveaux emballages en carton des Petits Chinois et des Pains au Chocolat de La Fournée Dorée ne changent absolument rien à leur saveur, leur moelleux et leur fraîcheur. Et pour cause, ils sont toujours fabriqués en France, avec les mêmes ingrédients - de la farine de blé française et des œufs frais - et leur recette ne change absolument pas.

De même, chaque boîte compte exactement le même nombre de viennoiseries, en l'occurrence 6 pour les Petits Chinois et 8 pour les Pains au Chocolat, et elles pèsent exactement le même poids.

Finalement, le seul véritable changement concerne donc ces nouvelles boîtes en carton, largement plus écologiques que le plastique, puisqu'elles sont issues d'un matériau renouvelable et qu'elles sont recyclables.



UNE RÉDUCTION DE 20 TONNES DE PLASTIQUE PAR AN

Les nouveaux emballages en carton de La Fournée Dorée présentent un atout majeur : ces étuis recyclables permettent en effet de réduire la consommation de plastique de plus de 20 tonnes par an. Une vraie source de progrès pour la planète.



LE CARTON POUR UNE MEILLEURE PROTECTION

Grâce à ces nouveaux étuis en carton, les Petits Chinois et les Pains au Chocolat de La Fournée Dorée bénéficient d'une meilleure protection. Moins sensibles aux chocs, ils résistent mieux aux éventuels écrasements. À l'intérieur des boîtes, chaque viennoiserie continue de profiter d'un sachet individuel, pour maintenir sa saveur et sa gourmandise.



Des hottes très hot!

Indispensables pour rafraîchir l'air pendant que l'on cuisine, les hottes se révèlent toujours plus performantes, design et intuitives.

Par **Sandra Collet**.

Efficace

Cette hotte inclinée, qui offre quatre niveaux de vitesse (pour un débit d'air maximal de 740 m³/h), se distingue par son revêtement hydrophobe, qui limite la condensation et évite la formation de gouttes d'eau. Les vapeurs de cuisson sont absorbées le long des parois externes plutôt qu'à travers le filtre à graisse situé au milieu. Résultat : aucune odeur de cuisson et un nettoyage simplifié. Ce modèle est aussi doté de deux points d'éclairage LED, de commandes intuitives et d'une option recyclage de l'air. **Hotte DropProtect, 60 cm, Whirlpool, 779 €.**

Chic

Fabriquée en France, cette hotte murale séduit par son cadre Inox satiné, ses angles en chrome brillant et son coloris rose. Son moteur est doté de quatre vitesses, avec un débit d'air maximal de 1 000 m³/h. Elle dispose de deux filtres déflecteurs avec système de capture de graisse, de trois lampes halogènes de haute intensité ainsi que d'une activation à distance, à l'aide d'une télécommande. **Hotte murale CornuFé 90, 90 cm, La Cornue, 3 148 €.**

COUP DE
CŒUR

Ni vue ni connue

Directement intégré à une table de cuisson à induction, ce modèle s'installe idéalement sur un îlot central. Avec sa fonction AutoOn, la hotte s'active dès que la plaque est allumée, afin d'assurer une aspiration continue des odeurs et de la vapeur. Elle s'adapte aussi à nos besoins via des commandes manuelles.

Le nettoyage des filtres, très simple, s'effectue par le dessus.

Table à induction avec hotte intégrée Série 6, 70 cm, Bosch. Modèle sans cadre, à partir de 1 377 €. Avec cadre, à partir de 2 519,99 €.

Pas qu'une lampe...

Cette hotte décorative en verre et en Inox, à commande tactile, est pourvue d'un système d'aspiration recyclable.

Ici, pas de conduit d'évacuation : les fumées sont filtrées, les vapeurs purifiées et réinjectées dans la pièce sous la forme d'air frais et sans odeur. Son débit varie de 145 m³/h à 320 m³/h : un profil idéal pour les cuisines de 15 m². Elle propose également une visibilité accrue sur la zone de cuisson, grâce à son éclairage de type LED.

Hotte Élica WAVE IX/F/51, 51 cm, Boulanger, 1 299 €.

Intelligente

Économe en électricité, cette hotte inclinée est très peu bruyante : son niveau sonore atteint seulement 59 dB en mode recirculation, soit l'équivalent d'une conversation. Son moteur iQDrive garantit une extraction ultra-puissante : jusqu'à 964 m³/h en mode recyclage et 1 000 m³/h en mode évacuation.

Ce modèle dispose également de capteurs qui évaluent la densité de vapeur et d'odeurs, afin d'ajuster automatiquement son fonctionnement. Elle est enfin capable d'être actionnée à distance, depuis un smartphone ou via un assistant vocal.

Hotte inclinée IQ500, 80 cm, Siemens, 1 119,99 €.

THEMATICS présente
PROD



Sommelier

LA MÉMOIRE DU GOÛT

Disponible sur **KITCHENMANIA**

Un service de streaming
Mediawan

À RETROUVER SUR :



free

prime video | CHANNELS

DISPONIBLE EN OUTRE-MER SUR
my **CANAL**

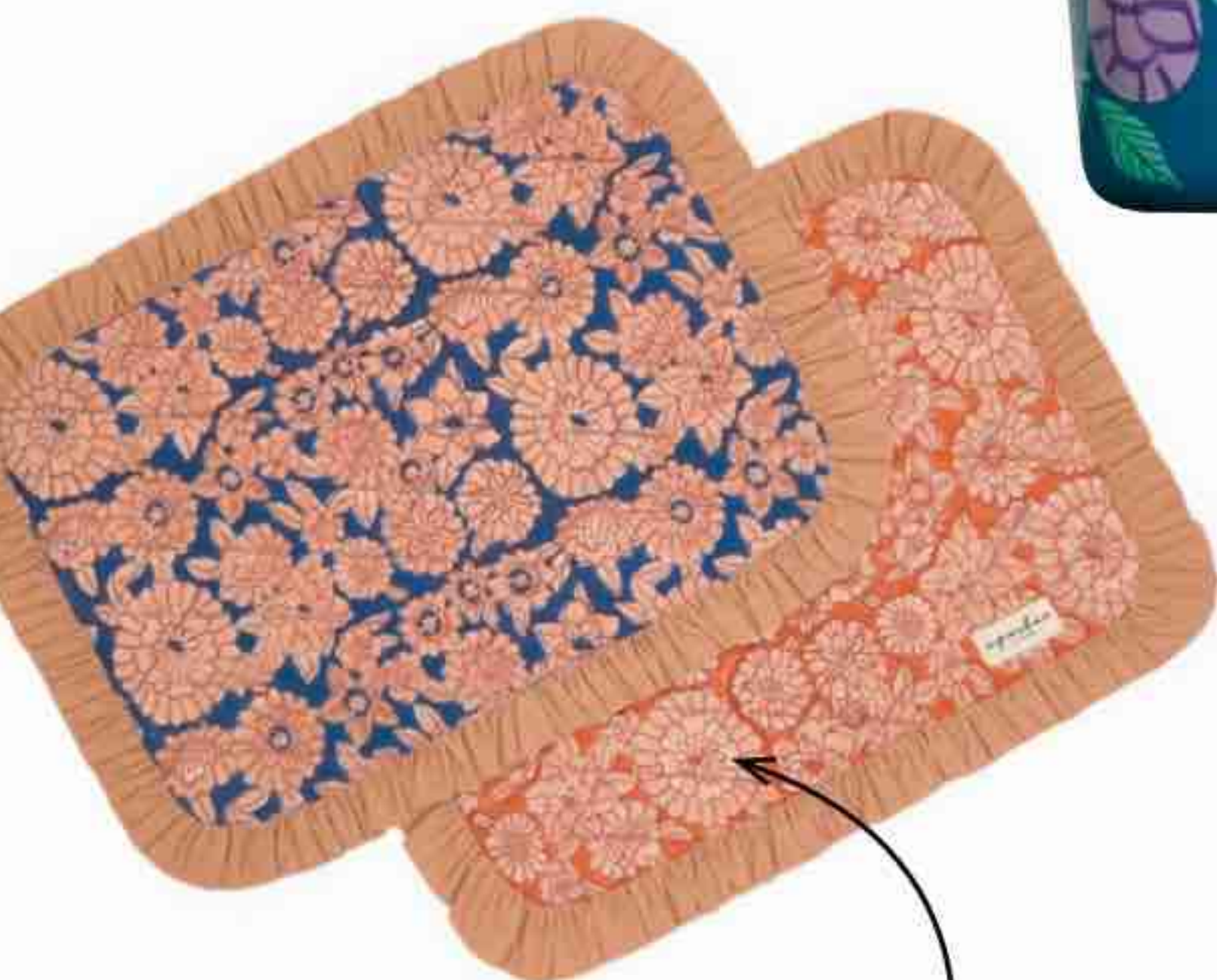
C'est le bouquet!

Elles fleurissent partout pour célébrer l'arrivée du printemps. Colorées, foisonnantes, joyeuses et triomphantes, les fleurs s'invitent sur nos tables.

Indie

Cette grande timbale en Inox offre la possibilité de l'emporter partout. Idéale pour mettre en scène un pique-nique hippie chic, elle hypnotise avec sa grande fleur située en son cœur. Entièrement peinte à la main, elle s'invite dans notre kit nomade pour en devenir un indispensable.

Timbale, Curiosity Lab, H: 12 cm, 12 €.



Versatile

Ce set de table en coton matelassé et surpiqué a été confectionné en Inde selon une technique artisanale, avec des pigments naturels. Bordé d'un volant, ce modèle réversible séduit par son esprit désuet. Tantôt bleu, tantôt orange... en fonction de nos envies!

Set de table Shimla Flowers, Apaches Collections, 42 x 32 cm, 19 €.

Tutti quanti

Une collection haute en couleur embellit nos tables pour le brunch ou le petit déjeuner. Un festival de modèles en céramique, peints à la main, qui se déploie dans une grande variété de formes, de teintes et de motifs. De quoi instaurer une ambiance chaleureuse et lumineuse, à l'occasion d'un agréable moment gourmand.

Céramiques Rice : coupelle orange et bleu, 14,90 € ; assiette à pain jaune et beige, 26,90 € ; assiette à gâteau orange et bleu, 19,90 € ; tasse à cappuccino Flower Wine, 23,90 € ; tasse à thé rayée, 20,90 €.



Flower Power

Une cuillerée à café de jovialité, une cuillerée à soupe de pop... mais pas que ! Ce set contient en effet quatre pièces, qui s'invitent à la maison pour nos repas du quotidien, au grand air ou au jardin. Composée d'Inox 10/18 haut de gamme et d'un manche en Nylon vernis, cette ménagère fleurit bon la bonne humeur !

Set de 4 pièces Marguerite turquoise, Sabre Paris, 56 €.





Amore mio

Ce beau plat en grès nous invite à succomber au charme d'une gracieuse composition sauvage. Petites fleurs multicolores et feuillages valsent avec légèreté autour d'un message fort et universel. Une pièce maîtresse à disposer à table, pour mettre en valeur des amuse-bouches ou des préparations végétales.

Plat ovale Bellagio, 31 x 18,5 cm, Sema Design, Fabrique de Styles, 19,95 €.

Les yeux dans le bleu

La silhouette robuste de cette grande carafe en céramique s'impose par son élégance et son assurance. Son imprimé renvoie aux célèbres créations en bleu de Delft. Classique, indémodable.

Carafe fleurie bleue, 1,5 litre, Monoprix, 19,99 €.



Chez mamie

Ce plat, ces assiettes et ces tasses en grès aux contours légèrement ondulés sont ornés de diverses illustrations florales. Leur texturage, embossé, se veut un écho direct au charme des broderies anciennes. Un ensemble raffiné aux tonalités délicieusement vintage !

Ensemble Dorothy, Bloomingville : tasse, 13,90 € ; assiette, 17,90 € ; grand bol, 54,90 € ; plateau à gâteau, 67,90 €.



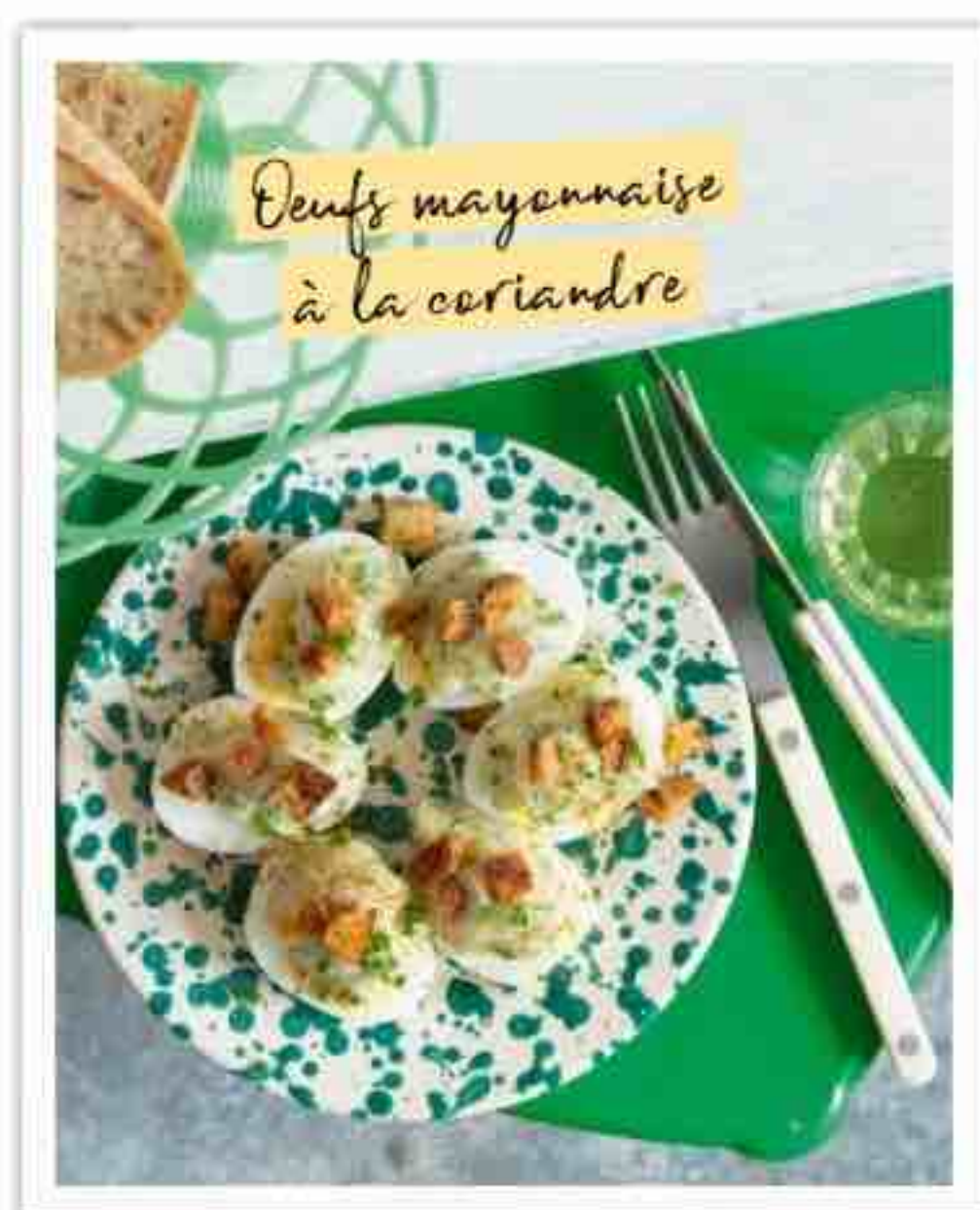
Sur nos tables d'avril

Envie de fraîcheur ? Misez sur les herbes ! Coriandre, persil, basilic et verveine sublimeront nos recettes, de l'entrée au dessert. Envie de vous faciliter la vie ? Optez pour des plats à préparer la veille, il ne restera qu'à les présenter joliment.

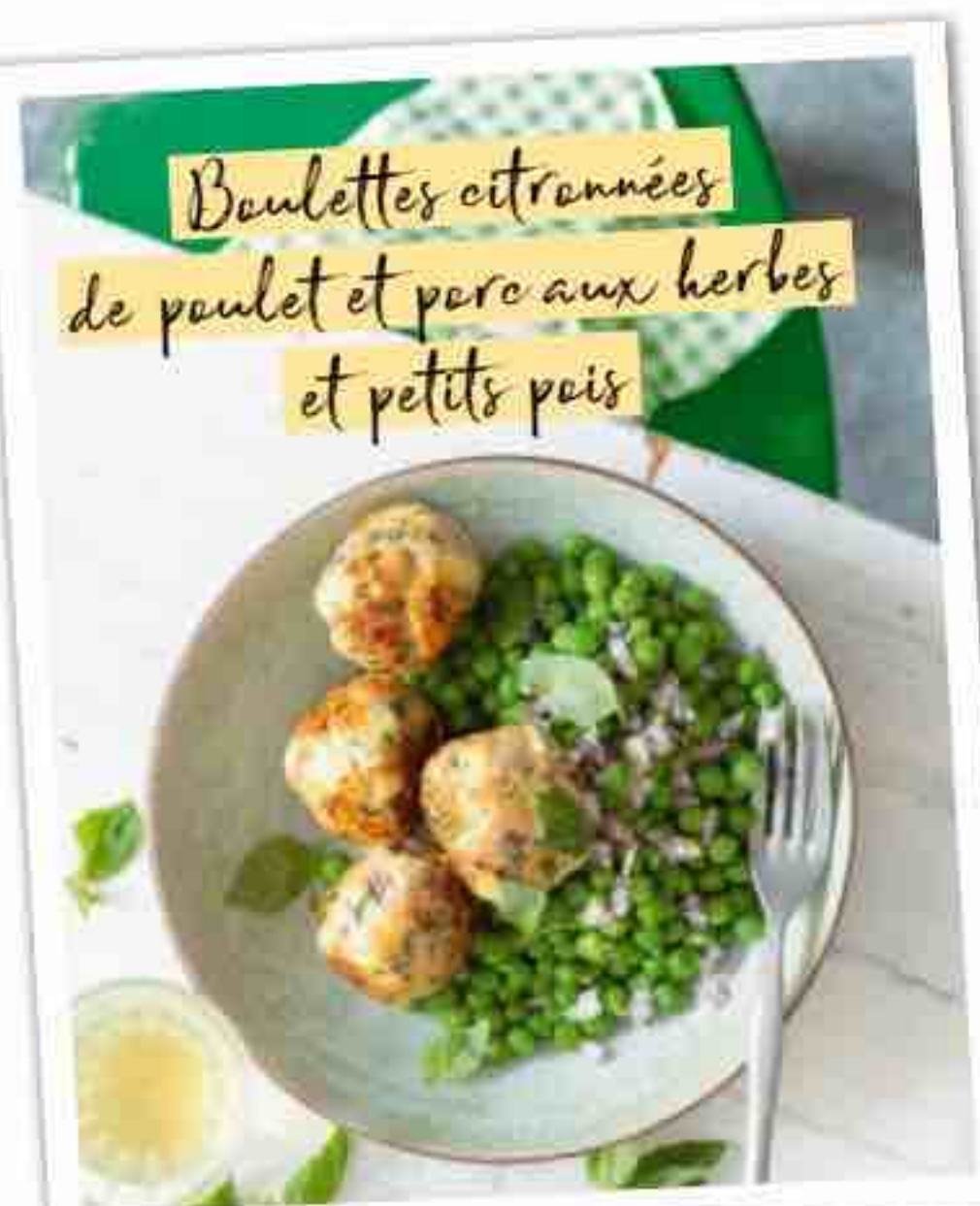
Recettes et stylisme **Bérengère Abraham**. Photos **Valérie Lhomme**.

Menu aux herbes

En entrée, on se met au vert avec des œufs mayonnaise foisonnant d'herbes et réveillés par une pointe de piment. On poursuit ce menu printanier par des boulettes de viande aux petits pois croquants. En dessert? Plein soleil sur les citrons givrés, finement parfumés aux feuilles de verveine.



Œufs mayonnaise
à la coriandre



Boulettes citronnées
de poulet et porc aux herbes
et petits pois



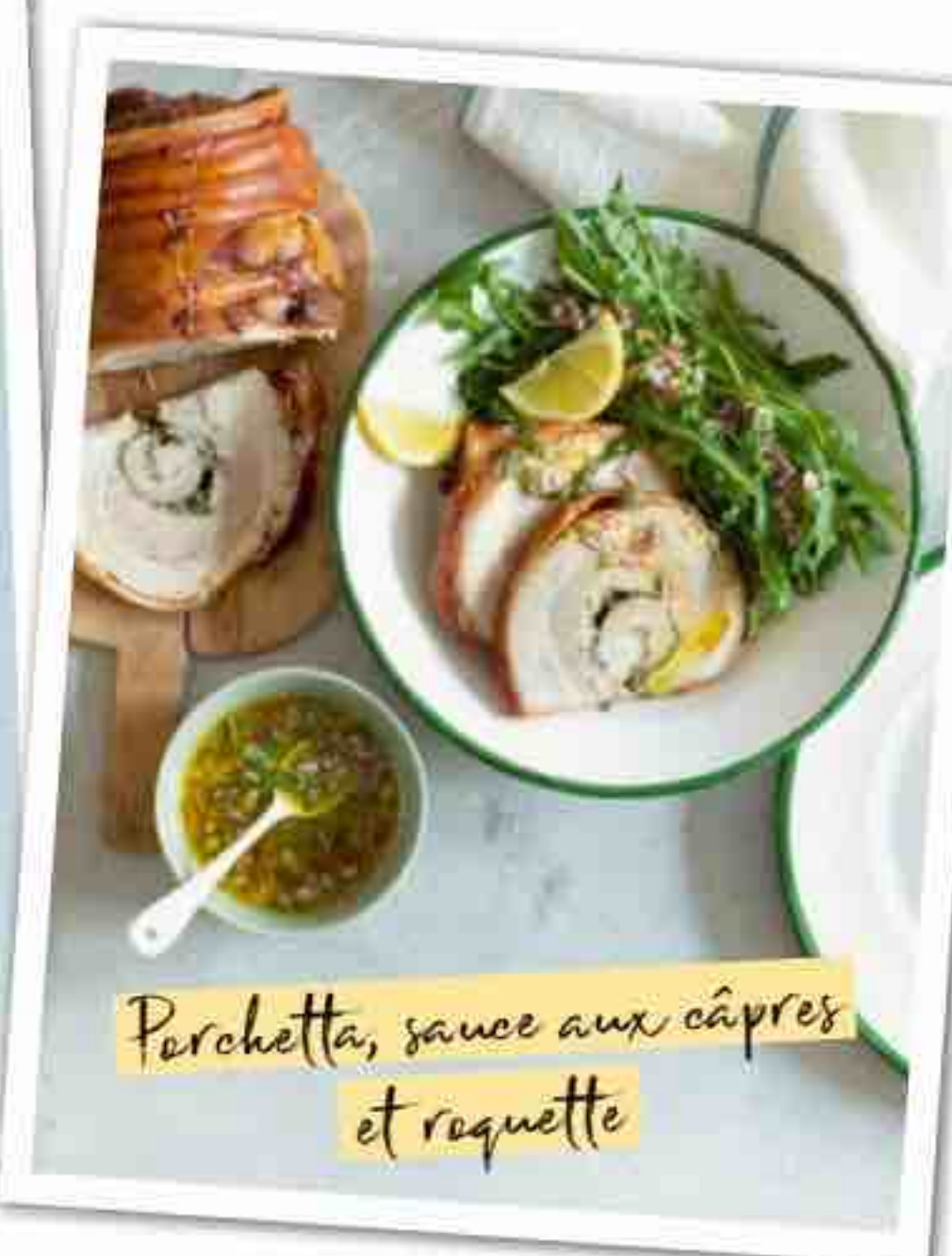
Citron givrés à la verveine

Menu prêt à l'avance

On ouvre le bal avec un pâté en croûte plus facile à réaliser qu'il en a l'air. La porchetta, ce morceau de viande garni de sauge et roulé, sera servie chaude ou froide. Pour finir, la douceur d'une généreuse crème caramel. Et qui va préparer tout ça la veille et profiter sereinement de ses convives le jour J?



Pâté en croûte
au saumon



Porchetta, sauce aux câpres
et roquette



Crème caramel

ŒUFS MAYONNAISE À LA CORIANDRE ET CROÛTONS CROUSTILLANTS

Pour 4 personnes

Préparation : 15 min

Cuisson : 15 min

■ 4 œufs ■ 1 tranche de pain au levain

■ 1 c. à soupe d'huile d'olive

Pour la mayonnaise : 1 jaune d'œuf

■ 1 pincée de piment ■ 1/2 botte de

coriandre ■ 1 c. à soupe de jus de citron

■ 1 c. à soupe de moutarde ■ 200 g d'huile

de tournesol ■ Sel, poivre

1. Portez une casserole d'eau à ébullition, puis plongez-y les 4 œufs pendant 10 min. Une fois cuits, transvasez les œufs dans un

bol d'eau froide pour stopper la cuisson. Laissez-les refroidir avant de les écaler.

2. Dans un petit bol, placez le jaune d'œuf, la moutarde et le jus de citron. Mélangez bien à l'aide d'un fouet. Versez l'huile de tournesol petit à petit, tout en fouettant vigoureusement. Une fois l'huile incorporée et la mayonnaise bien lisse, ajoutez la coriandre fraîche hachée, le piment, du sel et du poivre. Coupez la tranche de pain au levain en petits dés.

3. Dans une poêle, chauffez l'huile d'olive. Ajoutez les dés de pain et faites-les dorer à feu moyen, en les retournant régulièrement pour qu'ils soient bien

croustillants et dorés de tous les côtés (attention, ils brûlent vite !). Salez-les une fois qu'ils sont cuits et laissez-les refroidir légèrement.

4. Écalez les œufs refroidis, puis coupez-les en deux dans le sens de la longueur. Déposez les demi-œufs dans des assiettes. Garnissez chaque demi-œuf de mayonnaise à la coriandre et au piment. Parsemez de petits croûtons et réservez au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

Notre conseil vin

Un alsace-riesling





PÂTE EN CROÛTE AU SAUMON

Pour 6 personnes

Préparation : 45 min Repos : 16 h

Cuisson : 1 h 15

Pour la pâte : 500 g de farine ■ 7 jaunes d'œufs

■ 250 g de beurre demi-sel ■ 10 cl d'eau ■ Sel

Pour la garniture : 2 œufs ■ 400 g de saumon

cru sans la peau ■ 500 g d'épinards ■ 75 g de

semoule de couscous moyenne ■ 1/2 botte de

menthe ■ 1/2 citron confit ■ 1 c. à soupe d'huile

d'olive ■ 100 g de chèvre frais ■ 20 cl de fond

de volaille ■ 2 feuilles de gélatine ■ Sel, poivre

Pour la dorure : 1 œuf

Ustensile : 1 moule à cake de 22 cm environ

1. Dans un grand bol, mélangez la farine, une pincée de sel et les jaunes d'œufs. Ajoutez le beurre froid en dés et mélangez avec les mains ou au robot jusqu'à obtenir une texture sableuse. Ajoutez l'eau petit à petit et mélangez jusqu'à ce que la pâte forme une boule homogène. Enveloppez la pâte dans du film alimentaire et laissez-la reposer au réfrigérateur 1 h.

2. Lavez et équeutez les épinards, puis faites-les revenir dans une poêle chaude avec un filet d'huile d'olive 2 à 3 min, jusqu'à ce qu'ils « tombent ». Égouttez-les bien. Ciselez la menthe et le citron confit. Placez la semoule de couscous dans un saladier, ajoutez la menthe et le citron confit, salez, poivrez, arrosez d'eau chaude et laissez gonfler. Faites cuire les œufs 10 min dans une casserole d'eau bouillante, puis passez-les sous l'eau froide, écalez et hachez-les.

3. Montez le pâté en croûte. Préchauffez le four à 180 °C. Beurrez et chemisez le moule avec du papier cuisson. Étalez la pâte sur un plan de travail fariné. Découpez un morceau de pâte pour fonder en une seule fois le fond et les bords les plus longs. Taillez 2 morceaux de pâte pour les 2 côtés les plus courts, puis soudez bien l'ensemble. Enfin, préparez un morceau de pâte de la taille du moule pour refermer le pâté.

4. Versez la semoule égrainée, la moitié des épinards, les œufs hachés, le saumon. Salez, poivrez. Ajoutez le chèvre émietté, le reste des épinards, puis recouvrez avec la pâte de la taille du moule et soudez bien les bords. Faites 2 petits trous sur le dessus de la pâte pour permettre à la vapeur de s'échapper pendant la cuisson.

5. Diluez l'œuf entier destiné à la dorure avec 1 c. à soupe d'eau, fouettez bien à la fourchette, puis badigeonnez-en le pâté. Enfournez pour 1 h. Laissez le pâté en croûte refroidir, puis placez-le au réfrigérateur pour 12 h.

6. Le lendemain, faites ramollir la gélatine dans de l'eau froide. Chauffez le fond de volaille, ajoutez la gélatine égouttée, mélangez, puis, à l'aide d'un entonnoir, versez cette gelée dans le pâté par les trous réalisés avant la cuisson. Remplissez au maximum, puis placez au frais 3 h. Vous pouvez déguster ce pâté avec une salade et une sauce au yaourt grec, huile d'olive et jus de citron.

Notre conseil vin

Un chablis premier cru

BOULETTES CITRONNÉES DE POULET ET PORC AUX HERBES ET PETITS POIS

Pour 4 personnes

Préparation : 25 min

Cuisson : 15 min

■ 600 g de blancs de poulet ■ 500 g de chair à saucisse ■ 1 oignon ■ 1 citron bio
■ 1/2 botte de menthe ■ 1/2 botte de persil
■ 1/2 botte de coriandre ■ 10 brins de ciboulette ■ 12 feuilles de basilic

■ 5 c. à soupe de farine ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel, poivre

Pour la garniture : 500 g de petits pois frais écosés ■ 1 oignon rouge

■ 2 c. à soupe d'huile d'olive

1. Hachez finement la menthe, le persil, la coriandre et la ciboulette. Pelez et ciselez l'oignon. Râpez le zeste du citron.

2. Mixez le poulet finement à l'aide d'un robot, puis, dans un grand bol, mélangez le poulet haché et la chair à saucisse. Ajoutez les herbes, le zeste de citron, l'oignon, salez, poivrez. Farinez généreusement vos mains et formez 16 belles boulettes.

3. Faites chauffer l'huile d'olive dans une grande poêle à feu moyen. Ajoutez les boulettes et faites-les cuire pendant 10 min, en les retournant régulièrement et délicatement pour qu'elles soient bien dorées et cuites uniformément.

4. Pendant ce temps, dans une petite casserole, portez de l'eau salée à ébullition. Ajoutez les petits pois frais et laissez-les cuire pendant 4 à 5 min, jusqu'à ce qu'ils soient tendres mais encore croquants. Égouttez-les bien. Transvasez-les dans un saladier et mélangez-les avec l'oignon rouge ciselé, 2 c. à soupe d'huile d'olive, du sel et du poivre.

5. Servez les boulettes sans attendre en les parsemant de feuilles de basilic et accompagnées des petits pois.

Notre conseil vin

Un cassis blanc





Vous pouvez préparer la porchetta la veille et la servir froide, coupée en tranches très fines.

PORCHETTA, SAUCE AUX CÂPRES ET ROQUETTE

Préparation : 35 min

Cuisson : 3 h

Pour la porchetta : 1,5 kg de porc (poitrine avec la couenne) ■ 2 gousses d'ail ■ 4 feuilles de laurier ■ 12 feuilles de sauge ■ 2 brins de romarin ■ 10 brins de thym ■ Sel, poivre

Pour la sauce aux câpres : 1 citron bio ■ 1/2 oignon rouge ■ 10 feuilles de basilic ■ 50 g de câpres ■ 10 cl d'huile d'olive

Pour l'accompagnement : 1 citron ■ 125 g de roquette

Ustensile : Ficelle de cuisine

1. Préchauffez le four à 180 °C. Préparez la porchetta. Retirez la couenne à l'aide d'un couteau et réservez-la. Frottez généreusement les deux faces de la poitrine de sel et poivre. Pelez et émincez l'ail, hachez les feuilles de laurier et de sauge, effeuillez le romarin et le thym, hachez-les. Mélangez les herbes et l'ail.

2. Répartissez le mélange d'herbes sur les 2 faces de la viande. Roulez la viande serrée sur elle-même, recouvrez avec la couenne et ficelez en serrant bien. Placez dans un plat et enfournez pour 3 h tout en pensant à arroser la viande avec son jus.

3. Pendant ce temps, préparez la sauce. Épluchez et hachez finement l'oignon rouge, puis hachez les câpres et les feuilles de basilic. Zestez et pressez le citron. Mélangez l'ensemble dans un bol, ajoutez l'huile d'olive, salez, poivrez et mettez de côté.

4. Servez la porchetta coupée en tranches très fines, accompagnée de tranches de citron, de roquette et de sauce aux câpres.

Notre conseil vin

Un corse-calvi blanc

CITRONS GIVRÉS À LA VERVEINE FRAÎCHE

Pour 4 citrons

Préparation : 55 min

Repos : 4 h 15 Cuisson : 5 min

■ 4 citrons ■ 200 g de sucre ■ 200 g d'eau

■ 1 bouquet de verveine ■ 1 blanc d'œuf

Ustensile : 1 turbine à glace

1. Lavez soigneusement les citrons.

Coupez délicatement les « chapeaux ». Évidez les citrons à l'aide d'une petite cuillère ou d'un couteau, en prenant garde à ne pas percer la peau. Récupérez le jus et pressez la pulpe récoltée. Filtrez le tout pour obtenir 250 g de jus de citron. Placez les citrons évidés au réfrigérateur.

2. Dans une petite casserole, versez l'eau et le sucre. Faites chauffer à feu moyen tout en remuant, jusqu'à ce que le sucre soit complètement dissous. Lavez les feuilles de verveine et réservez-en une dizaine. Portez à ébullition pendant 1 à 2 min, ajoutez les feuilles de verveine, puis retirez du feu. Laissez infuser la verveine dans le sirop pendant 15 min, puis filtrez pour enlever les feuilles.

3. Mélangez le sirop parfumé à la verveine avec les 250 g de jus de citron filtré. Réservez cette préparation au réfrigérateur pendant 1 h.

4. Fouettez le blanc d'œuf en neige et ajoutez-le délicatement à la préparation.

Ciselez très finement les feuilles de verveine mises de côté. Versez la préparation au citron dans votre turbine à glace et faites turbiner pendant 20 à 30 min, selon votre modèle. À la fin de l'opération, ajoutez les feuilles de verveine finement ciselées dans la turbine.

5. Une fois le sorbet prêt, sortez-le de la turbine et remplissez-en chaque citron évidé à l'aide d'une cuillère. Remplacez les chapeaux par-dessus, puis placez au congélateur pendant au moins 3 h.

Notre conseil d'accompagnement

Un muscat de beaumes-de-venise blanc ou un thé vert au yuzu servi froid





CRÈME CARAMEL

Pour 6 personnes

Préparation : 20 min

Repos : 6 h 30 Cuisson : 1 h

■ 800 g de lait entier ■ 100 g de crème liquide ■ 6 œufs ■ 100 g de cassonade ■ 1 gousse de vanille

Pour le caramel : 200 g de sucre en poudre ■ 50 g d'eau

Ustensile : 1 moule à charlotte de 20 cm de diamètre environ

1. Préchauffez le four à 180 °C en y plaçant un plat rempli d'eau pour faire cuire la crème au bain-marie.

2. Préparez le caramel. Dans une casserole à fond épais, versez le sucre et l'eau, puis faites chauffer à feu doux sans remuer, jusqu'à l'obtention d'un caramel bien blond. Une fois qu'il est prêt, versez le caramel dans le moule, répartissez-le sur toute la surface, puis laissez-le durcir.

3. Dans une autre casserole, versez le lait entier et la crème liquide, et faites chauffer quelques minutes. Ajoutez la gousse de vanille fendue et grattée ainsi que ses graines, puis laissez infuser 30 min hors du feu.

4. Dans un saladier, versez les œufs

et la cassonade, fouettez. Ajoutez la préparation à la vanille en retirant la gousse. Versez la préparation aux œufs dans le moule à charlotte tapissé de caramel, puis installez-le dans le bain-marie. Faites cuire pendant 1 h puis placez au frais pendant 6 h.

5. Au moment de servir, passez une spatule le long du bord du moule pour décoller la crème, puis retournez-la sur une assiette de service.

Notre conseil d'accompagnement
Un coteaux-du-layon ou un thé oolong légèrement oxydé

Fûts de vin pour whiskys de caractère !

Le mariage inédit entre single malt et grands vins révolutionne le whisky. Avec des finitions en fûts ayant abrité pomerol, sauternes et autres champagnes, les whiskys d'aujourd'hui plébiscitent le fruit et la fraîcheur !

Texte Claudine Abitbol. Photo Guillaume Czerw.

Finish au vin blanc portugais

Ce whiskey irlandais révèle une richesse fruitée exceptionnelle. Mûres, fruits confiturés et boisés ressortent de ce breuvage affiné en fût de vin blanc portugais provenant de la région d'Alentejo, réputée pour ses vins puissants et généreux.

Teeling Sommelier Selection Alentejo, 70 cl, 46 %, 61 €.

Finish au champagne

Affiné 4 à 6 mois en pièce de 205 litres ayant accueilli les meilleurs champagnes, cet élégant malt écossais se pare de notes de fruits (raisin, poire, citron confit) et de brioche. Une autre version, Grand Château, joue une partition bordelaise haut de gamme.

Glenfiddich, Grand Cru, 23 ans, 70 cl, 40 %, 355 €.
Grand Château, 70 cl, 47,6 %, 1850 €.

♥ Finish au pineau des Charentes

Obtenu par mélange de moût de raisin et de cognac, le pineau des Charentes est un vin de liqueur d'appellation. Quand l'orge bio distillé est affiné dans ces fûts, le whisky devient une gourmandise onctueuse aux notes d'eau de rose, de bonbon au lait et barbe à papa !

Brenne, Single Malt, pineau des Charentes finish, bio, 70 cl, 40 %, 79,50 €.



Finish au nuits-saint-georges

Ce single malt fait le lien entre deux activités familiales: céréalière en Champagne et vigneron en Bourgogne. Peaufiné en fûts de nuits-saint-georges premier cru, ce whisky gourmand offre des notes de fruits rouges (cassis, griotte), réglisse et thé noir. Un *finish* au clos-vougeot est attendu cet été.

Soligny, Vent d'Ange, Single Malt, 70 cl, 48 %, 89 €.

Finish à la bière

Cette distillerie lorraine affine son whisky en fût de bière d'une brasserie régionale. Les parfums floraux, la cire d'abeille, la tarte Tatin, le beurre et le zeste d'orange donnent du panache à ce grand malt moderne.

Rozelieures, Single Cask Bière Imperial Saison 70 cl, 46 %, 67 €.

Finish au pinot noir

Élaboré à partir d'orge régional et d'eau de source, distillé au cœur du parc naturel de la Montagne de Reims, ce malt, qui a capté pendant 6 mois les arômes fruités d'un fût de pinot noir champenois (poire, abricot, datte), laisse les papilles fraîches.

La Maison Penet, Grand Malt Single Barrel, 70 cl, 43 %, 140 €.



Finish au porto

Affiné en fût de porto, ce single malt de l'île de Skye, en Écosse, que l'on connaît tourbé et iodé, prend alors un profil sophistiqué, plus malté, avec des notes de cuir fumé, et révèle une facette plus fruitée méconnue (raisin, mûre, framboise), ce qui souligne sa personnalité cosy.

Talisker, Port Ruighe, 70 cl, 48,5 %, 62 €.

Finish au sauternes

Le vieillissement en fût de sauternes pendant 2 ans offre à ce whisky breton toute la finesse et la profondeur du grand liqueux. Sa robe ambrée, sa rondeur, ses parfums (fruits secs, dont raisin de Corinthe, réglisse) sont portés par un léger tourbé.

Kornog, Sauternes-Bourbon Cask Reserve, 70 cl, 53,4 %, 105 €.

QU'EST-CE QU'UN « FINISH » OU FINITION ?

Le terme *finish*, ou affinage complémentaire, fait référence à une technique qui oriente le profil aromatique du whisky et joue sur sa texture. Pour cela, l'eau-de-vie est placée, après son vieillissement, dans un fût ayant contenu un vin pour une durée de 6 mois à 2 ans.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

TERRE ET MER

L'ART ET LA MANIÈRE

Associer le meilleur des saveurs de la terre et de la mer : c'est tout un art. Un art qui, lorsqu'il est abouti et réussi, se révèle une expérience gourmande faisant voyager dans des contrées culinaires audacieuses.

Texte **Julie Martory**. Recettes et stylisme **Bérengère Abraham**. Photos **Valérie Lhomme**.

Les accords terre et mer les plus emblématiques sont déclinés dans des spécialités régionales. Il y a bien sûr la paella, où les fruits de mer et le poisson côtoient le poulet et le chorizo (mais attention, la traditionnelle valenciana ne contient que de la viande !). À des milliers de kilomètres, à la Nouvelle-Orléans, le jambalaya marie le poulet, le chorizo et la crevette. Avec le vitello tonnato, direction l'Italie, dans le Piémontais, où de fines tranches de veau sont servies avec une sauce à base de thon, jaunes d'œufs, anchois, câpres, huile d'olive, et relevée de jus de citron. Chez nous, les accords terre et mer conventionnels sont ceux qui mêlent les légumes aux produits de la mer. « Mais il y a des accords plus osés, associant aliments carnés et produits de la mer. C'est le mélange des deux qui va créer l'osmose générale », commente Jérémy Coirier, qui a passé son enfance en Bretagne, et officié à de belles tables corses. Toujours proche de l'élément marin – qu'il s'agisse de la Méditerranée ou de l'Océan. Une osmose qui peut jouer tantôt sur la complémentarité, tantôt sur le contraste. « Il n'y a pas de règle unique, c'est propre à chaque accord terre-mer », poursuit le chef. Loin d'être

simple, l'exercice peut même se révéler périlleux, la difficulté étant de trouver le juste équilibre entre terre et mer, afin que l'un ne prenne pas le pas sur l'autre. Le choix des poissons et crustacés est donc très important. « Avec un poisson doux, la terre risque de prendre le dessus ; aussi, j'opte pour un poisson au goût franc et marqué, tel le maquereau ou le rouget, ou pour les crustacés, qui se prêtent magnifiquement au jeu », détaille le chef, qui a ainsi marié le homard au ris de veau, et le maquereau... au pied de cochon ! Il n'en fallait pas moins pour rivaliser avec le goût typé des deux abats. En associant l'agneau et la sardine, le tout rehaussé d'une sauce chimichurri, c'est aussi pour une alliance audacieuse qu'a opté Cristina Chomet Tejeda, cocréatrice, avec son époux Pierre Chomet, et cheffe d'Ambos (Paris 6^e), proposant une cuisine d'union inspirée de leurs origines et de leurs voyages : Amérique du Sud, Italie, Espagne, Thaïlande... De leurs voyages, justement, la cheffe a ramené une idée terre-mer qu'elle cherche à développer : le foie gras et l'anchois. « Nous avons goûté un plat à Barcelone qui les associait. Depuis, on travaille dessus... on va y arriver ! », s'amuse-t-elle. Le foie gras était déjà au cœur de ce ■■■

Nos experts



Cristina Chomet Tejeda,
cofondatrice et
cheffe d'Ambos
(Paris 6^e) et
Tina (Paris 6^e).



Jérémy Coirier,
chef au
Relais & Châteaux
Castel Marie-Louise
à La Baule.





COUTEAUX EN PERSILLADE ET LARDONS DE CANARD CROUSTILLANTS

Pour 4 personnes

Préparation : 15 min

Repos : 30 min Cuisson : 5 min

■ 1 kg de couteaux ■ 2 gousses d'ail
■ 1 bouquet de persil plat ■ 4 c. à soupe d'huile d'olive ■ 15 g de beurre
■ 1 c. à soupe de jus de citron
■ 150 g tranches de magret de canard séché et fumé ■ Sel, poivre

1. Plongez les couteaux dans de l'eau froide salée 30 min pour qu'ils rejettent le sable. Rincez-les soigneusement. Lavez, séchez et ciselez le persil. Épluchez et émincez l'ail. Coupez le magret fumé en petites allumettes.

2. Faites chauffer une poêle à feu moyen, et ajoutez les lardons de canard avec 2 c. à soupe d'huile d'olive. Faites-les cuire lentement jusqu'à ce qu'ils deviennent croustillants, en les retournant

souvent pour éviter qu'ils ne brûlent. Réservez-les. Dans la même poêle, faites chauffer le reste d'huile d'olive et le beurre à feu moyen. Ajoutez les couteaux dans la poêle bien chaude et faites-les cuire pendant 3 à 4 min, jusqu'à ce qu'ils s'ouvrent. Retirez-les de la poêle et réservez.

3. Dans la même poêle, ajoutez l'ail émincé et faites-le revenir 1 à 2 min, jusqu'à ce qu'il soit doré. Ajoutez le persil, le jus de citron, du sel et du poivre. Mélangez bien. Remettez les couteaux dans la poêle et mélangez-les délicatement avec la persillade. Laissez cuire encore 1 à 2 min pour que les saveurs se mélangent bien.

4. Transvasez les couteaux sur un plat de service, parsemez-les de lardons de canard et servez aussitôt.

Notre conseil vin
Un chablis

TROUVER LE PARFAIT ACCORD TERRE-MER EST UNE AVENTURE CULINAIRE PASSIONNANTE.

■■■ plat signature proposé à l'ouverture d'Ambos: cabillaud, foie gras snacké au binchotan (charbon japonais), marinade citron-sésame, purée de daïkon, gruë de cacao servi avec son chawanmushi (sorte de flan aux œufs léger d'origine japonaise). Une démonstration d'équilibre des saveurs mais aussi des textures, le terre-mer jouant sur le mélange du croquant, du fondant, de l'onctueux... ou sur la texture unique de l'huître.

L'iode, comme un condiment

Avec sa saveur iodée et sa texture si particulière, l'huître est en effet une participante de prédilection à ce jeu du terre et mer. « Elle apporte de la fraîcheur et une salinité spéciale », souligne la cheffe Cristina Chomet Tejeda qui, dans une des tapas proposées chez Tina, bar à tapas ouvert dans la lignée d'Ambos, l'a associée à du chorizo. Elle est aussi parfaite dans un tartare de bœuf, où elle apporte de l'onctuosité et une subtile note iodée aux côtés des échalotes, câpres, herbes et autres condiments. Ou encore dans cet insolite tartare de pigeon, dans lequel le chef Jérémy Coirier a marié huître et pigeon, deux spécialités de la ville de Mesquer, dans le pays de Guérande, en Bretagne. Un plat 100 % local où s'entrelacent la mer et la terre, à l'image des marais salants de la région. Parmi les autres accords à adopter les yeux fermés, on peut opter pour un carpaccio de bœuf ou de veau avec une sauce onctueuse à base de thon et d'anchois, façon vitello tonnato. Ou pour le lard fumé ou le chorizo, avec du cabillaud, des encornets ou des saint-jacques. « Le bouillon est une autre manière de décliner les accords terre et mer », développe Jérémy Coirier, qui propose des coques fraîches sur lesquelles il vient verser un consommé de queue de bœuf. Pour ces accords, la case essai est rarement facultative. « On imagine les deux goûts associés, puis on expérimente jusqu'à trouver l'accord parfait », explique-t-il. « Il faut tester, goûter. Même si ça ne marche pas du premier coup, il s'agit de trouver une direction, une piste. Et l'on ne sait jamais : on peut être surpris ! », conclut Cristina Chomet Tejeda. ♦



Nouveau!



Scannez ce QR code pour retrouver cette recette dans l'application **Saveurs: recettes de saison**, ou pour télécharger cette dernière.

DAURADE GRILLÉE, CRÈME DE MAÏS, PETITS POIS ET JAMBON DE PAYS

Pour 4 personnes

Préparation : 30 min

Cuisson : 15 min

■ 4 filets de daurade ■ 200 g de petits pois écosés ■ 100 g de pousses d'épinard ■ 50 g de maïs en boîte ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel, poivre

Pour la crème de maïs : 2 échalotes ■ 80 g de maïs en boîte ■ 25 cl de lait entier ■ 15 g de beurre

Pour la sauce au jambon : 1 citron ■ 1/2 oignon rouge ■ 1 tranche de jambon de pays de 1/2 cm d'épaisseur ■ 1 bouquet d'aneth ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive

1. Préparez la sauce au jambon. Détaillez le jambon sec en petits cubes. Râpez finement le zeste du citron et pressez-le

pour recueillir son jus. Effeuiliez l'aneth. Épluchez et ciselez l'oignon rouge. Dans un petit bol, mélangez les cubes de jambon sec, l'aneth, le zeste et le jus du citron et l'oignon rouge. Ajoutez 2 c. à soupe d'huile d'olive, salez, poivrez, et mettez de côté.

2. Préparez la crème de maïs. Dans une petite casserole, faites fondre le beurre à feu moyen. Ajoutez les échalotes pelées et finement hachées et faites-les revenir 2 à 3 min jusqu'à ce qu'elles deviennent translucides. Ajoutez le maïs et le lait, puis portez à ébullition. Salez et poivrez à votre goût. Mixez le tout à l'aide d'un mixeur plongeant pour obtenir une texture lisse et crémeuse. Réservez au chaud.

3. Faites cuire les petits pois dans une casserole d'eau bouillante salée pendant 3 à 4 min. Égouttez-les et remettez-les

dans la casserole. Salez, poivrez et arrosez-les de 1 c. à soupe d'huile d'olive. Mélangez-les avec 50 g de maïs. Réservez.

4. Assaisonnez les filets de daurade de sel et de poivre. Faites chauffer 1 c. à soupe d'huile d'olive dans une poêle à feu moyen-vif. Ajoutez les filets de daurade côté peau, et faites-les saisir pendant environ 5 min, jusqu'à ce qu'ils soient cuits et nacrés.

5. Dans chaque assiette, versez un peu de crème de maïs, répartissez les pousses d'épinard, les petits pois et le maïs, puis disposez un filet de daurade grillé. Répartissez la sauce au jambon et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.

Notre conseil vin
Un roussette-de-savoie

RÔTI DE LOTTE AU CHORIZO ET POMMES DE TERRE NOUVELLES

Pour 4 personnes
Préparation : 35 min
Cuisson : 50 min

■ 800 g de queue de lotte sans l'arête centrale ni la peau (le poissonnier peut s'en charger) ■ 12 grandes tranches de chorizo ■ 1 bouquet de persil plat ■ 10 brins de coriandre ■ 10 brins de menthe ■ 10 brins de ciboulette ■ 1 gousse d'ail ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel, poivre

Pour les légumes : 600 g de pommes de terre nouvelles ■ 1 botte d'artichauts poivrade ■ 1 oignon ■ 1 citron bio ■ 30 g de beurre ■ 1 c. à soupe d'huile d'olive ■ 1 brin de romarin ■ Sel, poivre

Ustensile : Ficelle de cuisine

1. Lavez les pommes de terre puis coupez-les en deux dans la longueur. Pelez l'oignon, émincez-le. Pressez le citron. Placez le jus et le citron dans un grand saladier rempli d'eau froide. Lavez et préparez les artichauts poivrade en enlevant les feuilles extérieures un peu dures. Coupez-les en quartiers, retirez le foin si nécessaire, puis plongez-les dans le saladier d'eau citronnée. Préchauffez le four à 180 °C.

2. Dans un plat à four, répartissez l'oignon, les pommes de terre, les artichauts, le romarin, arrosez d'huile d'olive et de beurre, puis enfournez pour 35 min.

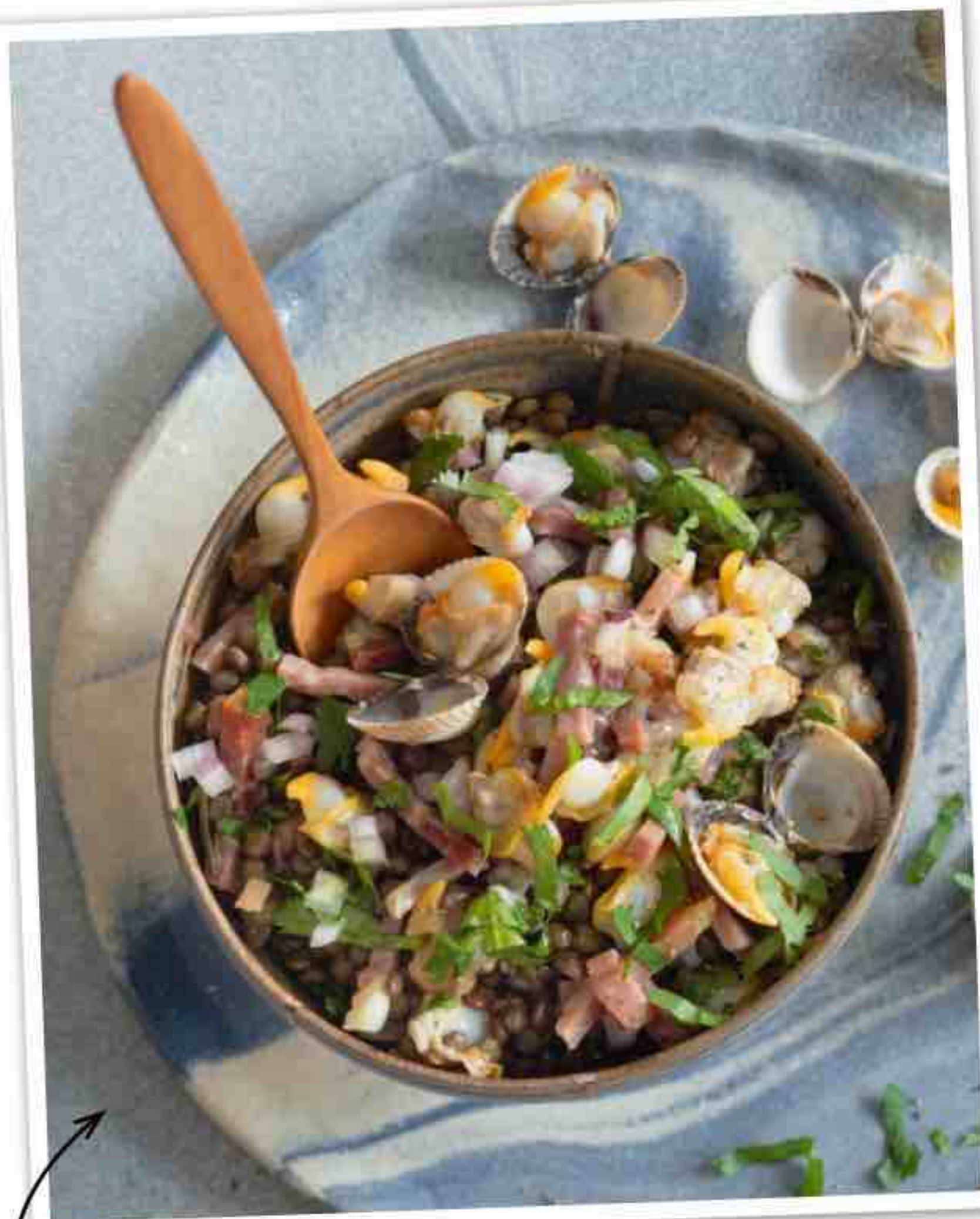
3. Pendant ce temps, réunissez dans un mixeur, ou un robot, l'ail, l'huile d'olive, toutes les herbes, le sel et le poivre.

Mixez jusqu'à obtenir une farce homogène. Séparez bien les 2 filets de la queue de lotte puis farcissez-les avec les herbes. Disposez les tranches de chorizo en ligne devant vous en les superposant, puis déposez la lotte par-dessus de sorte à l'entourer de chorizo. Maintenez l'ensemble à l'aide de ficelle de cuisine.

4. Faites chauffer une poêle avec un peu d'huile d'olive à feu moyen. Saisissez le rôti de lotte pendant 3 à 4 min sur toutes ses faces, puis transvasez-le dans le plat à four avec les légumes et poursuivez la cuisson pendant 15 min. Servez dès la sortie du four.

Notre conseil vin
Un savennières





SALADE TIÈDE DE LENTILLES AUX COQUES ET LARDONS DE SPECK

Pour 4 personnes
Préparation : 25 min
Repos : 1 h Cuisson : 30 min

■ 1 kg de coques ■ 300 g de lentilles vertes ■ 1 oignon jaune
 ■ 1 oignon rouge ■ 1 gousse d'ail
 ■ 1 bouquet de coriandre ■ Le jus de 1 citron ■ 2,5 tranches de speck de 1/2 cm d'épaisseur
 ■ 1 cube de bouillon de volaille
 ■ 3 c. à soupe d'huile d'olive
 ■ Sel, poivre

1. Faites dégorger les coques dans de l'eau froide salée environ 1 h pour éliminer le sable. Rincez les lentilles sous l'eau froide. Émincez l'oignon jaune et faites-le revenir dans une casserole avec un filet d'huile d'olive. Ajoutez les lentilles, l'ail pelé, mélangez puis ajoutez le cube de bouillon et couvrez d'eau. Faites cuire pendant 25 à 30 min, jusqu'à ce qu'elles soient tendres mais encore fermes. Égouttez-les et réservez. Émincez l'oignon rouge et ciselez la coriandre.

2. Placez les coques égouttées dans une casserole, couvrez et laissez cuire à feu moyen 3 à 4 min, jusqu'à ce qu'elles s'ouvrent. Jetez celles qui restent fermées. Décoquillez-les (gardez-en quelques-unes entières pour servir), réservez.

3. Coupez le speck en petits lardons puis, dans une poêle, faites chauffer 1 c. à soupe d'huile d'olive. Ajoutez les lardons et faites-les cuire à feu moyen-vif jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés et légèrement croustillants. Retirez l'excédent de graisse et réservez.

4. Dans un saladier, mélangez délicatement les lentilles cuites, les coques, les lardons de speck et l'oignon rouge. Ajoutez la coriandre ciselée, le jus de citron et un généreux filet d'huile d'olive. Mélangez bien. Goûtez et ajustez l'assaisonnement si nécessaire, avec du sel et du poivre. Servez aussitôt.

Notre conseil vin
Un alsace-pinot blanc

SALADE DE HADDOCK ET CHORIZO

Pour 4 personnes
Préparation : 25 min
Cuisson : 15 min

■ 1 gros de filet de haddock
 ■ 150 g de chorizo ■ Le jus de 2 citrons ■ 1 oignon rouge
 ■ 1 botte d'asperges vertes
 ■ 2 patates douces ■ 12 fleurs de câpres ■ 1 pincée de jeunes pousses de radis pourpre
 ■ 10 tiges de cerfeuil ■ 4 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel, poivre

1. Pelez les patates douces, coupez-les en grosses rondelles. Épluchez et coupez l'oignon en fines lamelles. Lavez, séchez et effeuillez le cerfeuil.

2. Faites revenir les patates douces dans une poêle avec un filet d'huile d'olive, puis couvrez-les et laissez cuire une dizaine de minutes jusqu'à ce qu'elles soient tendres mais légèrement fermes.

3. Pendant ce temps, détaillez le haddock en fines tranches, déposez-les sur une assiette et arrosez-les avec le jus d'un citron. Coupez les extrémités ligneuses des asperges et faites-les cuire dans de l'eau bouillante

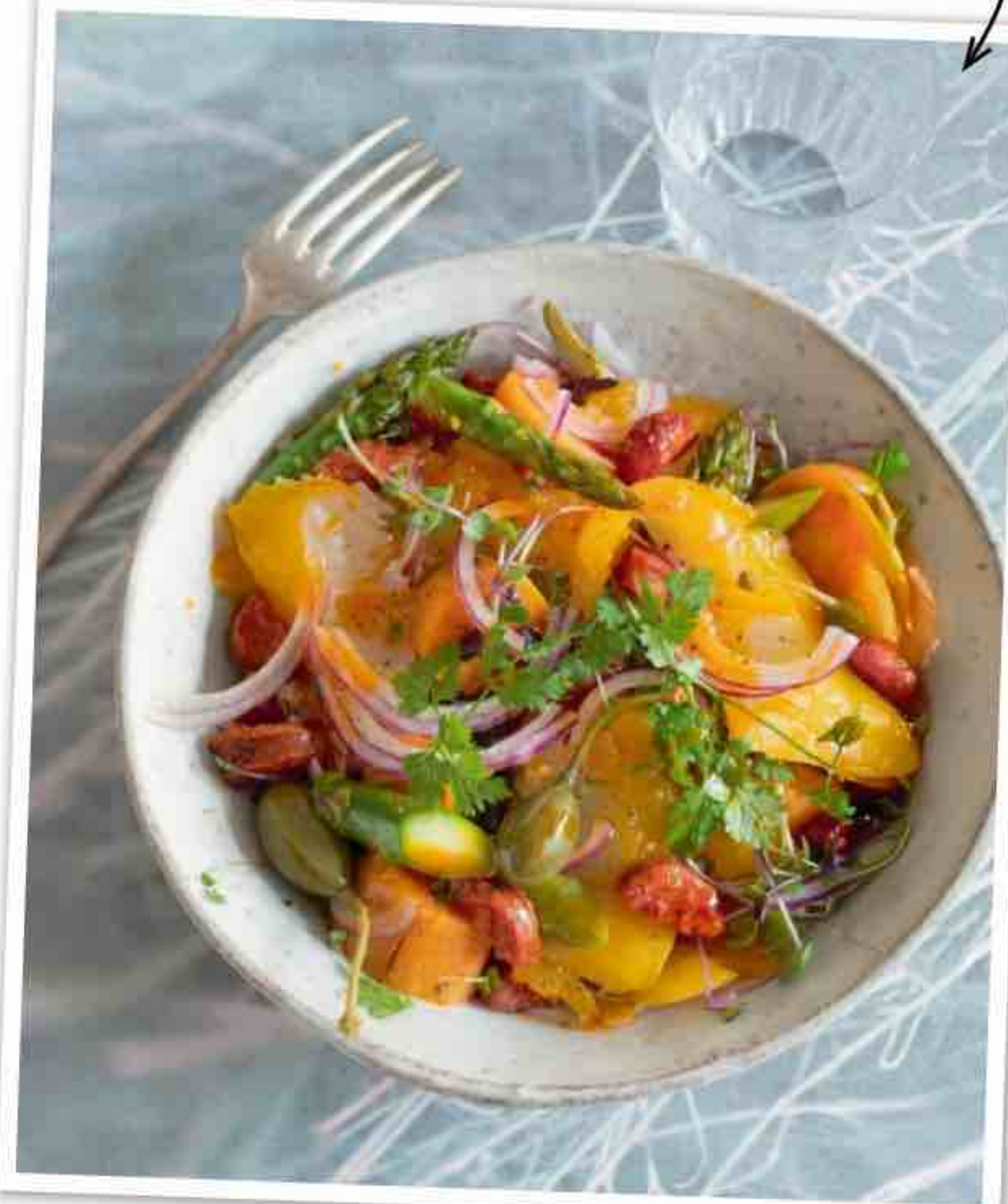
salée 5 min, jusqu'à ce qu'elles soient tendres mais croquantes. Égouttez-les et coupez-les en tronçons de 3 à 4 cm.

4. Détaillez le chorizo en dés. Faites chauffer une poêle à feu moyen, ajoutez les dés de chorizo. Faites-les revenir 3 à 5 min, jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés et croustillants, et qu'ils libèrent leur huile parfumée. Réservez-les. Récupérez 2 c. à soupe de jus de cuisson pour la vinaigrette.

5. Dans un petit bol, mélangez le jus de cuisson du chorizo, 3 c. à soupe d'huile d'olive, le jus du 2^e citron, du sel et du poivre. Fouettez bien jusqu'à obtenir une émulsion.

6. Dans un saladier, mélangez délicatement le haddock, le chorizo, les patates douces, les asperges, l'oignon rouge et les jeunes pousses de radis. Ajoutez les fleurs de câpres et le cerfeuil. Versez la vinaigrette sur la salade, mélangez pour bien enrober tous les ingrédients, et servez aussitôt.

Notre conseil vin
Un menetou-salon blanc





FREGOLA SARDA À LA PANCETTA ET AUX PALOURDES

Pour 4 personnes

Préparation : 30 min Repos : 1 h

Cuisson : 40 min

■ 1 kg de palourdes ■ 150 g de pancetta
■ 1 oignon ■ 1 bouquet de ciboulette ■ 300 g
de pâtes type fregola sarda ■ 2 cubes de
bouillon de volaille ■ 10 cl de vin blanc ■ 1 litre
d'eau ■ 3 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel, poivre

1. Placez les palourdes dans un grand
saladier d'eau froide salée, laissez-les
trempier pendant 1 h pour qu'elles se

dessablent. Coupez la pancetta en fines
lamelles. Épluchez l'oignon et ciselez-le.
Lavez, séchez et ciselez la ciboulette.
Faites chauffer l'eau dans une casserole
avec les cubes de bouillon.

2. Dans une sauteuse, faites chauffer
1 c. à soupe d'huile d'olive à feu moyen.
Ajoutez l'oignon ciselé et faites-le revenir
doucement pendant 2 à 3 min, jusqu'à
ce qu'il soit translucide. Ajoutez la pancetta
et faites cuire encore quelques minutes,
jusqu'à ce qu'elle soit bien dorée et
croustillante : réservez-en la moitié.

LA FREGOLA SARDA, UN GOÛT UNIQUE

La *fregola sarda*, ou « petite miette sarde », est une spécialité culinaire traditionnelle de Sardaigne. Cette petite perle de blé dur présente une texture légèrement croquante à l'extérieur et moelleuse à l'intérieur. Toastée à l'ancienne, elle révèle une subtile saveur de pain grillé. Une préparation façon risotto permet de préserver ce délicieux petit goût. Elle est traditionnellement cuisinée avec des fruits de mer (palourdes, calamar, crevettes...), que l'on peut relever, comme ici, avec de la pancetta, une spécialité charcutière italienne. On trouve la fregola sarda en épicerie et chez les traiteurs italiens, et en ligne sur les sites spécialisés.

3. Ajoutez les fregola sarda dans la sauteuse et mélangez bien pour enrober les grains de pâtes. Versez le vin blanc et laissez-le s'évaporer presque entièrement, en remuant régulièrement. Commencez à ajouter le bouillon de volaille chaud, une louche à la fois, en remuant fréquemment, comme pour un risotto. Laissez les pâtes absorber le bouillon avant d'ajouter la louche suivante. Continuez ce processus pendant environ 20 min, jusqu'à ce que les fregola soient cuites al dente et que le mélange soit crémeux. Vous n'aurez peut-être pas besoin de tout le bouillon, mais assurez-vous que les fregola sont bien cuites et fondantes.

4. Pendant que les fregola cuisent, faites chauffer 1 c. à soupe d'huile d'olive dans une poêle à feu moyen. Ajoutez les palourdes égouttées dans la poêle et faites-les cuire pendant 3 à 4 min à couvert, jusqu'à ce qu'elles s'ouvrent. Jetez celles qui ne s'ouvrent pas. Décoquillez-les, sauf quelques-unes pour la présentation.

5. À la fin de la cuisson des fregola, ajoutez la ciboulette ciselée, puis incorporez délicatement les palourdes. Mélangez doucement de façon à les répartir de manière homogène dans le plat.

6. Parsemez de pancetta croustillante et des palourdes réservées. Arrosez d'un filet d'huile d'olive et servez aussitôt.

Notre conseil vin

Un lirac blanc



SALADE DE SOBA, FÈVES, CANARD FUMÉ ET POUTARGUE

Pour 4 personnes

Préparation : 35 min Repos : 12 h

Cuisson : 40 min

■ 250 g de nouilles soba ■ 100 g de tranches de magret de canard séché et fumé ■ 1/2 poutargue ■ 1 kg de fèves ■ 2 oignons nouveaux ■ Poivre
Pour les œufs marinés : 4 œufs
■ 20 cl d'eau ■ 10 cl de sauce soja ■ 8 cl de vinaigre de riz ■ 2 c. à café de sucre en poudre ■ 15 g de gingembre frais, râpé

1. Préparez les œufs marinés. Dans une petite casserole, mélangez l'eau, la sauce soja, le vinaigre de riz, le sucre et le gingembre râpé. Portez à ébullition puis

laissez refroidir complètement. Dans une autre casserole, faites bouillir de l'eau et plongez les œufs 6 min pour obtenir des œufs mollets. Une fois cuits, passez-les sous l'eau froide pour stopper la cuisson. Écalez les œufs, puis placez-les dans la marinade froide. Laissez-les mariner pendant 12 h au réfrigérateur.
2. Faites bouillir une grande casserole d'eau salée. Plongez-y les nouilles soba et laissez-les cuire le temps indiqué sur le paquet. Égouttez-les puis passez-les sous l'eau froide. Réservez-les dans un grand saladier.

3. Écossez les fèves et faites-les cuire 3 à 5 min dans de l'eau bouillante salée. Égouttez-les, passez-les sous l'eau

froide, puis retirez la peau blanche épaisse qui les entoure. Ajoutez les fèves refroidies aux soba dans le saladier.

4. Coupez la poutargue en tranches fines, puis ajoutez-les dans le saladier avec les tranches de magret. Sortez les œufs marinés du réfrigérateur, coupez-les délicatement en deux dans le sens de la longueur. Répartissez les nouilles et les fèves dans 4 bols, en garnissant chacun de deux moitiés d'œuf mariné. Parsemez d'oignons nouveaux ciselés. Arrosez d'un peu de marinade des œufs, poivrez et servez.

Notre conseil vin
Un saint-joseph blanc

ROULÉ DE VEAU À LA SAUGE ET À LA MOZZARELLA, SAUCE AUX ANCHOIS ET AUX CÂPRES

Pour 4 personnes
Préparation : 35 min
Cuisson : 40 min

Pour les roulés : 6 escalopes de veau fines (soit environ 600 g en tout)
 ■ 12 tranches de lard fumé ■ 24 feuilles de sauge ■ 250 g de mozzarella ■ 1 filet d'huile d'olive ■ Sel, poivre
Pour la sauce : 50 g d'anchois à l'huile ■ 2 oignons cibette ■ 2 gousses d'ail ■ 5 brins de persil ■ 4 c. à soupe de câpres ■ 10 cl d'huile d'olive
Pour les légumes : 800 g de pommes de terre grenaille ■ 1 brin de romarin ■ 30 g de beurre ■ 1 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel, poivre
Ustensile : Ficelle de cuisine

1. Lavez les pommes de terre, puis séchez-les. Faites chauffer une cocotte avec 1 c. à soupe d'huile d'olive et le beurre. Ajoutez les pommes de terre et faites-les dorer à feu moyen, en les retournant souvent pour qu'elles soient bien colorées. Ajoutez le brin de romarin, couvrez et poursuivez la cuisson à feu doux 25 min, jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres. Salez, poivrez, puis réservez.
2. Déposez chaque escalope devant vous et recoupez-les en deux pour obtenir 12 bandes. Si elles sont trop épaisses, vous pouvez les aplatir au rouleau à pâtisserie ou à l'aide d'un attendrisseur de viande.
3. Sur chaque escalope, disposez une tranche de lard fumé, 2 feuilles de sauge et un morceau de mozzarella. Roulez chaque escalope en serrant bien. Maintenez-les fermées avec de la ficelle de cuisine. Salez

légèrement les roulés et poivrez. Faites chauffer une poêle à feu moyen avec un peu d'huile d'olive. Faites cuire les roulés 8 à 10 min, en les retournant souvent. Réservez au chaud.

4. Épluchez et râpez l'ail, ciselez le persil et les cibettes. Dans la même poêle, ajoutez 10 cl d'huile d'olive, l'ail, les anchois, faites chauffer à feu doux 2 à 3 min, en écrasant les anchois avec une cuillère en bois pour qu'ils se fondent dans l'huile. Ajoutez le persil, mélangez bien, puis ajoutez les câpres et les cibettes.
5. Servez les roulés de veau avec les pommes de terre et la sauce aux anchois. Pour apporter un peu de fraîcheur, accompagnez d'une salade de roquette.

Notre conseil vin
 Un savennières



L'ANCHOIS, UN CONDIMENT STAR

Un goût marqué, une forte salinité... L'anchois (à l'huile ou au sel) est un incontournable des accords terre et mer. Les Romains l'avaient déjà compris, avec leur *garum*, une sauce fermentée à base de petits poissons sauvages. La *colatura* italienne, elle, est exclusivement réalisée à base d'anchois. Aujourd'hui, le petit poisson est incontournable dans la sauce Caesar. Détaillé en petits

morceaux, il vient pimper une simple vinaigrette. Combiné avec les câpres, toujours dans une sauce, il se marie très bien avec le bœuf ou le veau, y compris dans un tartare. Le porc n'est pas en reste, avec par exemple un rôti de porc farci d'anchois au sel. Privilégiez des anchois de qualité, comme ceux de Collioure, qui bénéficient d'une indication géographique protégée (IGP).

RAVIOLES VOLAILLE-CREVETTE ET BOUILLON AUX HERBES

Pour 4 personnes
Préparation : 35 min
Cuisson : 1 h

■ 200 g de crevettes crues
décortiquées ■ 2 échalotes
■ 5 brins d'aneth ■ 10 brins de
ciboulette ■ 2 cm de gingembre
■ 20 feuilles de pâte à raviolis
chinois ■ 1 filet d'huile d'olive
■ Sel, poivre
Pour le bouillon : 2 cuisses
de poulet ■ 3 tiges de citronnelle
■ 2 feuilles de laurier ■ 3 cm de
gingembre ■ 10 brins de coriandre
■ 2 c. à soupe de sauce soja

1. Dans un faitout, plongez les
cuisses de poulet dans 3 litres
d'eau. Ajoutez la citronnelle,
le laurier, le gingembre émincé,
les tiges de la coriandre, salez.
Portez à ébullition, puis réduisez
le feu et laissez mijoter environ
1 h. Retirez les cuisses de poulet
du bouillon et laissez-les refroidir.
Filtrez le bouillon pour retirer
les herbes et les épices. Ajoutez
la sauce soja, goûtez et ajustez
l'assaisonnement si nécessaire.
2. Effilochez le poulet refroidi
puis hachez-le grossièrement.
Épluchez et ciselez les

échalotes, ciselez l'aneth et la
ciboulette, râpez le gingembre.
Dans un grand bol, mélangez
le poulet, les crevettes, hachées,
les échalotes, les herbes, le
gingembre. Salez, poivrez.
Mélangez bien pour obtenir
une farce homogène.

**3. Déposez une cuillerée de
farce** au centre de chaque feuille
de ravioli. Mouillez légèrement
les bords des feuilles avec de
l'eau. Repliez la feuille de ravioli
pour former un triangle, puis
pincez les bords pour bien
sceller les raviolis. Répétez
l'opération jusqu'à ce que vous
ayez utilisé toute la farce.

**4. Portez le bouillon filtré à
ébullition.** Plongez-y les raviolis.
Faites cuire 3 à 4 min, ou jusqu'à
ce qu'ils remontent à la surface.
Retirez-les délicatement à l'aide
d'une écumoire et répartissez-
les dans 4 bols de service.
Versez le bouillon chaud dans
chaque bol. Arrosez d'un filet
d'huile d'olive, salez, poivrez,
parsemez de feuilles de
coriandre et servez aussitôt.

Notre conseil vin
Un pouilly-fuissé



© Swalens / Photocuisine

BROCHETTES DE LOTTE À LA PANCETTA

Pour 4 personnes
Préparation : 25 min
Cuisson : 18 min

■ 400 g de lotte en morceaux
■ 8 tranches de pancetta
■ 1 gousse d'ail ■ 2 brins de
romarin ■ 2 tranches de pain
un peu épaisses et rassies
■ 4 c. à soupe d'huile d'olive
■ Sel, poivre

Pour les courgettes :
4 petites courgettes ■ 4 brins
de menthe ■ 1/2 piment
■ 1/2 citron ■ 1 gousse d'ail
■ 5 cl d'huile d'olive

1. Coupez le pain et la lotte
en cubes de la taille d'une
bouchée. Réunissez le poisson
et le pain dans un saladier.
2. Mélangez l'huile d'olive avec
l'ail écrasé, le romarin haché,
salez et poivrez. Versez cette
marinade sur le poisson et
le pain, mélangez rapidement.

3. Enfilez les cubes de lotte
sur des piques à brochettes en
alternant avec les cubes de pain
et des tranches de pancetta
repliées sur elles-mêmes.

4. Coupez les courgettes en
fines lanières à l'aide d'une
mandoline, badigeonnez-les
d'huile d'olive et faites-les griller
3 min de chaque côté, à la
plancha ou dans une poêle-gril.
Réservez. Hachez le piment
en ôtant les graines. Pelez et
émincez l'ail. Fouettez l'huile
avec l'ail, le piment, le jus du
citron, la menthe ciselée (sauf
quelques feuilles pour servir),
et versez sur les courgettes.

5. Faites griller les brochettes
3 min de chaque côté (12 min en
tout), le pain doit être croustillant.
Servez avec les courgettes,
parsemez de feuilles de menthe.

Notre conseil vin
Un arbois savagnin



Du yaourt en cuisine

Douceur et légèreté

Dans nos recettes, salées comme sucrées, le yaourt apporte onctuosité, légèreté et une pointe d'acidité qui équilibre les saveurs. Pour bien l'utiliser, notamment dans des préparations chaudes, quelques précautions sont à prendre.

Texte, recettes et stylisme **Audrey Cosson**. Photos **Louis-Laurent Grandadam**.

Des yaourts nature, nous en avons tous au réfrigérateur. Et ils ne se cantonnent pas à être dégustés avec miel ou confiture...

Si vous préférez une saveur plus acidulée, remplacez le zaatar par du sumac.

Parfait pour adoucir un curry, donner du fondant à un cake ou remplacer la crème dans une sauce ou une quiche, le yaourt est aussi excellent en marinade. Son acidité permet en effet d'attendrir les fibres des viandes. Pour une marinade rapide de poulet, mélangez du yaourt nature avec de l'ail écrasé, du jus de citron, du curry ou du paprika, et laissez mariner des pilons 2 heures au réfrigérateur avant de les faire cuire. Dans les desserts, le yaourt allège les pâtes et apporte une touche acidulée qui sublime les fruits.

Quel yaourt choisir ?

Tout dépend de l'effet recherché. Le yaourt grec est idéal pour des sauces crémeuses et des marinades grâce à sa texture épaisse et à sa teneur élevée en matières grasses (entre 8 et 10 %), qui lui permettent de mieux résister à la chaleur. Un yaourt entier apporte du moelleux aux gâteaux et aux pains, tandis qu'un yaourt à 0 % conviendra mieux aux préparations froides, car il a tendance à se dissocier à la cuisson et à former des grumeaux. Pour une recette à chaud (plat en sauce ou potage), incorporez le yaourt en fin de cuisson, hors du feu ou à feu très doux. Vous pouvez le tempérer au préalable en le mélangeant avec une cuillerée de préparation chaude avant de l'intégrer progressivement à cette dernière, et ajouter un peu de fécule de maïs pour stabiliser la préparation (il faudra alors cuire la préparation quelques minutes en remuant). Et côté saveurs ? Selon les recettes, vous pouvez tester un yaourt au lait de brebis ou de chèvre : dans des sauces froides aux herbes, un tzatziki, des quiches ou des flans salés, il apporte un goût subtil. ❖



ŒUFS À LA TURQUE

Pour 4 personnes

Préparation : 15 min

Cuisson : 10 min

■ 500 g de yaourt grec ■ 1 pincée d'ail en poudre ■ 4 œufs extra-frais
■ 2 c. à soupe de vinaigre d'alcool ■ Sel
Pour le beurre parfumé : 30 g de ghee (beurre clarifié, en magasin bio)
■ 1 c. à soupe de paprika fumé
Accompagnements : 4 tranches de pain
■ 2 brins de menthe ■ Le zeste et le jus de 1/2 citron bio ■ 1 c. à soupe de zaatar
■ 1 c. à soupe d'huile d'olive

1. Mélangez le yaourt avec une pincée de sel et l'ail en poudre. Réservez au frais jusqu'au moment de servir.

2. Faites chauffer une grande casserole d'eau jusqu'à légère ébullition. Cassez un œuf dans un petit bol. Versez le vinaigre dans l'eau et créez un tourbillon à l'aide d'une cuillère. Placez l'œuf au centre et

laissez cuire 3 à 4 min. Retirez-le avec une écumoire et plongez-le dans l'eau froide pour arrêter la cuisson. Répétez l'opération pour chaque œuf et réservez.

3. Préparez le beurre parfumé. Faites fondre le ghee à feu doux dans une casserole. Hors du feu, ajoutez le paprika et laissez infuser 10 min.

4. Faites chauffer une poêle avec l'huile d'olive et faites-y dorer les tranches de pain 2 à 3 min de chaque côté. Réservez.

5. Répartissez le yaourt dans des assiettes creuses. Déposez un œuf poché sur chaque portion. Parsemez de zaatar, de la menthe ciselée et du zeste finement râpé du citron. Arrosez du jus de citron.

6. Au moment de servir, nappez les œufs de beurre chaud au paprika (réchauffez-le légèrement s'il a figé) et dégustez avec le pain grillé.

Notre conseil vin

Un coteaux-du-giennois blanc



POULET TIKKA MASALA ET NAANS NATURE

Pour 4 personnes

Préparation : 30 min Repos : 2 h

Cuisson : 35 min

■ 4 blancs de poulet ■ 2 oignons
■ 3 gousses d'ail ■ 3 cm de gingembre
frais ■ 40 g de noix de cajou ■ 400 g de
tomates concassées ■ 1 c. à soupe de
concentré de tomates ■ 20 cl de crème
de coco ■ 5 brins de coriandre ■ 2 c.
à soupe d'huile d'olive ■ Sel, poivre

Pour les naans : 400 g de farine T55

■ 6 g de levure de boulanger sèche

■ 125 g de yaourt entier ■ 2 c. à soupe

d'huile ■ 1 c. à café de sel

**Pour la marinade : 200 g de yaourt
entier ■ 1 c. à soupe bombée de garam
masala ■ 1 c. à café bombée de cumin
moulu ■ 1 c. à café bombée de curcuma
moulu ■ 1 c. à café bombée de
cardamome moulue**

1. Préparez la pâte à naans. Dans un saladier, mélangez la farine, le sel et la levure. Formez un puits, puis versez-y 20 cl d'eau froide, l'huile et le yaourt. Malaxez les ingrédients jusqu'à obtenir une pâte homogène, puis formez une boule. Couvrez-la d'un torchon humide et laissez-la reposer 2 h dans un endroit chaud.

2. Préparez la marinade. Mélangez les ingrédients de la marinade dans un bol. Ajoutez le poulet en morceaux et enrobez-le bien du mélange. Filmez et laissez mariner 1 h au réfrigérateur.

3. Concassez les noix de cajou. Épluchez les oignons, l'ail et le gingembre, puis hachez-les. Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle et faites-y dorer les oignons. Ajoutez l'ail, le gingembre et le concentré de tomates. Laissez cuire 1 min.

4. Ajoutez le poulet avec sa marinade et faites-le bien dorer. Versez les tomates concassées et la crème de coco. Portez à ébullition à feu vif. Couvrez, baissez le feu et laissez mijoter doucement 20 min, en remuant régulièrement.

5. Pendant ce temps, divisez la pâte à naans en 6 à 8 portions. Aplatissez-les légèrement au rouleau sur le plan de travail fariné pour obtenir des galettes. Dans une poêle chaude, faites-les cuire 3 à 4 min de chaque côté, à feu moyen. Une fois le poulet cuit, rectifiez l'assaisonnement.

6. Servez le poulet bien chaud, parsemé de noix de cajou et de feuilles de coriandre, accompagné des naans et de riz basmati, par exemple.

Notre conseil vin

Un touraine rosé



QUICHE AUX ASPERGES, ÉPINARDS, CHÈVRE ET CHORIZO

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min

Cuisson : 1 h 15

■ 400 g d'asperges vertes ■ 300 g d'épinards frais ■ 1 gousse d'ail
■ 120 g de chorizo doux ■ 130 g de fromage de chèvre frais ■ 250 g de yaourt à la grecque ■ 25 cl de lait
■ 4 œufs ■ 1 pâte feuilletée ■ 1 filet d'huile d'olive ■ Sel, poivre

1. Éliminez la base fibreuse des asperges et détaillez-les en tronçons. Faites-les blanchir 5 min dans l'eau bouillante salée, puis égouttez-les.

2. Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle. Faites-y dorer l'ail épluché et coupé en deux, puis ajoutez les épinards. Faites-les revenir quelques minutes. Ajoutez les asperges ainsi que le chorizo pelé et coupé en demi-tranches. Faites dorer le tout, puis retirez du feu.

3. Préchauffez le four à 200 °C. Dans un saladier, fouettez le yaourt avec le lait et les œufs. Salez et poivrez. Ajoutez le contenu de la poêle, les deux tiers du fromage de chèvre et mélangez.

4. Étalez la pâte feuilletée dans un moule à tarte et piquez le fond avec une fourchette. Versez l'appareil et répartissez-y le reste de fromage de chèvre, puis enfournez pour 55 min environ, jusqu'à ce que la quiche soit dorée. Laissez tiédir avant de servir.

Notre conseil vin

Un beaujolais blanc

MOUSSE DE FRUITS AU YAOURT, COULIS DE FRAISES ET SPÉCULOS

Pour 4 personnes
Préparation: 15 min
Repos: 1 h

Pour la mousse: 400 g de yaourt entier ■ 2 blancs d'œufs ■ 25 g de sucre ■ 1 gousse de vanille

Pour le coulis de fraises et la décoration: 250 g de fraises ■ 1 filet de jus de citron ■ 1 c. à café de sucre ■ 8 spéculos ■ Quelques pousses d'oxalis (facultatif)

1. Préparez la mousse. Fendez la gousse de vanille en deux dans le sens de la longueur et récupérez les graines avec la lame d'un couteau. Mélangez-les avec le yaourt.

2. Montez les blancs d'œufs en neige ferme, puis ajoutez progressivement le sucre tout en continuant de fouetter, jusqu'à obtenir la texture d'une meringue bien lisse et brillante. Incorporez délicatement la préparation au yaourt, en soulevant la masse avec une spatule pour ne pas casser les blancs. Réservez au moins 1 h au frais.

3. Préparez le coulis. Réservez quelques fraises et mixez le reste avec le sucre, le jus de citron et un peu d'eau, jusqu'à obtenir un coulis lisse. Passez au tamis si vous souhaitez un coulis sans grains.

4. Répartissez la mousse dans des bols. Arrosez du coulis de fraises, parsemez des fraises entières réservées, des spéculos émiettés et éventuellement de pousses d'oxalis. Servez bien frais.

Notre conseil d'accompagnement
Un porto ruby ou un thé blanc aux fruits rouges



Plus aérien

Pour une version encore plus légère, remplacez le yaourt entier par du yaourt light!



CHEESE-CAKE BRÛLÉ AU YAOURT GREC ET AU THÉ MATCHA

Pour 6 personnes

Préparation : 25 min

Repos : 4 h

Cuisson : 30 min

■ 400 g de Philadelphia ■ 180 g de yaourt grec ■ 16 g de poudre de thé vert matcha + un peu pour la décoration ■ 140 g de sucre ■ 2 œufs ■ 1/2 c. à soupe de farine ■ 1 c. à soupe d'extrait de vanille ■ 4 cl de sirop d'érable ■ Beurre pour le moule ■ Quelques framboises pour servir
Ustensile : 1 moule à charnière

1. Préchauffez le four à 220 °C. Dans un petit bol, mélangez le sucre avec l'extrait de vanille et le thé matcha. Dans un grand bol, fouettez le Philadelphia avec le yaourt grec et le mélange précédent, jusqu'à obtenir une texture lisse et homogène.

2. Incorporez les œufs un à un, en mélangeant bien après chaque ajout. Ajoutez le sirop d'érable et la farine, puis fouettez jusqu'à obtenir une crème lisse et homogène.

3. Versez la préparation dans le moule préalablement beurré et chemisé de papier cuisson. Enfouez pour 15 min environ.

4. Tournez le cheesecake et laissez cuire encore 15 min, ou jusqu'à ce que le dessus soit bien doré, presque un peu brûlé. Le cœur doit encore être tremblotant.

5. Sortez le gâteau du four et laissez-le refroidir à température ambiante, puis placez-le au moins 4 h au réfrigérateur.

6. Démoulez le cheesecake, puis saupoudrez-le de thé matcha et parsemez-le de quelques framboises avant de servir.

Notre conseil d'accompagnement
Un thé vert matcha



Aux Canaries, sur l'île de Lanzarote, la vigne puise dans le sol volcanique recouvert de cendres tous les nutriments qui donnent aux vins leur typicité.

© Shutterstock / Sopotnicki

Tour du monde des vins volcaniques

Même s'ils offrent un panorama à couper le souffle, les volcans ne sont pas qu'un plaisir pour les yeux. Ils composent aussi le terrain d'une catégorie de vins insolites que l'on peut désormais repérer grâce au tout nouveau label Volcanic Origin.

Texte **Bérangère Chanel**.

Imaginez : pas un obstacle ne vient obstruer la vue, si ce n'est les nuages qui s'élèvent au-dessus de la vallée et chatouillent les flancs de ces montagnes de feu. Nous sommes chez Jean-Baptiste Deroche au domaine Miolanne, à Neschers, dans le Puy-de-Dôme. Le vigneron se souvient : il y a douze ans, jeune œnologue, il désire acquérir un domaine ; son exploration le mène jusqu'au pied du parc des volcans d'Auvergne. Là, il trempe les lèvres dans un nectar : « J'ai tout de suite été séduit par les notes fumées. Et j'ai immédiatement demandé s'il y avait des vignes à vendre dans le coin. » Hasard ou destin ? L'oncle de Jean-Baptiste est... vulcanologue, et l'emmenait, petit, visiter des volcans. Lorsque Jean-Baptiste devient propriétaire, son aîné lui fait une révélation : une partie de son sol est composé de pierres ponces et de cendres issues de l'éruption du massif du Sancy. Le terrain est exceptionnel. Il est volcanique, comme environ 70 % des terroirs en Auvergne, prenant racine dans des coulées de lave. « Sur les roches basaltiques, qui emmagasinent la chaleur, je réalise des vins concentrés. Sur de la pierre ponce, les jus sont plus légers, plus parfumés et aériens », décrypte le vigneron.

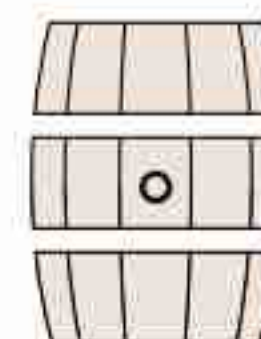
Une identité forte

Même si 80 volcans constellent toute l'appellation Côtes d'Auvergne, cela ne fait qu'une dizaine d'années que les vignerons français ont pris conscience de cet atout géologique. « Les producteurs siciliens et hongrois ont de l'avance, avec des pratiques culturelles qu'ils ont depuis des années adaptées à leur terroir », constate le vigneron auvergnat. C'est le cas aussi des Grecs et des Espagnols. À quatre heures de vol de Paris, la *caldeira* de Santorin produit du vin depuis 3 500 ans avant notre ère et l'on y trouve des pieds de vigne âgés de plusieurs centaines d'années. Du côté de l'Atlantique, à Lanzarote, la toute première *bodega* a ouvert en 1775 : la maison El Grifo est un passage obligé sur la route des vins de l'île la plus orientale des Canaries, où la vigne pousse dans un paysage lunaire composé de sable et de roche d'un noir intense. La treille pousse même en Sicile au pied du plus haut volcan actif d'Europe, l'Etna. « Il faut une centaine d'années pour que le raisin commence à pousser. Les sols sont très pauvres et les minéraux ne parviennent pas immédiatement à la plante », explique John Szabo, sommelier canadien et référence mondiale des vins volcaniques. Du raisin qui pousse sur des volcans, il y en ■■■

Bon à savoir !

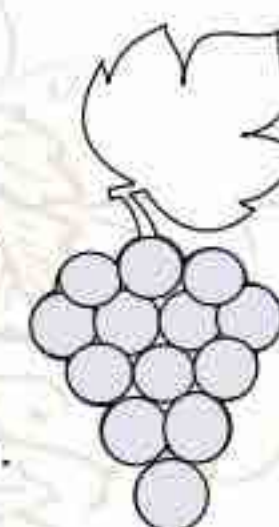
Conservation

Les vins de volcan se gardent en cave 3 à 4 ans, et jusqu'à 10 ans pour les grands blancs et rouges.



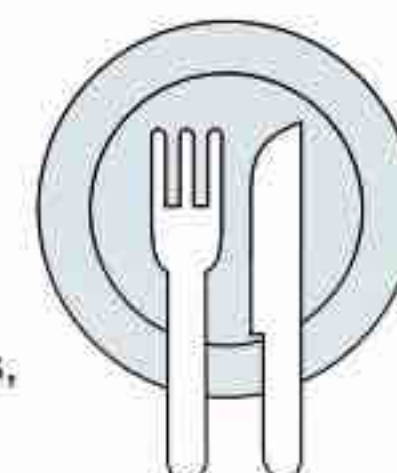
Initiation

Facile à appréhender avec ses notes minérales et son léger parfum d'agrumes, l'assyrτικο est un cépage blanc cultivé depuis des millénaires à Santorin.



Accords

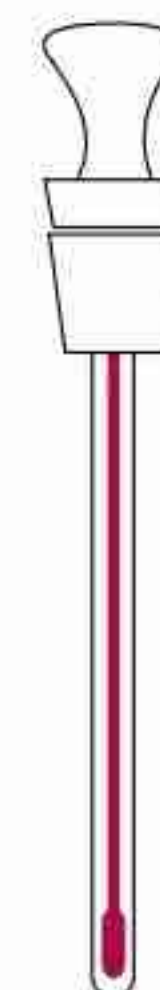
Les notes fumées des rouges s'associent aux viandes au goût puissant, comme des côtelettes de sanglier. Pour les blancs, on opte volontiers pour un poisson grillé.



Température de service

11°C

Pour les blancs, mieux vaut ne pas descendre en dessous de 11 °C. Pour les rouges, la température idéale se situe entre 16 et 19 °C.



LES TERRES VOLCANIQUES NE REPRÉSENTENT QUE 2 % DE LA PRODUCTION MONDIALE DE VIN.

■■■ a de l'État américain de l'Oregon jusqu'en Hongrie. En France, l'association Vinora, qui fait la promotion des vins volcaniques, a obtenu en 2024 le droit de certifier les vins issus de ces terroirs par le label Volcanic Origin. Le cahier des charges précise que les raisins doivent provenir de vignobles reconnus volcaniques (projections du volcan, coulée et colluvions issues de l'érosion) et de roches volcaniques (basalte, trachybasalte, andésite, trachyandésite, trachyte, rhyolite, dacite) ou volcano-sédimentaires (scories, pouzzolane, pépérite, pierre ponce)...

Un profil salin et fumé

Dans le verre, il faut s'attendre à des expériences organoleptiques variées. La raison est simple : la composition des roches volcaniques diffère selon les zones géographiques. Et cela a une incidence directement à la dégustation. « Sur des sols basaltiques, le raisin produit des vins avec davantage de notes poivrées », illustre le sommelier nord-américain. Certains cépages donnent des résultats singuliers. « La syrah est bien plus perméable aux caractéristiques d'un terroir volcanique. On a moins de tanins, contrairement à une culture sur un sol argilo-calcaire », détaille Jean-Baptiste Deroche. Pour autant, il y a bien un dénominateur commun à tous ces jus, qu'ils soient produits depuis les Açores jusqu'à l'île de Fogo au Cap-Vert. En dégustant les blancs, vous remarquerez des notes salines. Et ce n'est pas nécessairement parce que le raisin pousse près de la mer. « Les recherches scientifiques ont révélé la présence de potassium dans le sol volcanique », expose Pierre Desprat, le vice-président de Vinora, à l'initiative de ces recherches. Et ce n'est pas tout ! Les rouges aussi sont concernés. « En testant les gamays, nous avons repéré un marqueur identique autour de notes fumées. » Un dernier point commun aux vignes qui poussent sur un volcan : toutes résistent à la chaleur grâce au sol qui emmagasine l'eau et la redistribue de façon homogène... Pratique quand il fait chaud ! « Au Chili, où le vin est surtout produit dans le centre du pays marqué par les fortes températures, des vignerons explorent de nouveaux terrains volcaniques vers le sud qui ne sont pas encore connus », confie John Szabo. Et si les sols volcaniques étaient la terre d'élection des vignobles de demain ? ♦

Notre sélection

**COUP DE
CŒUR**



France

À base de gamay d'Auvergne à 60 %, complété de pinot noir, cette cuvée a vieilli à 1 200 mètres d'altitude dans un buron cantalien. Une sorte de maison d'alpage où la cave Desprat – Saint-Verny entreprend la dernière étape de vinification pour lui donner du relief, de la générosité avec ses arômes cacaotés et de la longueur en bouche. **Desprat – Saint-Verny, Côtes d'Auvergne, La légendaire 2022, 15,50 €.**

Italie

Sur les flancs de l'Etna, le nerello mascalese est un cépage rouge emblématique sicilien, qui se plaît à pousser en altitude pour donner des vins racés et très parfumés, comme celui de la famille Planeta. Une belle entrée en matière pour savourer le fumé des jus volcaniques. **Planeta, Etna rosso 2021, 26,90 €.**



Grèce

À cinq kilomètres du village cycladique d'Oia, d'où l'on immortalise le plus mythique des couchers de soleil grecs, se trouve l'un des domaines les plus courus de Santorin. Son blanc, à base du cépage phare de la caldeira, constitue une parfaite initiation aux vins volcaniques. **Sigalas, Assyrtiko, 2019, 45 €.**

Espagne

Voilà un échantillon de l'un des plus anciens cépages du monde que l'on ne trouve qu'à Lanzarote, dans les îles Canaries. La malvoisie volcanique compose entièrement cette cuvée concoctée par le domaine El Grifo, qui cultive le raisin sur un sol d'un noir intense et réalise les vendanges à la main.

El Grifo, Malvasia Colección seco 2023, 18,10 €.



Portugal

Produit en plein milieu de l'Atlantique, dans l'archipel des Açores, ce vin rouge à la robe rubis qui délivre bien les notes fumées distinctives des terroirs volcaniques sort des standards que l'on connaît. Un vrai voyage des sens au goût de cerise, de violette et même d'un soupçon de barbe à papa!

Azores Wine Company, Proibida 2018, 18,55 €.



DR

3 QUESTIONS À...

John Szabo

Sommelier et expert en vins volcaniques

À quel moment d'un repas les vins volcaniques s'accordent-ils le mieux ?

Ce sont moins des vins d'apéritif que des cuvées à servir à table. Leur côté salin rehausse les plats. Par exemple, on retrouve les mêmes saveurs dans un vin blanc de Santorin que dans un poulpe grillé accommodé d'olives noires et de câpres.

À quelle température faut-il les servir ?

Pour les blancs, il ne faut pas descendre au-dessous de 11 ou 12 °C, au risque de masquer les subtilités organoleptiques. Pour les rouges, dans le cas d'une cuvée tannique servie à une température trop fraîche, vous renforcerez la sensation d'astringence. Ainsi, un rouge léger d'Auvergne ou de l'Etna

se sert à 16-17 °C, alors qu'un cabernet de la Napa Valley, en Californie, se déguste à 18-19 °C.

Sont-ils aptes au vieillissement ?

Il m'est arrivé de déguster des cabernets de la Napa Valley qui avaient 30, voire 40 ans d'âge ! La durée de vieillissement dépend des cépages. En Campanie (Italie), on peut attendre de l'aglianico qu'il reste en cave jusqu'à 25 ou 30 ans. Cette longévité est due non seulement à une concentration tannique importante, mais aussi à un taux élevé d'acidité. Les vins volcaniques âgés vous plairont si vous n'êtes pas amateur de vins fruités. Avec le temps, leur saveur fumée se renforce, tout comme les notes de résine.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.



Épaule d'agneau

Pour toutes les envies

Fondant, ce morceau est le partenaire incontournable des repas de fête ou du déjeuner printanier du dimanche. Au four, braisée, farcie et roulée, l'épaule d'agneau se plie à toutes les déclinaisons.

Texte **Carole Garnier**. Recettes et stylisme **Valéry Drouet**, assisté de **Léa Drouet**. Photos **Pierre-Louis Viel**.

Pièce assez grasse et musclée, l'épaule doit être cuite lentement pour révéler sa texture fondante, se détacher facilement de l'os et fondre en bouche. On peut la cuisiner entière, rôtie au four ou encore à l'étouffée. Pour une cuisson au four réussie, massez-la avec de l'huile d'olive, du sel et du poivre, et pour la parfumer, faites des incisions et insérez-y des gousses d'ail, des brins de romarin ou de thym. Enfournez pour 2 à 3 heures à 160 °C, sans oublier de l'arroser régulièrement. Pour la braiser, faites colorer l'épaule dans un peu d'huile, ajoutez des aromates et un liquide (bouillon de légumes ou de viande, vin rouge, sauce tomate...), puis laissez mijoter 2 à 3 heures à feu doux.

Bien accompagnée

Désossée, l'épaule peut être farcie (aux herbes, aux figues fraîches, aux pruneaux, au pesto ou aux agrumes...) avant d'être roulée, ficelée et cuite (la cuisson sera plus rapide, en 50 minutes environ). Pour l'accompagner, les classiques purée de pommes de terre et légumes rôtis sont des valeurs sûres, mais vous pouvez aussi opter pour une polenta crémeuse et des tomates cerise rôties, une semoule aux fruits secs, ou, plus léger, une salade fraîche de roquette, de tomates cerise et de feta. Pour toutes les envies, on vous dit! ♦

Une merveille de saveur et de fondant,
à servir seule ou dans un sandwich.



ÉPAULE D'AGNEAU À LA HARISSA FAÇON EFFILOCHÉE

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min

Repos : 15 min Cuisson : 2 h 30

■ 1 kg d'épaule d'agneau ■ 100 g de harissa ■ 100 g de ketchup ■ 100 g de moutarde forte ■ 60 g de cassonade ■ 25 cl de bière ambrée ■ 5 cl d'huile d'olive ■ Sel, poivre

1. Coupez l'épaule en cubes de 3 cm environ. Saisissez-les 3 min dans une poêle à feu vif avec l'huile d'olive.

2. Préchauffez le four à 160 °C.

Dans un saladier, mélangez la cassonade avec le ketchup, la harissa et la moutarde. Ajoutez la bière, du sel et du poivre, puis mélangez. Placez les morceaux d'épaule dorés dans le saladier et mélangez pour bien les enrober du mélange à la harissa.

3. Coupez 4 grandes feuilles de papier aluminium et posez-les en croix l'une sur l'autre sur la plaque du four. Déposez la viande et la sauce

au centre, repliez et fermez les feuilles pour former une grosse papillote. Enfouissez pour 2 h 30 sans y toucher.

4. Sortez la plaque du four et laissez reposer la viande 15 min. Ouvrez la papillote, effilochez la viande avec une fourchette et mélangez. Dégustez aussitôt, accompagné par exemple de frites fraîches ou de pommes de terre sautées.

Notre conseil vin

Un crozes-hermitage rouge

NAVARIN D'AGNEAU AUX LÉGUMES PRIMEURS

Pour 4 personnes

Préparation : 30 min

Cuisson : 1 h 30

■ 800 g d'épaule d'agneau ■ 400 g de navets nouveaux ■ 400 g de pommes de terre primeurs ■ 300 g de carottes ■ 250 g de petits pois écossés ■ 1 gros oignon ■ 2 gousses d'ail ■ 2 brins de thym ■ 1 c. à soupe bombée de concentré de tomates ■ 1 c. à soupe bombée de farine ■ 30 cl de vin blanc ■ 5 cl d'huile d'olive ■ Sel, poivre

1. Épluchez l'oignon et les gousses d'ail, puis émincez-les. Pelez et lavez les carottes, les pommes de terre et les navets. Coupez-les en morceaux de taille égale.

2. Faites chauffer l'huile dans une cocotte. Coupez la viande en morceaux de 4 cm et faites-les dorer 5 min à feu vif. Ajoutez l'ail et l'oignon. Laissez fondre, puis ajoutez le concentré de tomates et la farine. Laissez cuire 3 à 4 min à feu vif, en remuant.

3. Versez le vin blanc, faites cuire 5 min et couvrez d'eau. Assaisonnez, ajoutez le thym, couvrez la cocotte et laissez cuire 30 min à feu moyen, en remuant de temps en temps. Ajoutez les carottes, les pommes de terre et les navets. Couvrez et poursuivez la cuisson 30 min à feu moyen.

4. Ajoutez les petits pois et laissez cuire encore 15 min sans le couvercle. Servez le navarin bien chaud.

Notre conseil vin

Un chinon rouge

Un plat délicieux, emblématique de l'arrivée du printemps.



ÉPAULE D'AGNEAU RÔTIE EN CROÛTE D'AROMATES

Pour 4 personnes

Préparation : 30 min Repos : 6 h

Cuisson : 1 h

■ 1 épaule d'agneau de 1,2 kg ■ 400 g de carottes fanes ■ 400 g de céleri-rave ■ 400 g de fenouil ■ 1 botte d'oignons nouveaux ■ 3 brins de thym ■ 1 brin de romarin ■ 6 feuilles de sauge ■ 2 feuilles de laurier séché ■ 1 c. à café bombée d'origan séché ■ 10 cl d'huile d'olive ■ Poivre noir en grains ■ Fleur de sel, sel, poivre

1. Mettez les feuilles de laurier dans un mini-hachoir avec les brins de romarin et de thym, les feuilles de sauge, l'origan,

8 grains de poivre et 1 c. à café rase de fleur de sel. Mixez le tout 1 min pour obtenir une préparation homogène. Mélangez-la dans un bol avec la moitié de l'huile d'olive.

2. Dégraissez l'épaule d'agneau, puis frottez-la à la main avec le mélange aux aromates et à l'huile d'olive. Enveloppez la viande de film alimentaire, placez-la au moins 6 h au réfrigérateur.

3. Épluchez, lavez les carottes, puis coupez-les dans le sens de la longueur. Pelez et lavez le céleri, puis détaillez-le en gros cubes. Nettoyez le fenouil et coupez-le en morceaux. Nettoyez les oignons nouveaux, coupez le vert et gardez les bulbes entiers.

4. Préchauffez le four à 200 °C. Retirez le film alimentaire autour de l'épaule et déposez-la dans une grande plaque à rôtir. Mélangez tous les légumes dans un grand saladier avec le reste de l'huile d'olive, du sel et du poivre, puis répartissez-les autour de la viande.

5. Enfouissez pour 30 min. Baissez le four à 180 °C, continuez la cuisson 15 à 20 min pour une viande rosée, 30 min pour une viande à point. Couvrez l'épaule d'une feuille de papier aluminium et laissez-la reposer 10 min hors du four avant de la trancher et de la servir avec les légumes.

Notre conseil vin
Un médoc

ÉPAULE D'AGNEAU CONFITE AU FOIN ET À L'AIL

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min

Repos : 30 min Cuisson : 4 h

■ 1 épaule d'agneau de 1 kg
■ 1 carotte ■ 1 oignon ■ 10 gousses d'ail ■ 100 g de foin spécial cuisine (sur internet) ■ 40 cl de vin blanc
■ 5 cl d'huile d'olive ■ Sel, poivre

1. Épluchez et lavez la carotte, puis coupez-la en petits dés. Pelez et hachez l'oignon. Désossez l'épaule

d'agneau, roulez-la et ficelez-la pour former un rôti (ou demandez à votre boucher de le faire). Préchauffez le four à 130 °C.

2. Faites chauffer l'huile d'olive dans une cocotte, puis saisissez, à feu vif, le rôti d'épaule sur toutes ses faces. Salez et poivrez.

3. Baissez le feu, puis ajoutez l'oignon, la carotte et les gousses d'ail non pelées. Laissez cuire 5 min à feu moyen. Versez le vin blanc, répartissez le foin tout autour de la

viande et mettez-en un peu dessus.

4. Couvrez la cocotte, placez-la dans le four et faites cuire 4 h. À mi-cuisson, retournez la viande.

5. Sortez la cocotte du four et laissez reposer 30 min sans ouvrir.

6. Retirez le foin et les ficelles du rôti, puis servez l'épaule et l'ail confits avec une purée maison ou une poêlée de légumes nouveaux.

Notre conseil vin

Un anjou blanc





ÉPAULE D'AGNEAU ROULÉE FARCIE AUX OLIVES

Pour 4 personnes

Préparation : 40 min Repos : 10 min

Cuisson : 50 min

■ 800 g d'épaule d'agneau désossée
■ 200 g de semoule moyenne ■ 2 oignons moyens ■ 2 brins de thym ■ 250 g d'olives vertes dénoyautées ■ 2 c. à soupe bombées de tapenade noire ■ 20 g de vin blanc ■ 20 g de beurre ■ 10 cl d'huile d'olive ■ Sel, poivre

Ustensile : Ficelle de cuisine

1. Pelez les oignons et émincez-les. Hachez grossièrement la moitié des olives, puis mélangez-les dans un bol avec la tapenade.

2. Étalez l'épaule d'agneau sur le plan de travail côté gras dessous. Assaisonnez-la, puis répartissez le mélange d'olives et de tapenade sur la chair. Roulez la viande et ficelez-la en serrant fortement pour former un rôti. Préchauffez le four à 180 °C.
3. Faites chauffer la moitié de l'huile d'olive dans la lèchefrite du four sur le feu. Saisissez l'épaule d'agneau 3 à 4 min de chaque côté à feu vif. Répartissez les oignons autour de l'épaule d'agneau, puis enfournez pour 30 à 40 min selon la cuisson désirée.

4. Mélangez la semoule dans un récipient avec le reste de l'huile d'olive et du sel. Versez de l'eau bouillante

à hauteur, couvrez avec un torchon et laissez gonfler 10 min environ.

5. Sortez la lèchefrite du four. Enveloppez le rôti d'épaule dans du papier aluminium. Dégraissez la lèchefrite, puis placez-la à feu moyen. Déglacez avec le vin blanc et laissez réduire de moitié. Ajoutez 10 cl d'eau, le beurre et le thym. Faites réduire en remuant à la spatule ou au fouet. Ajoutez le reste d'olives et versez la sauce dans un bol.

6. Tranchez le rôti d'agneau, puis servez-le aussitôt avec la semoule, les oignons et la sauce aux olives.

Notre conseil vin

Un lirac rosé

Rugelachs

Mi-croissants, mi-biscuits, 100 % gourmands

Issues de la cuisine juive ashkénaze, ces petites viennoiseries sont un classique des délicatessens new-yorkais. À déguster au petit déjeuner, au goûter ou... quand vous voulez !

Recette et stylisme **Marie-Laure Fréchet**. Photos **Valérie Lhomme**.

Pour 24 pièces

Préparation : 15 min **Repos :** 1 h 30

Cuisson : 25 min

■ 300 g de farine T55 ou T65 ■ 230 g de beurre ramolli ■ 230 g de cream cheese ■ 50 g de noix de pécan ■ 2 c. à soupe de sucre roux ■ 2 c. à soupe de cannelle en poudre ■ 1 œuf pour la dorure ■ 1 pincée de sel
Ustensile : 1 pinceau de cuisine

1. Dans le bol d'un robot muni de la feuille (ou dans un saladier à l'aide d'une spatule), mélangez le beurre et le cream cheese, jusqu'à ce que la préparation soit homogène. Incorporez la farine et le sel en remuant pour obtenir une pâte homogène (photo 1). Filmez la pâte et laissez-la reposer au moins 1 h au frais.

2. Pendant ce temps, préparez la garniture. Mixez les noix de pécan avec le sucre roux et la cannelle en poudre.

3. Sur le plan de travail fariné, étalez la pâte en un disque de 40 cm de diamètre environ, puis recoupez-la à l'aide d'un moule ou d'un plateau pour obtenir un pourtour régulier (photo 2).

4. Saupoudrez de la garniture (photo 3), puis découpez 24 parts, comme un gâteau (photo 4). Roulez les triangles obtenus pour former des croissants, de la base à la pointe (photo 5). Déposez-les sur une plaque recouverte de papier cuisson. Filmez et laissez reposer 30 min au congélateur ou au moins 1 h au réfrigérateur.

5. Préchauffez le four à 180 °C. À l'aide d'un pinceau, dorez les croissants avec l'œuf battu. Enfouez pour 25 min environ, jusqu'à ce que les rugelachs soient bien dorés.

DES PÂTISSERIES VENUES DE L'EST

Le nom de ces mini-croissants viendrait du polonais *róg*, qui signifie « corne », et leur forme est typique des viennoiseries d'Europe centrale. On peut les préparer avec de la pâte levée ou de la pâte à biscuit (comme dans notre recette), qui « feuillette » légèrement à la cuisson. Souvent garnis de chocolat ou de noix, ils se déclinent en version salée.



*Croustillants à l'extérieur, moelleux
à l'intérieur, de vraies friandises !*



LE BON GESTE

Pour former les croissants, roulez la pâte en serrant bien, et placez les rugelachs pointe en dessous sur la plaque de cuisson.





Servez le caramel et la crème à la vanille
à table... pour les plus gourmands !

Cake vanille-chocolat caramel au café

Et si on innovait dans le service du traditionnel cake ? Proposé en tranches nappées d'une crème onctueuse à la vanille et d'un caramel parfumé au café, il offre une expérience de dégustation qui change du tout au tout !

Recette et stylisme **Coralie Ferreira**. Photos **Nathalie Garnet**.

Pour 8 personnes
Préparation : 25 min
Cuisson : 1 h

Pour le cake : 120 g de beurre à température ambiante ■ 3 œufs ■ 100 g de farine T55 ■ 1 c. à café rase de levure chimique ■ 110 g de sucre ■ 120 g de poudre d'amandes ■ 70 g de chocolat noir à 70 % ■ 1/2 gousse de vanille ■ 1 pincée de sel

Pour la crème à la vanille : 100 g de crème fraîche épaisse ■ 150 g de yaourt à la grecque épais ■ 2 c. à soupe rases de sucre glace ■ 1/2 gousse de vanille

Pour le caramel au café : 100 g de sucre ■ 1 c. à soupe rase de café moulu ■ 20 g de beurre demi-sel ■ 12 cl de crème fleurette
Ustensiles : 1 robot pâtissier ■ 1 moule à cake de 20 x 8 cm

1. Préparez le cake. Préchauffez le four à 170 °C. Fendez la demi-gousse de vanille en deux et prélevez les graines. Fouettez

le beurre avec le sucre et les graines de vanille, jusqu'à obtenir un mélange crémeux (photo 1). Incorporez la poudre d'amandes, puis ajoutez les œufs un à un en remuant bien entre chaque ajout.

2. Tamisez la farine avec la levure et le sel. Incorporez-les au mélange précédent jusqu'à obtenir une pâte homogène, sans remuer trop longtemps. Hachez finement le chocolat à l'aide d'un grand couteau et ajoutez-le à la pâte. Versez la préparation dans le moule à cake tapissé de papier cuisson, puis lissez la surface et enfournez pour 55 min à 1 h.

3. Pendant ce temps, préparez la crème à la vanille. Fendez la demi-gousse de vanille, prélevez les graines et mélangez-les avec le yaourt et le sucre glace. Incorporez délicatement la crème fraîche (photo 2) et placez au réfrigérateur.

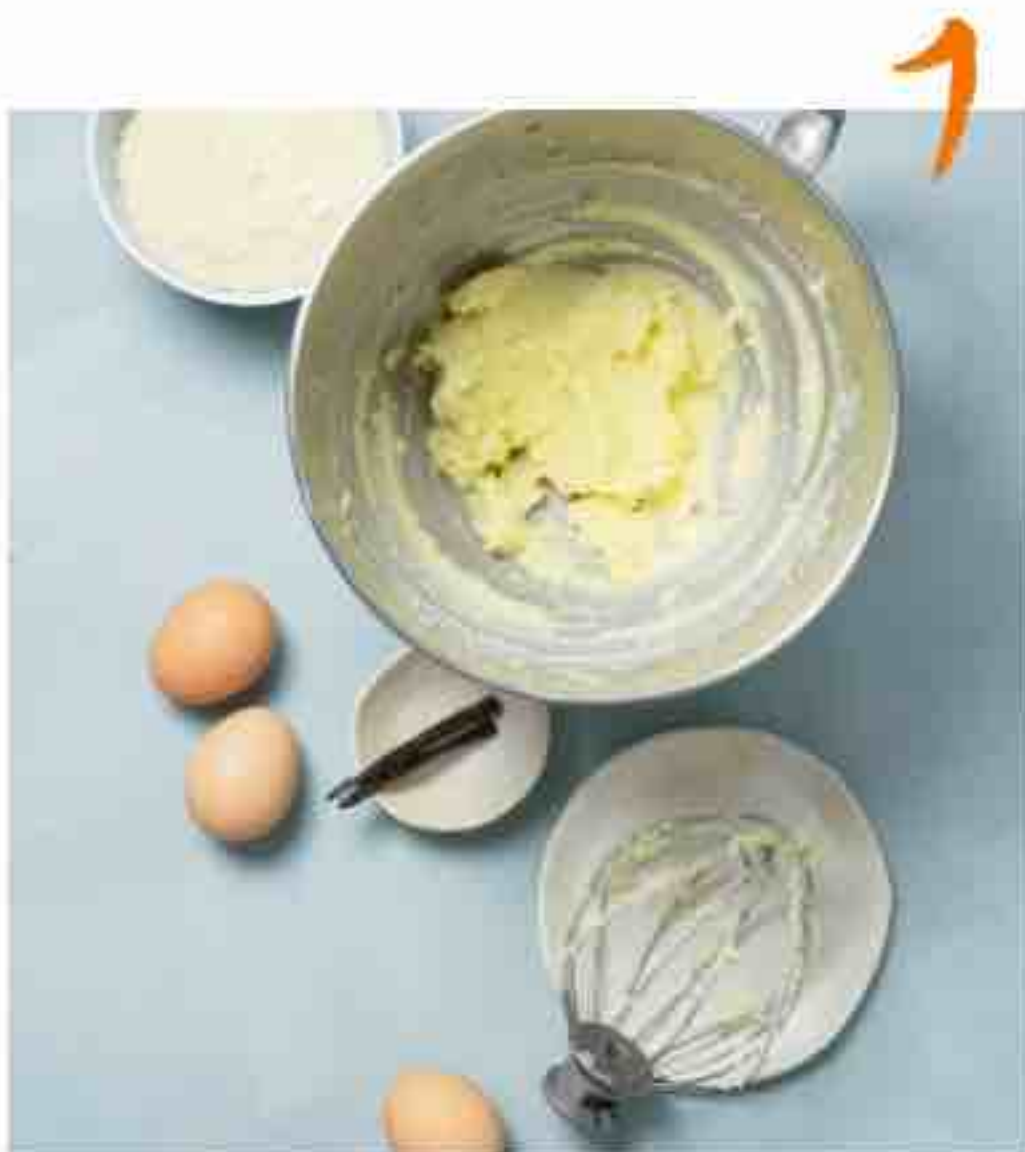
4. Préparez le caramel au café. Versez la crème fleurette dans une petite casserole. Ajoutez le café moulu et faites chauffer à

feu doux sans faire bouillir. Laissez infuser le café 10 min hors du feu, mélangez et filtrez à l'aide d'une passoire fine.

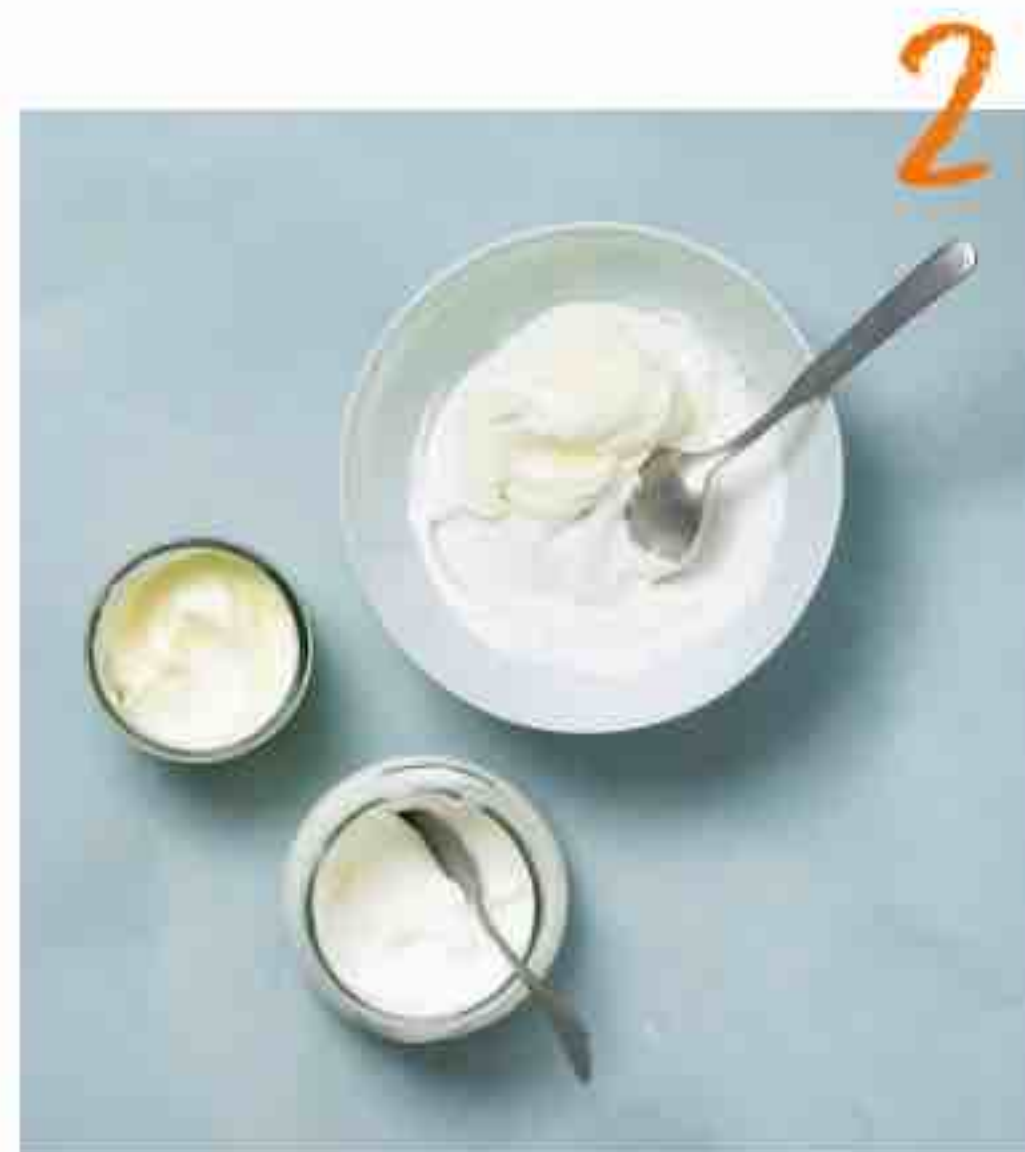
5. Dans une autre petite casserole, versez le sucre et faites chauffer à feu moyen jusqu'à ce qu'il caramélise (surveillez bien pour éviter que le caramel brûle). Quand le caramel est bien doré, versez-y la crème au café chaude (photo 3). Mélangez bien et faites cuire à feu doux en remuant sans arrêt, jusqu'à obtenir un caramel homogène et semi-épais. Ajoutez le beurre demi-sel et mélangez pour le faire fondre. Réservez.

6. Quand le cake est cuit, laissez-le refroidir complètement, puis coupez-le en tranches d'environ 2 cm d'épaisseur. Déposez chaque tranche sur une assiette, garnissez-les de crème à la vanille en faisant un creux au centre. Versez-y le caramel au café et servez aussitôt.

Notre conseil d'accompagnement
Un cappuccino



Pour obtenir la texture crémeuse souhaitée, le beurre doit être souple : pensez à le sortir à l'avance.



Ne fouettez pas trop vivement le yaourt avec la crème et le sucre glace : le mélange doit rester épais.



Hors du feu, versez la crème au café chaude dans le caramel : attention aux projections !

Le riz au lait

Onctueux, avec ses notes lactées et vanillées, le riz au lait n'a pas son pareil quand il s'agit de dessert régressif. Parfumé à la pistache et lové dans un nid de pâte biscuitée, il sait aussi se transformer en recette raffinée.

Recettes et stylisme **Valéry Drouet**, assisté de **Léa Drouet**. Photos **Pierre-Louis Viel**.

Version tradi





*La pâte à cigarette apporte un
croustillant inédit au riz au lait.*

Version chef

En mode «classique» ou réinterprété,
le riz au lait ravira tous les palais,
petits et grands. Impossible de résister à
ce dessert au bon goût de l'enfance.



RIZ AU LAIT VERSION TRADI

Pour 4 personnes
Préparation : 15 min
Cuisson : 45 min

■ 1 litre de lait entier ■ 120 g de riz rond ■ 1 gousse de vanille
■ 40 g de noisettes ■ 150 g de sucre ■ 100 g de mascarpone
Pour le caramel : 70 g de sucre ■ 15 cl de crème liquide
■ 5 cl d'eau

1. Préparez le caramel. Mettez le sucre dans une casserole avec l'eau. Faites cuire 10 à 12 min à feu moyen sans remuer pour obtenir un caramel légèrement brun. Hors du feu, incorporez la crème liquide. Remettez la casserole à feu doux et mélangez avec un fouet. Versez le caramel dans un bol et laissez refroidir.

2. Ouvrez et grattez la gousse de vanille. Mettez le tout dans une casserole avec le lait. Portez à ébullition à feu moyen. Ajoutez le riz en pluie, puis le sucre. Remuez à l'aide d'une spatule jusqu'au retour de l'ébullition, baissez le feu et laissez cuire 25 à 30 min à feu doux, en remuant régulièrement.

3. Faites torréfier les noisettes 3 à 4 min dans une poêle chaude sans matière grasse. Laissez-les refroidir sur une assiette, puis concassez-les grossièrement au couteau.

4. À la fin de la cuisson du riz, hors du feu, ajoutez le mascarpone et mélangez. Répartissez le riz au lait dans un plat ou des bols individuels. Laissez refroidir.

5. Avant de servir, nappez le riz de caramel et parsemez de noisettes concassées.

Notre conseil vin
Un clairette-de-die



RIZ AU LAIT VERSION CHEF

Pour 4 personnes
Préparation : 45 min
Cuisson : 40 min

■ 100 g de riz rond ■ 80 cl de lait entier ■ 120 g de sucre
■ 80 g de mascarpone ■ 50 cl de glace à la pistache
■ 20 g de pistaches concassées ■ 1 c. à soupe bombée
de pâte de pistache

Pour la pâte à cigarette : 35 g de farine ■ 50 g de sucre
glace ■ 50 g de beurre à température ambiante
■ 2 blancs d'œufs

Ustensiles : 1 tapis en silicone ■ 4 emporte-pièces ronds

1. Préparez la pâte à cigarette. Préchauffez le four à 180 °C. Mélangez le beurre dans un récipient avec le sucre glace, la farine et les blancs d'œufs, jusqu'à obtenir une pâte homogène. Étalez-la sur une plaque antiadhésive ou un grand tapis de cuisson en silicone. Enfournez pour 8 à 10 min, jusqu'à ce que la pâte soit légèrement dorée.

2. Sortez la plaque du four et laissez reposer 1 min. À l'aide de ciseaux, découpez 4 bandes de 5 cm de large environ. Roulez chaque bande autour d'un emporte-pièce, laissez les bandes refroidir, puis retirez les emporte-pièces.

3. Portez le lait à ébullition à feu moyen. Ajoutez le riz en pluie avec le sucre. Remuez avec une spatule jusqu'au retour de l'ébullition, baissez le feu et laissez cuire 25 à 30 min à feu doux, en remuant régulièrement.

4. À la fin de la cuisson, ajoutez la pâte de pistache et le mascarpone. Mélangez et laissez refroidir.

5. Déposez les ronds de pâte à cigarette dans les assiettes, puis remplissez-les de riz au lait à la pistache. Déposez une quenelle de glace à la pistache à côté, parsemez de pistaches concassées et servez.

Notre conseil vin
Un vouvray brut

ABONNEZ-VOUS

AU MAGAZINE DE L'ART DE VIVRE GOURMAND



PROFITEZ
tous les mois de recettes
inventives et de saison

52,50€
SEULEMENT
les 10 numéros
dont un Spécial Fêtes

BULLETIN D'ABONNEMENT à retourner sous enveloppe affranchie

avec votre règlement à : Abonnements SAVEURS - C/O OPPER SERVICES - CS 60003 - 31242 L'UNION



OUI, je m'abonne
à Saveurs (10 numéros
dont un Spécial Fêtes) pour
52,50€ au lieu de 60,05€*.

MODES DE PAIEMENT :

- ▶ Par chèque à l'ordre des Éditions Hubert Burda Media
- ▶ **VOUS SOUHAITEZ RÉGLER PAR CARTE BANCAIRE ?**
Flashez le QR code ci-contre ou rendez-vous sur notre site :
abonnementmag.fr/mon-offre et entrez le code **SPD60H**



*Tarif de vente au numéro. DOM TOM et étranger : abonnez-vous directement via notre site abonnementmag.fr/mon-offre ou par téléphone au 01 85 08 92 46.

☐ Mme ☐ M. Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Code postal : _____ Ville : _____

Email : _____ Téléphone : _____

(votre email est indispensable pour le suivi et la gestion de votre abonnement)

J'accepte de recevoir par email les offres et informations des Éditions Hubert Burda Media : ☐ OUI ☐ NON et de ses partenaires : ☐ OUI ☐ NON

Offre valable 2 mois, en France métropolitaine. Vous disposez d'un droit de rétractation de 14 jours à compter de la réception du magazine en notifiant votre décision à notre service abonnement. La société les Éditions Hubert Burda Media, située 5 rue Barbès, 92120 Montrouge, est responsable du traitement et de la collecte de données afin de réaliser l'abonnement au magazine Saveurs. Vos données sont transmises aux sociétés en charge de l'abonnement et sont conservées pendant 5 ans. Si vous ne fournissez pas l'ensemble des champs mentionnés ci-dessus, les Éditions Hubert Burda Media ne pourront pas procéder à l'abonnement. Vos données postales sont susceptibles d'être transmises à nos partenaires commerciaux. Si vous ne le souhaitez pas, cochez cette case ☐ Conformément à la réglementation en vigueur, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification, de modification, de suppression et d'opposition au traitement des informations vous concernant. Pour exercer ces droits, il vous suffit de nous écrire par e-mail (dpo@nuitetjour.fr) ou par courrier (Burda bleu, 5, rue Barbès, 92120 Montrouge) en joignant la copie d'un justificatif d'identité comportant votre signature.

SPD60H

Jean et Magali Sulpice

Un solide duo en cuisine

Tout près d'Annecy, le tandem à la tête de l'Auberge du Père Bise écrit une nouvelle page de l'histoire de cette institution gastronomique, dont la cuisine doublement étoilée est à la hauteur de la vue sur le lac. Sublime et inspirante.

Texte **Bérangère Chanel**.

À Talloires, face au massif des Bauges, le proverbe qui imagine l'amour comme un ingrédient capable de déplacer des montagnes prend tout son sens. Sur les bords du lac d'Annecy, l'histoire de l'Auberge du Père Bise ne s'est jamais écrite au singulier. « Cette maison a continuellement été tenue par un couple, c'est sa force », souligne Jean Sulpice, l'actuel propriétaire aux côtés de son épouse, Magali. Retour en arrière. François, dit le père Bise, et sa femme, Marie, fondent en 1903 le restaurant qui ravira d'illustres personnalités tout au long du ^{xx}e siècle : Charlie Chaplin, Winston Churchill, Élisabeth II... La génération suivante, c'est celle de leur fils aîné, Marius, et de son épouse, Marguerite. Nous sommes en 1928, et c'est madame qui se met aux fourneaux. L'auteure du gratin de queues d'écrevisses, qui s'est imposé comme un classique de la cuisine, devient la troisième cheffe française à décrocher les trois étoiles Michelin, après la « mère » Eugénie Brazier et la « mère » Marie Bourgeois. Leur fils, François, et son épouse, Charlyne, héritent de la maison en 1957. La maîtresse de maison, qui maintiendra les trois étoiles dans le guide rouge durant plus de trente ans, confie ensuite les clés à un autre duo n'appartenant pas à la lignée Bise : les Sulpice. Si la beauté naturelle du lieu le rend inoubliable, c'est le patrimoine de la maison Bise qui a convaincu le couple Sulpice de se jeter à l'eau. « Notre coup de cœur ne s'est pas porté sur l'attrait esthétique de l'auberge, mais bien sur l'histoire

de Mme Bise. C'est elle qui nous a inspirés et donné envie d'accompagner la maison en écrivant un nouveau chapitre », raconte Jean Sulpice avec passion. Et son épouse, Magali, de compléter, de sa voix douce et posée : « Bien sûr, nous avons eu des doutes au tout début étant donné l'héritage, mais l'opportunité était tellement belle... »

Un défi relevé à deux

Elle, c'est la force tranquille et l'esprit cartésien du duo. Lui est fonceur, rêveur et déterminé. « Nous avons toujours su que nous irions loin ensemble », lance celle qui fut sommelière au restaurant de Marc Veyrat, là où elle a rencontré Jean Sulpice, alors second de cuisine. Un coup de foudre qui dure depuis plus de deux décennies. La complémentarité, c'est le secret de leur réussite. Elle faisait déjà recette à Val Thorens lorsque les amoureux tenaient le plus haut restaurant gastronomique d'Europe, à 2300 mètres d'altitude. « Même si nos tempéraments sont différents, notre couple est solide parce que nous partageons les mêmes valeurs et que nous avons fait de l'audace notre chemin de vie », commente le chef savoyard.

C'est donc ensemble qu'ils atteignent un nouveau sommet, celui du père Bise. Jean Sulpice ose créer, en plus de l'adresse gastronomique, une deuxième table au sein de l'auberge, au ton plus bistrotier, le restaurant 1903. Magali échange son costume de femme de vin contre celui de maîtresse de ■■■

Depuis 2017, Magali et Jean Sulpice ont repris les rênes de l'auberge centenaire, qui se décline en deux tables célébrant le terroir alpin.

LA SALADE FAÇON JEAN SULPICE

« Une salade réussie, c'est celle qui mélange les différentes variétés, que ce soit des pousses d'épinards, de la sucrine, de la mâche, de la chicorée ou des endives. Mettez sur les mariages de couleurs pour donner du relief dans les goûts. Même chose pour l'assaisonnement : ne vous contentez pas d'une seule huile, mais de trois, comme celles de noix, d'olive et de noisette pour trouver l'équilibre. On peut aussi utiliser deux vinaigres, notamment de cidre et balsamique. Si vous choisissez un vinaigre de fruit, à la myrtille ou à la framboise, il faut contrebalancer avec le xérès. On a aussi besoin de textures, avec des graines de lin, des croûtons, des pickles ou des câpres. »

« CETTE MAISON A CONTINUELLEMENT
ÉTÉ TENUE PAR UN COUPLE,
C'EST SA FORCE. »



1. Le chef accueille et forme de jeunes talents, auxquels il transmet un savoir-faire, une vision, un goût pour l'excellence et l'innovation.
2. La salle du restaurant gastronomique, à la décoration sobre, raffinée et moderne, est une ode à la quiétude du rivage. **3. Amoureux de la nature** depuis l'enfance, Jean Sulpice sublime le patrimoine savoisien dans ses plats, à déguster dans un cadre apaisant, serti entre lac et montagne. Apaisant et hors du temps.



© Photos: Franck Juery



PURÉE À L'AIL DES OURS

Pour 6 personnes

Préparation : 15 min

Cuisson : 20 min

Pour le beurre à l'ail des ours :

125 g de beurre demi-sel ■ 25 g d'ail des ours

Pour la purée : 500 g de pommes de terre ■ 100 à 150 g de crème ■ Sel

1. Préparez le beurre à l'ail des ours. Sortez le beurre jusqu'à ce qu'il soit à température ambiante. Ajoutez l'ail des ours et le beurre dans le bol d'un mixeur, puis mixez jusqu'à obtenir un mélange homogène.

2. Préparez la purée. Épluchez les pommes de terre et faites-les cuire à l'anglaise dans une casserole d'eau salée (départ à l'eau froide). Égouttez-les, puis passez-les dans un tamis ou au presse-purée.

3. Dans une casserole, faites dessécher la pulpe des pommes de terre à feu doux, en remuant. Ajoutez progressivement le beurre à l'ail des ours en remuant, jusqu'à ce qu'il soit totalement incorporé. Ajoutez 100 g de crème, puis remuez de nouveau. Si nécessaire, ajoutez un peu de crème pour obtenir la texture désirée.

4. Servez la purée avec une cuillère de jus de volaille.

Notre conseil vin

Un riesling grand cru Schlossberg

Une recette de Jean Sulpice

L'AUBERGE DU PÈRE BISE EST AUJOURD'HUI UN PORTE-ÉTENDARD DES SAVEURS DE HAUTE-SAVOIE.

■■■ maison pour chapeauter toute la partie hôtelière, dotant l'établissement Relais & Châteaux cinq étoiles du spa lumineux qui lui manquait.

Immersion en pays haut-savoyard

Il existe de multiples façons de goûter au charme du lieu : au petit déjeuner pour fondre de plaisir autour de gâteaux maison, au déjeuner pour succomber à la cuisine généreuse mais non moins raffinée du 1903, ou au dîner pour se laisser entraîner entre lac et montagne par un chef délicieusement inspiré du terroir savoyard de son enfance. « Quand nous

sommes arrivés, j'ai souhaité affirmer encore davantage ma cuisine territoriale, que je n'ai jamais voulu quitter », confie Jean Sulpice. Pas de homard ni de caviar comme au temps des Bise. Désormais, on cueille les herbes de montagne, signature de la cuisine Sulpice, incarnée entre autres par la livèche et le calament. On sert la fêra du lac, que le chef affectionne tout particulièrement, au même titre que l'omble chevalier. « Ce sont les valeurs de mes producteurs qui font toute ma cuisine », reprend-il. Hier repaire gastronomique pour célébrités, l'Auberge du Père Bise est devenue un porte-étendard des saveurs de Haute-Savoie. À chaque étape du dîner, c'est vrai, on respire un vrai bol d'air pur : l'artichaut prend de la hauteur avec la reine-des-prés, le serpolet accentue la fraîcheur d'un dessert à la fraise, et le safran de Savoie étonne tant par son origine que par son mariage réussi avec le chocolat. Une union tout aussi heureuse que celle de Magali et Jean Sulpice. ♦

L'Auberge du Père Bise – Jean Sulpice, Talloires (Haute-Savoie). Ouvert du jeudi soir au lundi inclus. Menu gastronomique à 260 et 300 €.



Épinards et compagnie

On a la technique !

Entre la fin de l'hiver et le début du printemps, une belle brassée de feuilles vertes et de côtes tendres s'offre à nous. Pour des accompagnements riches, mais pas seulement...

ZOOM SUR LES ÉPINARDS ET LES BLETTES



1. Les épinards se présentent en feuilles vert foncé plus ou moins grandes et ovales, soit lisses, soit enroulées et cloquées. Elles cuisent en quelques minutes, de préférence fondues dans un peu d'huile, ou à la vapeur.

2. Les blettes à feuilles arborent des feuilles fines et allongées d'un vert vif. Comme les épinards, elles se trouvent déjà prêtes à l'emploi, nettoyées et emballées, dans le commerce.

3. Les blettes à cardes ont de larges nervures centrales, charnues et tendres, appelées côtes. Pour conserver la couleur blanche de ces côtes, on ajoute un filet de jus de citron à l'eau de cuisson.

PRÉPARER LES ÉPINARDS

1. Après avoir lavé et séché les épinards, supprimez les petites racines (souvent fibreuses), si nécessaire.

2. Rassemblez les feuilles en bouquet, puis coupez l'extrémité des tiges.

3. Déposez les feuilles dans le panier d'un cuit-vapeur. Placez-le au-dessus d'une casserole d'eau bouillante, couvrez et faites cuire les feuilles 3 à 4 min, jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Égouttez-les.

4. Laissez refroidir les feuilles, puis essorez-les dans un torchon.



PRÉPARER LES CÔTES DE BLETTE



1. Rincez les blettes sous l'eau pour enlever les résidus de terre, puis séchez-les avec un torchon propre. Coupez la base de la botte et détachez les feuilles.

2. À l'aide d'un petit couteau, coupez le long des côtés extérieurs de la côte centrale pour séparer les feuilles des tiges blanches.

3. Enlevez les fils des côtes au couteau, comme vous le feriez pour des asperges.

4. Pour accélérer la cuisson, vous pouvez couper les feuilles en fine julienne et les côtes en morceaux.

MINI-SANDWICHES DE CÔTES DE BLETTE AUX OLIVES NOIRES ET AUX ANCHOIS

BON À SAVOIR

Les doses sont données pour 4 à 6 personnes.



1. Nettoyez 500 g de côtes de blette, puis coupez-les en losanges de la même taille. Faites-les blanchir 10 min environ dans de l'eau bouillante salée et additionnée de jus de citron. Égouttez-les quand elles sont al dente et laissez-les refroidir. Sur un losange de côte, étalez une couche de tapenade d'olives noires et recouvrez d'un filet d'anchois à l'huile. Surmontez d'un autre losange de côte. Répétez l'opération pour obtenir plusieurs sandwichs.

2. Enveloppez chaque sandwich d'une tranche de poitrine fumée. Placez-les sur une plaque recouverte de papier cuisson et enfournez pour 10 à 15 min à 180 °C.

SOUPE À L'ORGE PERLÉ ET AUX FEUILLES DE BLETTE

1. Coupez 150 g de feuilles de blette en julienne, puis faites-les revenir dans une casserole avec un peu d'huile et 2 oignons émincés. Ajoutez 1 pomme de terre de taille moyenne coupée en dés. Faites revenir le tout rapidement. Ajoutez 100 g d'orge perlé, puis versez 1 litre d'eau chaude et prolongez la cuisson de 20 à 25 min, ou selon le temps indiqué sur le paquet.

2. Quelques minutes avant de retirer la soupe du feu, assaisonnez de sel et ajoutez une poignée de feuilles de blette entières. Dès qu'elles ont ramolli, retirez du feu et parsemez de parmesan râpé.



PÂTES CASTELLANE À LA CRÈME D'ÉPINARD



1. Portez à ébullition une grande quantité d'eau salée. Plongez-y 200 g de feuilles d'épinard et faites-les blanchir quelques minutes. Égouttez-les en conservant l'eau de cuisson. Laissez-les refroidir, pressez-les et hachez-les. Faites-les revenir quelques minutes à la poêle avec 1 gousse d'ail et 2 c. à soupe d'huile. Mixez-les avec 200 g de robiola (un fromage frais) et 4 c. à soupe de crème fraîche, puis ajoutez 1 c. à café de graines de sésame.

2. Faites cuire 320 g de pâtes castellane dans l'eau réservée, puis égouttez-les. Versez-y la crème d'épinard, éventuellement diluée avec un peu d'eau de cuisson, donnez un tour de moulin à poivre et parsemez de graines de sésame.

Mini-sandwichs de
côtes de blette aux olives
noires et aux anchois



Pâtes castellane à la
crème d'épinard



Soupe à l'orge perlé
et aux feuilles de blette



Douceur fraise-rhubarbe

de Carl Marletti

L'alliance fraise et rhubarbe ? Un classique ! Ici, elle est revisitée par notre pâtissier dans une version généreuse, fondante et croustillante, entre pâte sablée, appareil à clafoutis et fruits acidulés.

Recette **Carl Marletti**. Styliste **Orathay Souksisavanh**. Photos **Marie-José Jarry**.

BON À SAVOIR

Pour un œuf moyen (environ 63 g avec la coquille), on compte 30 g de blanc et 20 g de jaune. Pour cette recette, il vous faudra 5 œufs.



Carl Marletti réinvente avec talent tous les grands classiques de la gourmandise, dans sa pâtisserie, au cœur de Paris.

La liste

Pour 6 à 8 personnes

Préparation: 1 h 10

Repos: 6 h

Cuisson: 1 h 55

Pour la pâte sablée

au zeste de citron: 125 g de farine T55

■ 75 g de beurre ■ 50 g de sucre glace

■ 15 g de poudre d'amandes ■ 25 g d'œuf battu ■ Le zeste de 1 citron jaune bio

■ Le zeste de 1 citron vert bio ■ 1 g de sel

Pour la compotée de rhubarbe:

950 g de rhubarbe ■ 30 g de beurre

■ 120 g de miel de fleur d'oranger

Pour les chips de rhubarbe

(facultatif): 100 g d'eau

■ 130 g de sucre

Pour l'appareil à clafoutis:

90 g de crème épaisse ■ 90 g de crème fleurette

■ 2 gousses de vanille ■ 120 g de poudre

d'amandes ■ 70 g de sucre de canne

■ 20 g de fécule de maïs ■ 20 g de miel

de fleur d'oranger ■ 125 g d'œufs

■ 30 g de jaunes d'œufs ■ 80 g

d'amandes effilées

Pour le montage:

500 g de fraises

■ Le zeste de 1 citron jaune bio

■ Le zeste de 1 citron vert bio ■ 1 grappe

de groseilles (facultatif) ■ Quelques

pétales de fleurs comestibles (facultatif)

Ustensiles:

1 moule à tarte de

22 cm de diamètre ■ 2 cercles à

pâtisserie de 22 et 18 cm de diamètre

■ 1 pinceau de cuisine

Notre conseil d'accompagnement

*Un bugey-cerdon ou un thé vert
parfumé aux fruits rouges*

LA PÂTE SABLÉE AU ZESTE DE CITRON en 4 étapes



1

Mettez la farine, le sucre glace, la poudre d'amandes, le sel, le beurre coupé en morceaux et le zeste des citrons dans un grand saladier.



2

Remuez du bout des doigts, jusqu'à obtenir une texture sableuse. Incorporez progressivement l'œuf. La pâte doit être lisse et homogène. Filmez au contact et réservez au moins 4 h (idéalement une nuit) au réfrigérateur.



3

Préchauffez le four à 160 °C. Étalez la pâte au rouleau à 3 mm d'épaisseur entre 2 feuilles de papier cuisson.



4

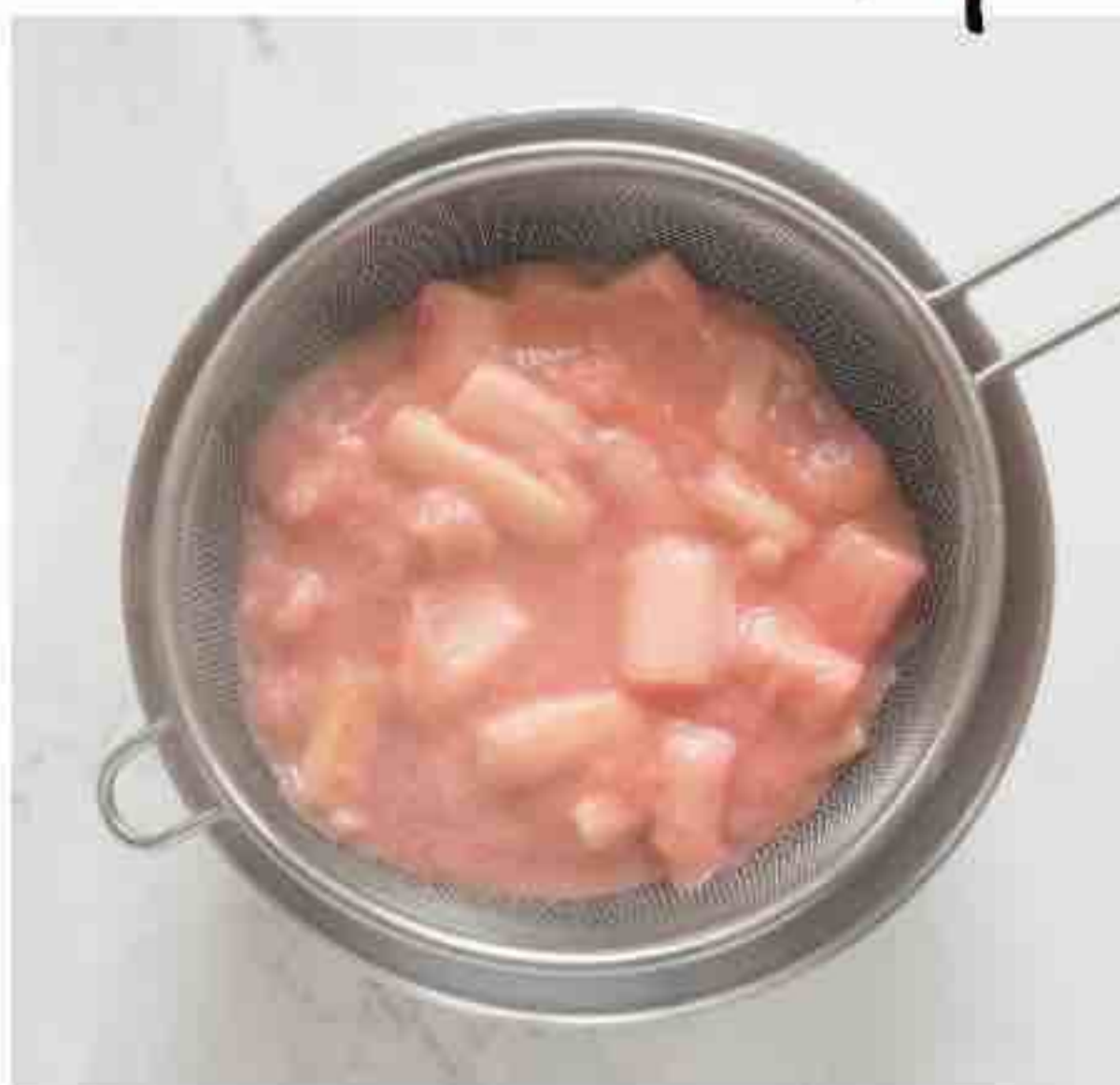
Découpez un disque de pâte de 22 cm de diamètre à l'aide d'un cercle. Déposez le disque dans le moule et enfournez pour 15 min environ. Laissez refroidir.

LA COMPOTÉE DE RHUBARBE en 2 étapes



5

Pelez les tiges de rhubarbe et réservez les plus belles épluchures pour les chips. Coupez la rhubarbe en cubes.



6

Faites fondre le beurre dans une poêle. Faites-y revenir les cubes de rhubarbe 2 à 3 min. Versez le miel et poursuivez la cuisson jusqu'à ce que la rhubarbe soit bien fondante. Vérifiez la cuisson en plantant la pointe d'un couteau: elle doit s'enfoncer sans résistance. Versez la compotée dans une passoire et laissez-la s'égoutter 1 h environ. Réservez le jus et la rhubarbe à part.

L'APPAREIL À CLAFOUTIS en 3 étapes



7 Dans un récipient, mélangez les deux crèmes avec les graines des gousses de vanille fendues et grattées. Dans un autre récipient, mélangez la poudre d'amandes, le sucre de canne et la fécule de maïs avec le miel, puis incorporez les œufs et les jaunes d'œufs.



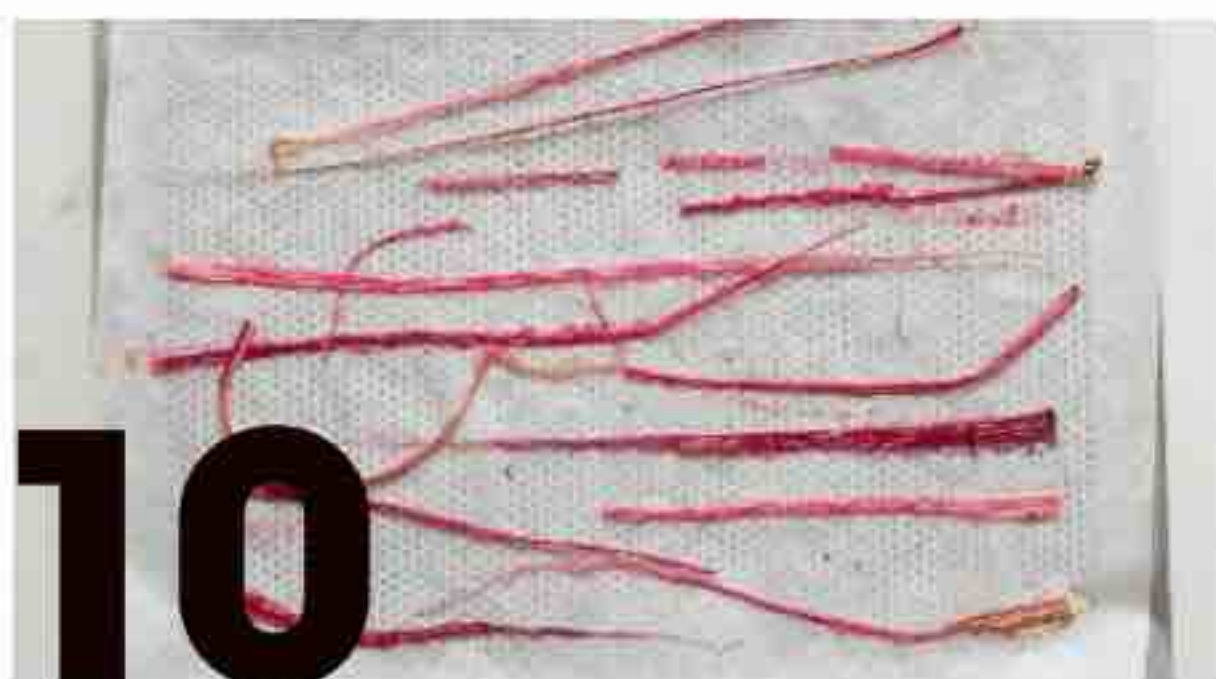
8 Mélangez les deux appareils pour obtenir une préparation homogène. Ajoutez 50 g d'amandes effilées, puis versez sur le disque de pâte sablée précuite.



9 Parsemez du reste d'amandes et enfournez à 170 °C pour 20-25 min environ. Laissez refroidir.



LES CHIPS DE RHUBARBE



10 Dans une petite casserole, portez l'eau et le sucre à ébullition. Laissez refroidir complètement. Trempez les épluchures de rhubarbe réservées dans le sirop. Déposez-les sur une plaque couverte de papier cuisson et faites sécher 1 h dans un four préchauffé à 100 °C.

LE MONTAGE en 3 étapes

11

À l'aide du pinceau, nappez légèrement le gâteau avec le jus de rhubarbe.



12

Placez le cercle de 18 cm de diamètre, garnissez-le de compotée de rhubarbe, puis ôtez-le délicatement.



13

Équeutez puis coupez les fraises en deux, disposez-les sur le bord. Zestez les citrons, et décorez éventuellement de chips de rhubarbe, de groseilles et de fleurs.



Et voilà!

Nouveau

Offre **INTÉGRALE SAVEURS**



DISPONIBLE
sur Google Play
et dans l'App Store

1 an d'abonnement
au magazine papier (10n°)



1 an d'abonnement
à l'application Saveurs

+ de 10000 recettes gourmandes

Les **versions numériques**
de vos magazines

Vos **recettes favorites** enregistrées

Un **outil de recherche complet**,
avec tous vos critères préférés !

*20 ans de
recettes Saveurs
dans 1 application !*

69,90€
seulement

+ de 30%
de réduction

au lieu de 107,93€ : 60,05€ (prix de vente annuel au numéro)
+ 47,88€ (prix de l'abonnement annuel à l'application)



ABONNEZ-VOUS

En flashant le QR code ci-contre
ou rendez-vous sur notre site :

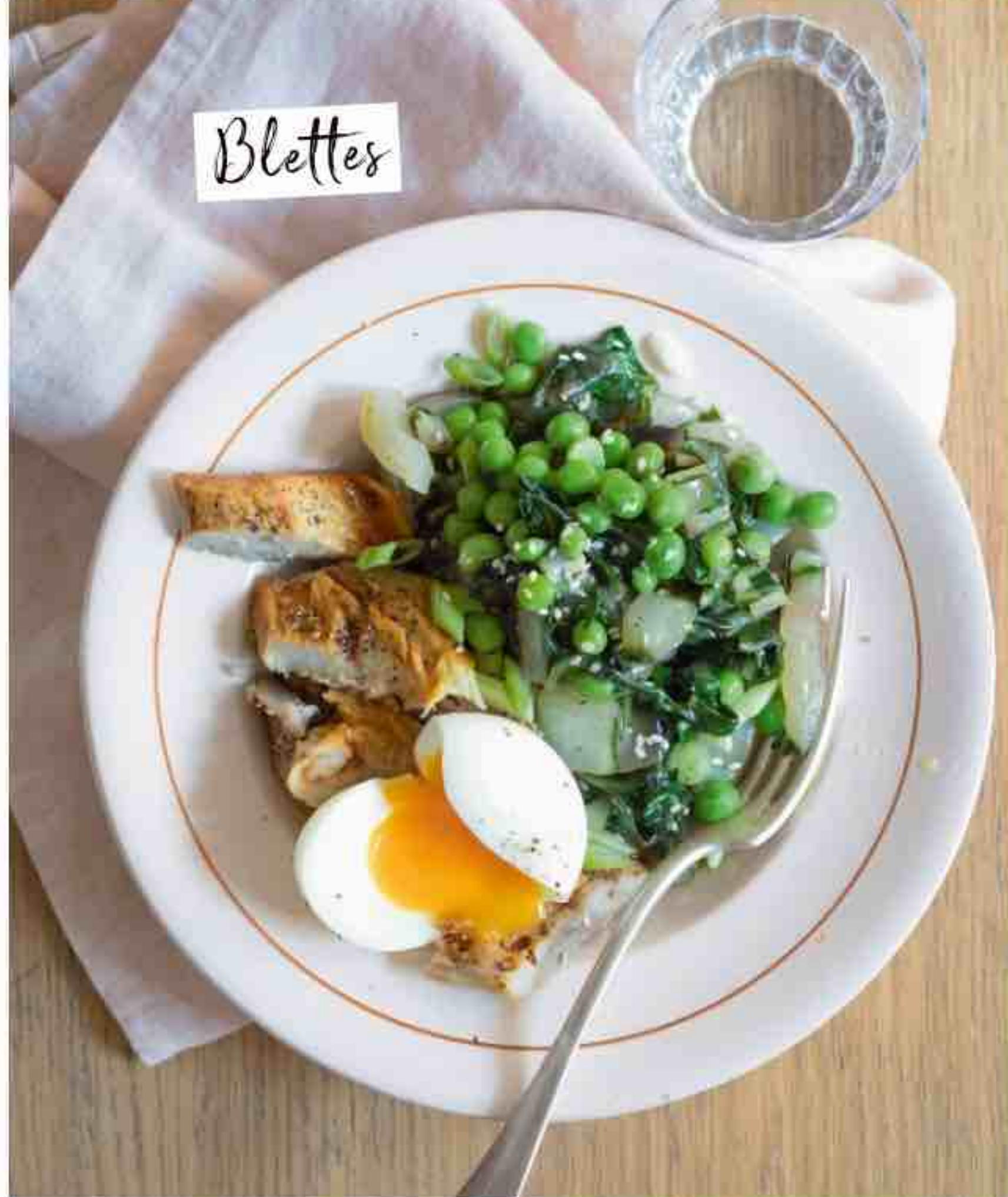
abo.abonnementmag.fr/savapp

Dans ma cagette...

Le printemps est là! On le savoure dans des recettes surprenantes, comme ce riz grillé aux asperges ou cette tarte aux fraises aux airs déstructurés, qui ensoleillent nos assiettes!

Recettes et stylisme **Bérengère Abraham**. Photos **Valérie Lhomme**.





Blettes

BLETTES AU MISO, ŒUF MOLLET, PETITS POIS ET MAQUEREAU FUMÉ AU POIVRE

Pour 4 personnes
Préparation : 25 min
Cuisson : 20 min

■ 600 g de petits pois frais
■ 2 bottes de blettes ■ 2 oignons nouveaux ■ 1 gousse d'ail ■ 3 cm de gingembre frais ■ 4 œufs
■ 4 filets de maquereau fumé au poivre ■ 2 c. à soupe de pâte de miso ■ 3 c. à soupe de sauce soja + 1 filet ■ 1 c. à soupe de sucre ■ 2 c. à soupe de graines de sésame grillées ■ 4 c. à soupe d'huile de sésame + 1 filet ■ 2 c. à soupe d'eau

1. Écossez les petits pois. Pelez et émincez les oignons nouveaux, tiges comprises. Épluchez et émincez l'ail, râpez le gingembre.
2. Portez une grande casserole d'eau salée à ébullition. Lavez les blettes soigneusement, séparez les tiges des feuilles. Coupez les tiges en morceaux et faites-les cuire dans l'eau bouillante pendant environ 5 min, égouttez bien et réservez. Faites chauffer une autre casserole d'eau pour les œufs.
3. Dans un petit bol, réunissez la pâte de miso, les 2 c. à soupe d'eau, le sucre et la sauce soja. Mélangez bien.

4. Dans une grande poêle, faites chauffer l'huile de sésame. Ajoutez l'ail émincé et le gingembre râpé, puis faites revenir 1 à 2 min jusqu'à ce que l'ail devienne doré et parfumé. Ajoutez les tiges de blettes égouttées puis les feuilles, et versez la préparation au miso. Mélangez bien pour enrober les légumes dans la sauce. Laissez cuire encore 5 min à feu moyen.
5. Pendant ce temps, plongez les œufs dans l'eau bouillante et laissez-les cuire 5 min. Passez-les immédiatement sous l'eau froide pour arrêter la cuisson. Dans la même casserole, plongez les petits pois 3 à 5 min dans l'eau bouillante. Écalez les œufs, égouttez les petits pois.
6. Dans chaque assiette, disposez une portion de blettes au miso. Ajoutez quelques petits pois dessus. Déposez un œuf mollet, des morceaux de maquereau fumé au poivre, puis parsemez de graines de sésame grillées et d'oignon nouveau émincé. Arrosez enfin d'un filet de sauce soja et d'un peu d'huile de sésame.

Notre conseil vin
Un muscadet-sèvre-et-maine-sur-lie cru Goulaine

TARTINADE FETA-MENTHE-PISTACHE ET PETITS PAINS PLATS EXPRESS AU YAOURT

Pour 4 personnes
Préparation : 40 min
Repos : 30 min
Cuisson : 15 min

Pour les pains : 280 g de farine + pour le plan de travail ■ 250 g de yaourt nature ■ 50 g de beurre ■ 1 brin de romarin ■ 1 c. à café bombée de levure chimique ■ 1 c. à café rase de sel
Pour la tartinade : 300 g de feta ■ 200 g de yaourt grec ■ 1 botte de menthe ■ 1 citron ■ 50 g de pistaches vertes non salées ■ 3 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel, poivre

1. Préparez les pains. Dans un grand bol, versez la farine, le yaourt nature, la levure chimique et le sel. Mélangez bien à la main ou à l'aide d'une spatule jusqu'à ce que la pâte commence à se former. Pétrissez pendant 3 min, jusqu'à obtenir une consistance homogène et légèrement collante. Couvrez le bol d'un torchon ou d'un film et réservez 30 min à température ambiante.
2. Pendant que la pâte repose, prélevez les feuilles de romarin. Faites fondre le beurre dans une petite casserole à feu doux. Ajoutez le romarin et laissez infuser 2 à 3 min, puis retirez du feu et réservez.
3. Préparez la tartinade. Concassez grossièrement les

pistaches. Pressez le citron. Lavez les feuilles de menthe, séchez-les bien et ciselez-les finement. Dans un mixeur ou un robot, placez la feta émiettée, le yaourt grec, les pistaches concassées (gardez-en un peu pour la décoration), la menthe, l'huile d'olive et le jus de citron. Mixez jusqu'à obtention d'une consistance lisse mais encore légèrement texturée. Goûtez et ajustez l'assaisonnement en sel et en poivre. Versez la tartinade dans un bol, réservez au frais.

4. Une fois le temps de repos de la pâte écoulé, farinez généreusement le plan de travail. Divisez la pâte en 6 portions égales, puis façonnez chaque pâton en galette plate.
5. Faites chauffer une grande poêle antiadhésive à sec. Déposez les galettes deux par deux dans la poêle chaude, faites-les cuire 2 min de chaque côté, jusqu'à ce qu'elles soient dorées et légèrement gonflées, puis badigeonnez-les généreusement, au pinceau, de beurre fondu parfumé au romarin.
6. Servez-les aussitôt avec la tartinade de feta parsemée de pistaches concassées et de quelques petites feuilles de menthe fraîche.

Notre conseil vin
Un bourgogne blanc



Menthe



GALETTE DE RIZ CROUSTILLANT À L'IRANienne, AU SAFRAN, PISTACHES ET ASPERGES GRILLÉES

Pour 4 personnes

Préparation: 20 min Repos: 1 h

Cuisson: 50 min

Pour le riz: 500 g de riz basmati ■ 60 g de beurre ■ 2 c. à soupe d'épine-vinette (en épicerie orientale) ■ 2 dosettes de safran en filaments ■ 1 c. à soupe d'huile d'olive ■ 2 pincées de sel

Pour les asperges: 2 bottes d'asperges ■ 1 poignée de menthe ■ 2 c. à soupe de pistaches vertes non salées ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel, poivre

1. Lavez soigneusement le riz sous l'eau froide pour éliminer l'excès d'amidon, puis faites-le tremper dans de l'eau froide pendant 1 h.

2. Dans un petit bol, faites infuser le safran dans 4 c. à soupe d'eau chaude. Laissez reposer pendant 10 min.

3. Égouttez le riz, portez à ébullition une grande casserole d'eau salée, versez-y le riz et faites-le cuire à feu moyen environ 7 min, jusqu'à ce qu'il soit presque cuit, mais encore ferme. Égouttez-le et réservez.

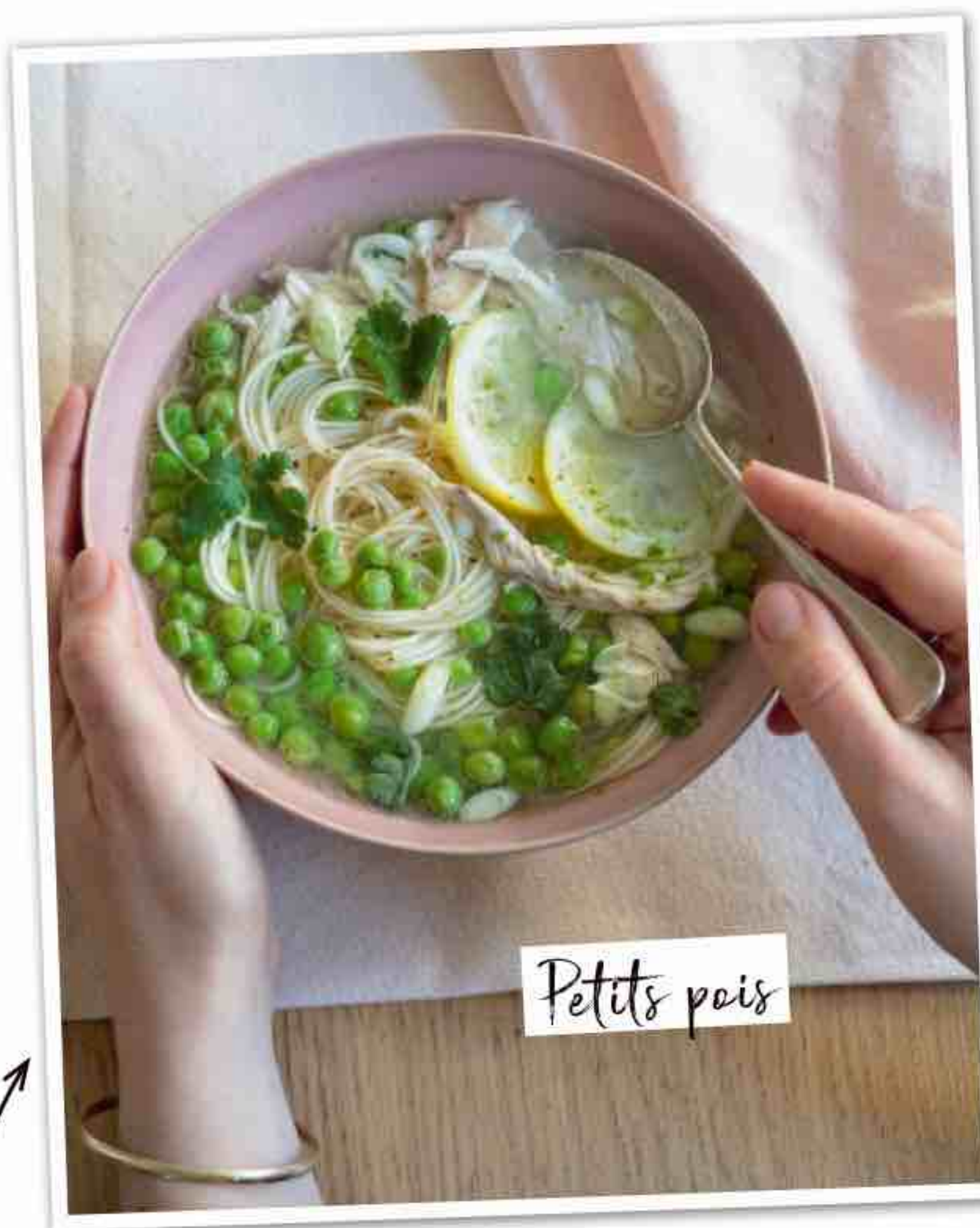
4. Dans une sauteuse ou une casserole antiadhésive, faites chauffer 1 c. à soupe d'huile d'olive et le beurre à feu moyen, tapissez-en bien les parois de la sauteuse. Versez l'eau safranée, puis ajoutez une fine couche de riz pour former la croûte. Pressez légèrement le riz pour qu'il se compacte. Réduisez le feu à moyen-doux. Versez le reste du riz, tassez un peu, puis, avec le manche d'une cuillère en bois, formez 5 trous dans le riz pour permettre à la vapeur de s'échapper. Couvrez d'un torchon, puis couvrez la sauteuse et le torchon d'un couvercle bien ajusté. Laissez cuire à feu doux 40 min. La croûte doit être dorée et croustillante au fond.

5. Environ 20 min avant la fin de la cuisson du riz, préchauffez le four à 180 °C. Épluchez grossièrement les asperges et coupez leur pied si cela est nécessaire. Déposez les asperges sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé, salez, poivrez, arrosez-les d'huile d'olive puis enfournez-les pour 12 min. Ciselez la menthe, concassez les pistaches.

6. À la fin de la cuisson du riz, décollez les bords à l'aide d'une spatule si nécessaire, puis posez une assiette de service sur la sauteuse et retournez le riz sur l'assiette d'un coup sec. Dressez les asperges dessus et parsemez de feuilles de menthe ciselée, de pistaches concassées et d'épine-vinette.

Notre conseil vin

Un alsace-muscat sec



NODDLE SOUP AU POULET, PETITS POIS ET CITRON

Pour 4 personnes
Préparation : 20 min
Cuisson : 2 h 25

Pour le bouillon : 3 cuisses de poulet avec les hauts de cuisse ■ 3 carottes ■ 1 oignon ■ 2 blancs de poireaux ■ 5 cm de gingembre frais ■ 3 litres d'eau ■ 2 c. à soupe de gros sel ■ 1 c. à soupe de poivre en grains
Pour la garniture : 200 g de nouilles de blé asiatiques ■ 200 g de petits pois écossés ■ 1 citron bio ■ 2 cébettes ■ 1 poignée de feuilles de coriandre fraîche ■ 2 c. à soupe de sauce soja ■ Sel, poivre

1. Préparez le bouillon. Versez 3 litres l'eau dans un faitout, ajoutez tous les morceaux de poulet, puis faites chauffer à feu vif. À partir de l'ébullition, écumez régulièrement à l'aide d'une écumoire, pendant environ 15 min.

2. Pendant ce temps, épluchez les carottes, l'oignon et le gingembre. Taillez les carottes et les blancs de poireaux en tronçons, coupez l'oignon en quatre et le gingembre en morceaux.

3. Ajoutez dans le faitout les carottes, les poireaux, l'oignon, le gingembre, le gros sel et les grains de poivre, laissez cuire 2 h à petits bouillons.

4. Filtrez le bouillon et réservez les cuisses de poulet. Laissez-les refroidir légèrement, puis enlevez la peau et les os. Effilochez la viande en vous aidant de deux fourchettes.

5. Dans une casserole, versez le bouillon, ajoutez les petits pois et faites cuire 2 min. Ajoutez les nouilles de blé et poursuivez la cuisson 3 min ou comme indiqué sur le paquet. Pendant ce temps, ciselez grossièrement la coriandre et les cébettes, râpez finement le zeste du citron et pressez le fruit.

6. Quand les nouilles et les petits pois sont cuits, ajoutez le poulet dans la soupe, mélangez bien pour que la viande se réchauffe. Incorporez le zeste et le jus du citron, et la sauce soja. Salez et poivrez. Versez dans des bols puis ajoutez la coriandre et la cébette ciselées.

Notre conseil vin
Un alsace-riesling

TARTE AUX FRAISES CRUES ET CUITES

Pour 6 personnes
Préparation : 30 min
Repos : 30 min
Cuisson : 10 min

Pour la compotée : 250 g de fraises ■ 1 gousse de vanille ■ 3 c. à soupe de sucre blond
Pour la pâte : 100 g de beurre demi-sel ■ 200 g de biscuits Digestive

Pour la crème : 250 g de crème liquide bien froide ■ 150 g de fromage frais type Philadelphia ■ 50 g de sucre glace ■ 1 citron bio ■ 150 g de fraises
Ustensiles : 1 cercle à pâtisserie de 20 cm de diamètre et de 4,5 cm de hauteur ■ 1 robot de cuisine

1. Préparez la compotée. Lavez les fraises, équeutez-les, puis coupez-les en petits morceaux. Mettez-les dans une petite casserole avec le sucre blond. Fendez et grattez la gousse de vanille pour en extraire les graines. Réservez les graines et ajoutez la gousse dans la casserole. Faites chauffer à feu doux en remuant régulièrement pendant 10 à 15 min, jusqu'à ce que les fraises libèrent leur jus et forment une compote épaisse. Retirez la gousse de vanille et laissez refroidir complètement.

2. Préparez la pâte. Mixez les biscuits Digestive au robot jusqu'à obtenir une poudre fine. Faites fondre le beurre demi-sel

et incorporez-le aux biscuits. Mélangez bien. Placez le cercle à pâtisserie sur une plaque couverte de papier cuisson, puis remplissez-le de cette pâte en l'aplatissant bien avec le dos d'une cuillère pour qu'elle soit uniforme. Placez la plaque au réfrigérateur pendant 30 min pour que la pâte durcisse.

3. Pendant ce temps, préparez la crème. Fouettez la crème liquide jusqu'à ce qu'elle soit ferme. Dans un saladier, mélangez le fromage frais, le sucre glace, le zeste finement râpé du citron et les graines de vanille jusqu'à obtenir une texture lisse et crémeuse. À l'aide d'une maryse, incorporez la crème fouettée.

4. Une fois la pâte durcie, étalez une couche de crème sur la base de la tarte, en lissant la surface avec une spatule. Étalez ensuite une généreuse couche de compotée de fraises.

5. Lavez et équeutez les fraises restantes, puis coupez-les en deux. Répartissez-les sur la compotée de fraises. Réservez au réfrigérateur.

6. Au moment de servir, retirez le cercle en passant une petite spatule tout autour de la tarte.

Notre conseil d'accompagnement
Un coteaux-de-l'aubance ou un thé vert aux fruits rouges servi froid



Les cacahuètes

en 2 recettes veggie

Membres de la famille des légumineuses, les cacahuètes en offrent les mêmes atouts nutritionnels : de très bonnes teneurs en protéines, en fibres et en nombreux micronutriments, parfaites pour booster les apports des végétariens.

Texte **Carole Garnier**. Recettes et stylisme **Delphine Lebrun**. Photos **Claire Payen**.

Remarquablement riches en protéines (environ 25 g pour 100 g) et bien pourvues en fibres (8 g), les cacahuètes sont aussi riches en vitamines et minéraux (vitamine E, magnésium, fer et zinc notamment). Et contrairement à ce que l'on pense souvent, car on les associe à l'apéritif et à son défilé de grignotages riches en gras (type feuilletés, biscuits salés au fromage, mini-pizzas, etc.), elles sont riches en lipides de qualité et apportent une forte proportion d'acides gras insaturés, bénéfiques pour la santé cardio-vasculaire. Seule recommandation : choisir des cacahuètes nature, sans sel ni additifs.

La bonne préparation

En cuisine, les cacahuètes peuvent revêtir différentes formes. En éclats ou entières, elles se parsèment sur des salades, légumes sautés ou soupes pour une touche croquante. En purée, elles se tartinent sur du pain à la place du beurre, ou se fouettent avec du jus du citron ou du vinaigre pour des sauces délicieuses avec des crudités. On peut aussi en ajouter à des plats mijotés, pour une saveur gourmande et plus d'onctuosité. À l'achat, lisez bien les étiquettes et privilégiez des purées nature, en magasin bio

(ou en grande surface sous la marque Menguy's). Certains « beurres » contiennent des ajouts de sel, sucres, huiles... à éviter.

Idées express et de saison

Dans un cake : faites ramollir 175 g de purée de cacahuètes au bain-marie puis fouettez avec 125 g de cassonade, puis 3 œufs entiers, puis 1 yaourt nature, et enfin 200 g de farine et 1 sachet de levure chimique. Ajoutez 1 poignée de cacahuètes concassées. Versez dans un moule à cake et faites cuire 35 à 40 min. Démoulez et laissez refroidir sur une grille.

En salade : mélangez du chou blanc émincé, des carottes râpées, des graines germées et des cacahuètes concassées. Assaisonnez avec une vinaigrette à base de jus de citron vert, huile de sésame, ail pressé et coriandre ciselée.

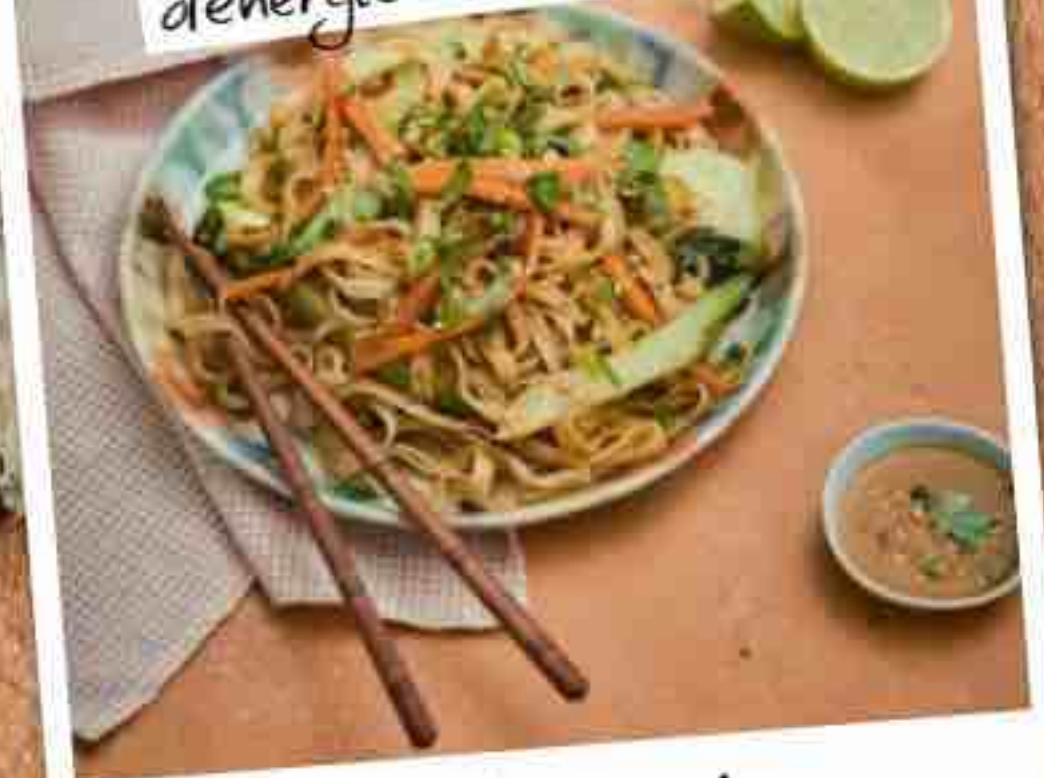
Dans des nouilles sautées : mélangez 10 cl de lait de coco, 1 c. à soupe de sauce soja, 3 c. à soupe bombées de purée de cacahuètes, 1 c. à soupe de vinaigre de riz, 1 c. à soupe de sirop d'érable, 1 c. à café de sauce sriracha et 1 c. à soupe d'huile de sésame jusqu'à obtenir une sauce homogène. Faites cuire des nouilles de riz, faites-les sauter au wok ou à la poêle, puis ajoutez la sauce et des éclats de cacahuètes. ❖



**CV
NUTRITIONNEL
(POUR 100 G)**

604 calories
Protéines: 26,1 g
Lipides: 49,1 g
Glucides: 14,8 g
Fibres: 8,6 g
Source: CiquaL.

Une assiette complète, pleine d'énergie et de saveurs.



Nouilles sautées
aux légumes, sauce
satay maison

Une recette hyper-simple à
préparer, et si gourmande!



Aubergines laquées
à la sauce soja et au
beurre de cacahuètes

PARFUMÉ

Nouilles sautées aux légumes, sauce satay maison

Pour 4 personnes
Préparation : 20 min
Cuisson : 30 min

■ 250 g de nouilles de riz ■ 2 choux pak choï
■ 1 carotte ■ 1 oignon ■ 1 tige de ciboule
■ 1 gousse d'ail ■ 3 cm de gingembre frais
■ 1 poignée de cacahuètes concassées non salées ■ 1 c. à soupe d'huile de sésame
Pour la purée de cacahuètes : 350 g de cacahuètes décortiquées non salées
Pour la sauce satay : 1 gousse d'ail
■ 2 c. à soupe de purée de cacahuètes
■ 2 c. à soupe de sauce soja salée
■ 1 c. à soupe de pâte de curry
■ 1 c. à soupe de miel ■ 1 c. à soupe de jus de citron vert ■ 1 c. à soupe de sauce chili

■ 1 c. à café de gingembre en poudre
■ 1 c. à café de coriandre en poudre ■ 2 c. à soupe d'huile d'arachide ■ 30 ml d'eau
Ustensile : 1 wok

1. Préparez la purée de cacahuètes. Torréfiez les cacahuètes sur une plaque de cuisson pendant 10 min au four à 200 °C. Dans le bol d'un blender, mixez les cacahuètes torréfiées jusqu'à l'obtention d'une purée lisse (photo 1).
2. Préparez la sauce satay. Hachez la gousse d'ail puis mélangez-la dans une casserole avec tous les autres ingrédients de la sauce. Laissez mijoter 10 min en remuant régulièrement, jusqu'à obtenir une sauce homogène (photo 2).

3. Épluchez et ciselez l'oignon, pelez la carotte et coupez-la en julienne. Coupez les pak choï en quatre dans le sens de la longueur. Épluchez et hachez l'ail ainsi que le gingembre (photo 3).

4. Faites cuire les nouilles comme indiqué sur le paquet puis égouttez-les (photo 4).

5. Dans un wok, faites chauffer l'huile de sésame. Faites dorer l'oignon, l'ail et le gingembre. Ajoutez les légumes et remuez pendant 5 min à feu vif. Ajoutez les nouilles et la sauce satay, mélangez puis servez parsemé de ciboule ciselée et de cacahuètes concassées.

Notre conseil vin

Un coteaux-varois-en-provence rosé



1
Après les avoir fait légèrement torréfier au four, mixez les cacahuètes en plusieurs fois dans un blender pour obtenir une purée lisse.



2
Laissez mijoter la saute satay tout en remuant de temps en temps à l'aide d'une cuillère en bois. Vous devez obtenir une texture onctueuse.



3
Pour préparer les carottes en julienne, coupez-les en deux puis en fins bâtonnets. Coupez finement l'oignon et retirez la partie dure des pak choi.



4
Choisissez des nouilles de riz plates, de type tagliatelles. Elles cuisent généralement en 5 minutes dans une casserole d'eau bouillante.



FONDANT

Aubergines laquées à la sauce soja et au beurre de cacahuètes

Pour 4 personnes

Préparation : 10 min

Cuisson : 30 min

■ 4 aubergines (italiennes ou asiatiques, au choix) ■ 1 tige de ciboule ■ 10 g de gingembre frais ■ 200 g de riz ■ 100 g de cacahuètes concassées ■ 2 c. à soupe de purée de cacahuètes ■ 30 g de graines de sésame ■ 3 c. à soupe de sauce soja ■ 2 c. à soupe de vinaigre de riz ■ 1 piment rouge (facultatif) ■ Huile d'olive ■ Sel, poivre
Ustensile : 1 pinceau de cuisine

1. Préchauffez le four à 180 °C. Coupez les aubergines en deux dans le sens de la longueur puis entaillez la chair (photo 1).

2. Disposez les aubergines sur une plaque allant au four, huilez-les à l'aide d'un pinceau, parsemez d'un peu de sésame, salez et poivrez légèrement (photo 2), puis enfournez pour 15 min.

3. Pendant ce temps, épluchez et hachez le gingembre. Dans un bol, mélangez la sauce soja avec la purée de cacahuètes, le vinaigre de riz, 3 c. à soupe d'eau et le gingembre haché (photo 3).

4. Sortez les aubergines du four puis badigeonnez-les de sauce à la cacahuète (photo 4). Remettez au four 15 min.

5. Faites cuire le riz dans une casserole d'eau bouillante, puis égouttez-le.

6. À la sortie du four, saupoudrez les aubergines de sésame, de cacahuètes concassées et de ciboule ciselée. Servez avec le riz, parsemé d'un peu de piment ciselé si vous le souhaitez.

Notre conseil vin

Un mâcon-villages blanc



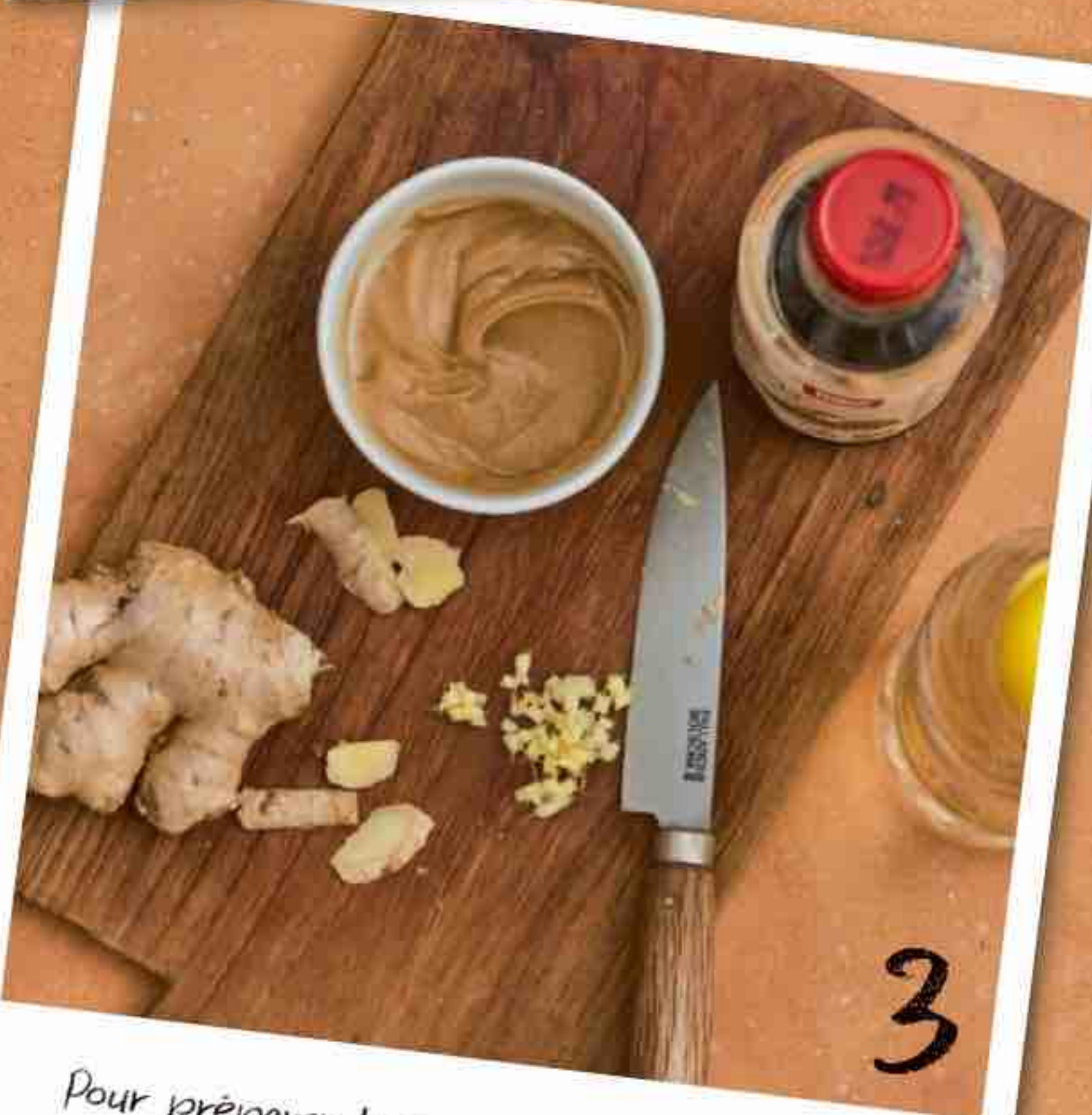
1

Formez des croisillons dans la chair des aubergines avec la pointe d'un couteau. Attention à ne pas transpercer la peau!



2

À l'aide d'un pinceau de cuisine, badigeonnez les aubergines de 4 c. à soupe d'huile d'olive sur toute leur surface avant de les précuire au four.



3

Pour préparer la sauce, mélangez d'abord la purée de cacahuètes, la sauce soja, le vinaigre et l'eau, avant d'incorporer le gingembre haché.



4

Quand les aubergines sont tendres et grillées, badigeonnez-les généreusement de sauce à la cacahuète avant de terminer la cuisson.

Le miel

Un don de la nature

Connu depuis l'aube de l'humanité, le miel est un aliment naturel, copié mais jamais égalé. Raison de plus pour prendre soin des abeilles qui le produisent.

Texte **Marie-Laure Fréchet**. Photo **Valérie Lhomme**.

Il est l'un des rares aliments transformés uniquement par le travail spontané de l'abeille, l'homme se chargeant seulement de la collecte et du conditionnement. Le miel est le produit du nectar des fleurs ou du miel-lat (voir encadré page suivante) récolté par les butineuses et transformé en sucres (glucose et fructose, notamment) par les enzymes de leur jabot. On estime qu'au cours de sa vie, une abeille produit de 2 à 5 g de miel, soit moins de la moitié d'une cuillerée à café. Ce produit naturel et unique, dont le goût, la couleur et la texture évoluent au gré des pollens butinés, est l'une des toutes premières nourritures de l'humanité : l'homme du paléolithique s'ingéniait déjà à trouver des techniques pour rendre moins périlleuse sa récolte, poussé par un instinct inné pour le sucré. Dans son passionnant ouvrage *Le Miel, une autre histoire de l'humanité* (Albin Michel), l'historienne de l'alimentation Marie-Claire Frédéric attribue aux abeilles le perfectionnement des premiers outils à l'âge du bronze, grâce à la technique de la cire perdue. Pendant longtemps, le miel a été considéré comme un cadeau des dieux ; « salive des étoiles » et « sueur du ciel », comme l'écrit Pline l'Ancien. Les Égyptiens pensaient que les abeilles naissaient des larmes du dieu solaire Rê touchant le sol. Pour eux, le miel constituait non seulement un aliment, mais aussi

un remède et un ingrédient indispensable aux embaumements. Premiers apiculteurs, comme en témoignent des fresques sur les murs des temples, ils installaient les essaims dans des vases d'argile empilés.

Des abeilles en danger

Produit local, le miel reflète la flore de son terroir, et sa récolte est toujours le fruit d'un savoir-faire artisanal. On compte en France un peu plus de 62 000 apiculteurs, près de 1 800 000 ruches (chiffres 2022, FranceAgriMer) et une quarantaine de variétés de miel. Les trois premières régions productrices sont Auvergne-Rhône-Alpes, l'Occitanie et la Nouvelle-Aquitaine. Toutefois, nos producteurs couvrent à peine plus de 21 % de la consommation française (35 500 tonnes importées sur 45 000 tonnes vendues). L'Hexagone fait en effet partie des pays qui en sont les plus friands, avec en moyenne 600 g par habitant et par an. Or, si la demande augmente d'année en année, la production de miel en France a été divisée par trois en vingt ans. Selon l'Union nationale de l'apiculture française, cette baisse s'explique en grande partie par les conditions climatiques défavorables (pluies abondantes, sécheresse), qui provoquent un fort taux de mortalité chez les abeilles. Autre cause, la prédation du ■■■



*Le miel est le savant (et savoureux)
résultat d'un véritable travail d'équipe
au sein de la ruche.*



DIFFÉRENTES CATÉGORIES DE MIEL

Les miels de nectar

Pour produire un miel de nectar, les abeilles butinent les fleurs. La production de miel de miellat implique, elle, l'intervention d'un intermédiaire ; à savoir un insecte piqueur-suceur de miellat (comme le puceron). Ce dernier trouve sa nourriture dans la sève et rejette la matière sucrée qu'il ne peut pas digérer (le miellat), ensuite transformée par les abeilles. Le miel de sapin, par exemple, est un miel de miellat.

Les miels de terroir

Ils sont garantis par des labels, comme l'indication géographique protégée (IGP) pour le « miel de Provence », le « miel d'Alsace », le « miel des Cévennes » et le « miel de Picardie » (la labellisation devrait être effective en avril pour ce dernier) et l'AOP (appellation d'origine protégée) pour le « miel de sapin des Vosges » ou le « miel de Corse ». « Miel de montagne » est une mention de qualité facultative, si le miel est produit en zone

de montagne. Le « miel du Gâtinais » est une marque déposée. À noter que la liste des ingrédients n'est pas indispensable sur le pot, la mention « miel » étant réservée au miel 100 % naturel, car il ne peut rien contenir d'autre (la mention « miel à "quelque chose" » est donc interdite). S'il contient du sirop de glucose, il ne peut donc être appelé miel. Quant au label bio, il garantit uniquement que les fleurs butinées sont « essentiellement » issues de l'agriculture biologique... sachant que l'on ne maîtrise pas le parcours des abeilles.

Les miels d'appellation florale

Pour spécifier l'origine monoflorale d'un miel (d'acacia, par exemple), le pollen de la fleur indiquée doit être majoritaire (la réglementation ne fixe pas de seuil). Le miel « de garrigue » fait référence à l'ensemble des fleurs du pourtour méditerranéen.

LE MIEL EST UN PRODUIT SUJET AUX FRAUDES. ACHETEZ-LE EN DIRECT CHEZ L'APICULTEUR.

d'enrobage des semences, qui affaiblissent les colonies et perturbent le développement et le sens de l'orientation des abeilles. Ils ont été interdits en France en 2018, mais une dérogation a permis leur utilisation pour les semences de betteraves sucrières jusqu'en janvier 2023, date à laquelle un arrêt de la Cour de justice européenne les a définitivement bannis. En janvier dernier pourtant, le Sénat a adopté une proposition de loi visant à réautoriser l'usage d'un pesticide de la famille des néonicotinoïdes, l'acétamipride, pour certaines cultures. L'ONG BeeLife, qui œuvre au niveau européen pour protéger les abeilles – dont dépend, rappelons-le, la pollinisation de 90 % des espèces végétales à fleurs – continue à alerter les pouvoirs publics quant aux autres risques chimiques et à inciter à des pratiques agricoles respectueuses de l'environnement et de la biodiversité.

Gare aux imitations

Le marché du miel doit faire face à un autre problème : la contrefaçon. La concurrence massive de l'Asie l'inonde de succédanés à bas prix, coupés au sirop de glucose. Le miel est en effet l'un des produits alimentaires les plus sujets aux fraudes. Dans un rapport publié en mars 2023 à la suite d'un contrôle d'envergure mené dans seize pays membres, la Commission européenne a révélé que 46 % des miels testés étaient frauduleux. Pour la France, parmi les 21 échantillons testés, seuls quatre étaient des vrais miels. Pour éviter d'acheter ces faux miels, il faut d'abord choisir un miel d'origine France, en scrutant l'étiquette ; l'indication du pays où le miel a été récolté est obligatoire lorsqu'il est conditionné en France. Parfois aussi, seul le conditionnement est fait dans l'Hexagone. Méfiance donc dans les grandes surfaces, sur les marchés de vacances ou dans les boutiques de souvenirs. Le meilleur moyen de s'assurer de la qualité d'un miel est de l'acheter chez un producteur, de s'informer sur la région précise dans laquelle il a été produit, et à partir de quelles fleurs. On achète du miel de lavande en Provence, du miel de montagne dans les Alpes, le Jura, le Massif central, les Vosges ou les Pyrénées, ou encore du miel de tilleul en Picardie. ❖

■ ■ ■ frelon asiatique, qui, depuis son arrivée en France en 2004, a colonisé le territoire et décime les ruches. Enfin, l'agriculture intensive contribue fortement à la mortalité des insectes. Les territoires en monoculture les privent de nourriture au moment de la floraison, mais, surtout, l'impact des pesticides et en particulier des insecticides est lourd. On a ainsi beaucoup parlé des néonicotinoïdes

SAVEURS

ENVIE DE RETROUVER D'ANCIENS MAGAZINES ?

Tous les précédents numéros de votre magazine
Saveurs restent disponibles !



Commandez-les sur le site

ABONNEMENTMAG.FR

La chicorée

Entre caramel et amertume



Un goût caractéristique pour
des plats tout aussi uniques.

En grains
ou soluble?

Comptez 1 à 2 c. à café
de chicorée en grains
pour une tasse de 20 cl
et laissez infuser quelques
minutes. En version soluble,
comptez 3 c. à café pour
une tasse de 25 cl.

Associée aux boissons chaudes, pour remplacer le café, la chicorée mérite aussi sa place en cuisine, autant dans des recettes sucrées que salées. Découvrez nos préparations aux saveurs originales, qui sortent des sentiers battus !

Texte **Carole Garnier**. Recettes et stylisme
Sophie Dupuis-Gaulier. Photos **Claire Payen**.

Issue de *Cichorium intybus*, une variété de chicorée amère à grosse racine, la « chicorée industrielle » est celle que l'on consomme en boisson. Semée au printemps, elle est récoltée à l'automne : ses racines sont arrachées, lavées, séchées puis torréfiées. Cette étape développe des arômes riches, caramélisés et légèrement amers, caractéristiques de la plante. Après torréfaction, les racines sont concassées ou broyées pour obtenir une poudre fine. En cuisine, elle se glisse facilement dans les desserts, notamment ceux traditionnellement préparés avec du café : elle remplace par exemple ce dernier dans un tiramisu ou la crème pâtissière destinée à garnir des éclairs. Elle peut aussi être incorporée à la pâte de cookies au chocolat, de madeleines ou d'un fondant au chocolat, ou ajoutée à l'appareil d'une crème brûlée, d'une crème renversée au caramel ou encore d'une mousse au mascarpone.

Plus étonnant, en version salée, la chicorée en poudre apporte au bœuf bourguignon de la profondeur ; il suffit d'en intégrer une cuillerée à café à la sauce. Des carottes et des panais coupés en dés seront délicieux enrobés d'un mélange d'huile d'olive, de sirop d'érable, de chicorée et de thym avant d'être rôtis au four. Un velouté de courge ou de carotte pourra également être souligné par une touche de chicorée. Dans tous les cas, commencez par une petite quantité (une ou deux cuillerées à café) pour éviter de donner au plat une amertume trop prononcée et goûtez pour affiner le dosage. ❖



ONGLET MARINÉ À LA CHICORÉE ET PURÉE DE BETTERAVE

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min

Repos : 1 h

Cuisson : 40 min

■ 360 g d'onglet de bœuf ■ 2 échalotes

■ 15 g de beurre ■ 1 c. à soupe d'huile de colza ■ Sel, poivre

Pour la marinade : 2 gousses d'ail

■ 2 c. à soupe bombées de moutarde

■ 2 c. à soupe bombées de chicorée soluble

■ 2 c. à soupe rases de sucre

■ 4 c. à soupe de vinaigre balsamique

Pour la purée de betterave :

200 g de betterave crue

■ 600 g de pommes de terre bintje

■ 50 g de crème fraîche épaisse

1. Pelez et ciselez finement les échalotes puis réservez-les.

2. Préparez la marinade. Épluchez et écrasez l'ail à l'aide d'un presse-ail. Mélangez-le avec la moutarde, le sucre, le vinaigre balsamique, la chicorée, du sel et du poivre.

Déposez les onglets dans un plat creux et recouvrez-les de marinade. Filmmez et réservez 1 h au réfrigérateur.

3. Préparez la purée. Épluchez les pommes de terre et la betterave. Détaillez-les en petits morceaux et faites-les cuire 30 min à la vapeur.

4. Dans une grande poêle, faites fondre le beurre avec l'huile de colza. Ajoutez les échalotes ciselées et laissez-les dorer 10 min à feu doux.

5. Augmentez le feu et déposez les morceaux d'onglet dans la poêle, puis saisissez-les des deux côtés. Versez la marinade et laissez cuire encore 2 min de chaque côté, selon l'épaisseur et la cuisson souhaitée.

6. Réduisez les pommes de terre et la betterave en purée, puis incorporez la crème fraîche. Salez et poivrez. Servez la viande nappée de sauce et accompagnée de purée.

Notre conseil vin
Un faugères rouge

VELOUTÉ DE CHÂTAIGNES À LA CHICORÉE

Pour 4 personnes
Préparation : 15 min
Cuisson : 35 min

■ 620 g de châtaignes cuites ■ 4 fines tranches de lard ■ 100 g de lardons ■ 1 oignon ■ 3 c. à café de chicorée en grains ■ 30 cl de bouillon de légumes ■ 10 cl de crème liquide ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive ■ Quelques pincées de chicorée en poudre ■ Sel, poivre

1. Faites infuser la chicorée dans 30 cl d'eau bouillante pendant 5 min.
2. Dans une cocotte à fond épais, faites dorer l'oignon 3 min dans l'huile d'olive chaude. Ajoutez les lardons et prolongez la cuisson de 3 min. Ajoutez les châtaignes (réservez-en quelques-unes), la chicorée et le bouillon.

3. Laissez cuire encore 30 min, puis filtrez pour retirer les châtaignes et les lardons, en réservant le liquide de cuisson.

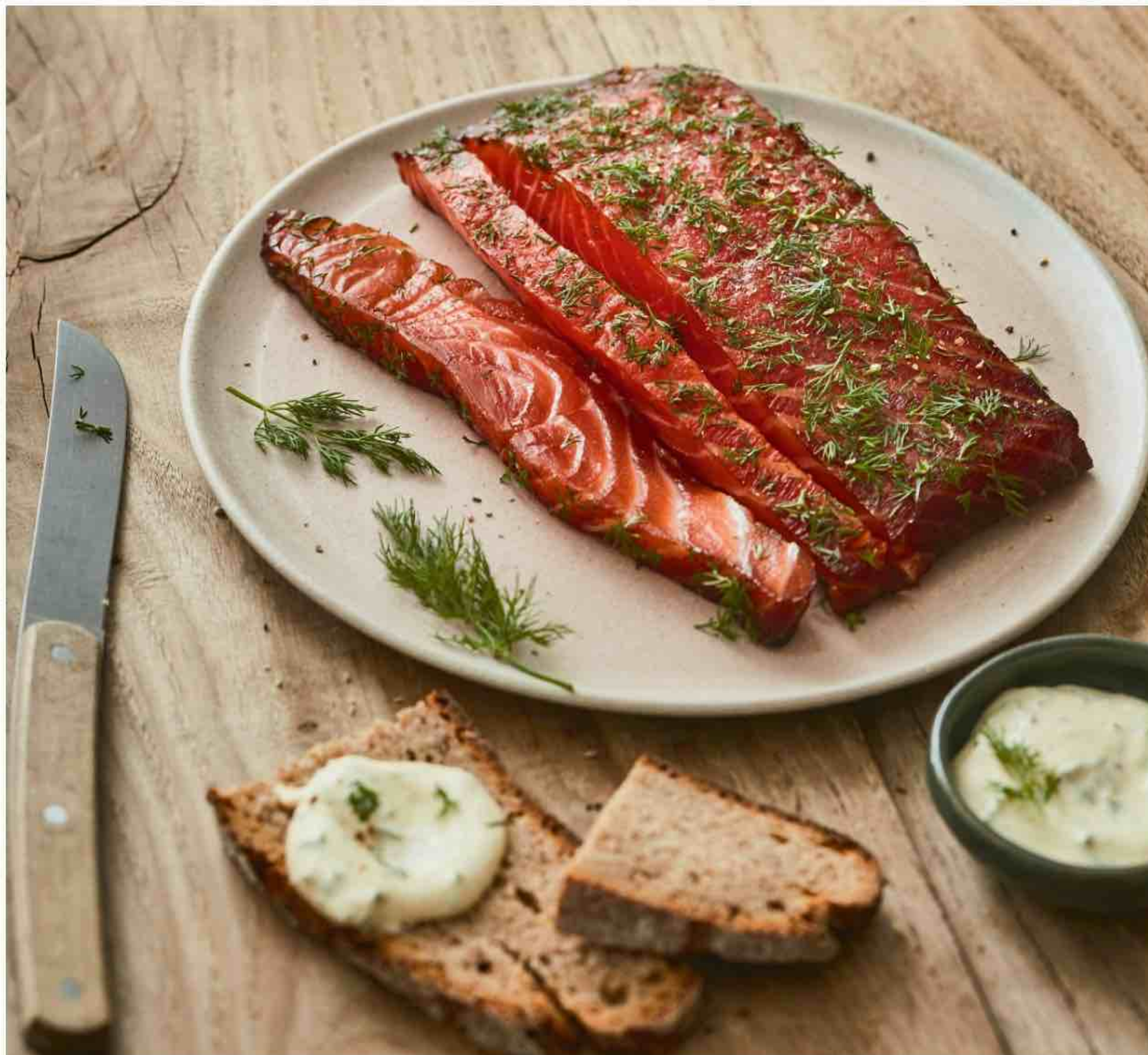
4. Au blender, mixez finement les châtaignes et les lardons en ajoutant le liquide de cuisson au fur et à mesure, en fonction de la texture souhaitée. Ajoutez 8 cl de crème, salez, poivrez et mélangez bien.

5. Dans une poêle, faites dorer les tranches de lard jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. Versez le velouté dans des bols. Ajoutez les châtaignes réservées, le reste de crème et les chips de lard. Saupoudrez d'un peu de chicorée en poudre et servez.

Notre conseil vin
Un côtes-d'auvergne rouge

Astuces

Vous pouvez préparer le velouté la veille. Le jour même, réchauffez-le et faites dorer le lard. Encore plus gourmand avec des croûtons!



GRAVLAX DE SAUMON À LA CHICORÉE

Pour 6 personnes
Préparation : 15 min
Repos : 60 h

■ 600 g de cœur de saumon (filet)
■ 12 c. à soupe bombées de chicorée soluble ■ 50 g de sucre ■ 2 brins d'aneth
■ 50 g de gros sel ■ 40 cl d'eau
Pour la sauce : 100 g de crème fraîche épaisse ■ 1 c. à soupe bombée de moutarde ■ Poivre du moulin

1. Faites chauffer l'eau, versez-la sur la chicorée et laissez refroidir.
2. Rincez le saumon sous l'eau froide et épongez-le avec du papier absorbant. À l'aide d'un couteau aiguisé et d'une pince, retirez la peau et les éventuelles arêtes.
3. Déposez le saumon dans un plat creux. Ajoutez la chicorée refroidie, filmez et réservez 24 h au frais, en retournant le poisson au bout de 12 h.
4. Égouttez le saumon, jetez la chicorée et séchez le poisson. Dans un bol, mélangez le sucre et le gros sel.

Remplacez le poisson dans le plat et parsemez-le du mélange précédent. Filmez et réservez 36 h au frais, en vidant régulièrement l'eau du plat.

5. Rincez le poisson sous l'eau froide et séchez-le. Ciselez l'aneth et répartissez-en la moitié sur le poisson. Préparez la sauce. Mélangez la crème avec la moutarde, le reste d'aneth et du poivre. Servez le saumon en tranches avec la sauce et du pain de seigle.

Notre conseil vin
Un côtes-de-provence blanc



FINANCIERS À LA CHICORÉE

Pour 12 financiers

Préparation : 10 min

Cuisson : 12 min

■ 25 g de farine ■ 110 g de sucre glace

■ 125 g de blancs d'œufs ■ 90 g de
beurre + un peu pour les moules

■ 100 g de poudre d'amandes ■ 1 c. à
soupe bombée de chicorée soluble

Ustensiles : Moules à financiers

1. Préchauffez le four à 180 °C.

2. Faites fondre le beurre à feu doux,
jusqu'à ce qu'il dégage une odeur
de noisette.

3. Mélangez les blancs d'œufs avec
le sucre glace, la poudre d'amandes,
la farine et la chicorée. Incorporez
le beurre noisette en remuant bien.

4. Versez la pâte dans les moules
à financiers beurrés et enfournez
pour 12 min. Dégustez tiède ou froid.

**Notre conseil
d'accompagnement**

Un clairette-de-die ou un café

FONTAINEBLEAUX ET POIRES POCHÉES À LA CHICORÉE

Pour 4 personnes

Préparation : 15 min Repos : 1 h

Cuisson : 30 min

■ 4 poires ■ 160 g de crème liquide

■ 160 g de faisselle ■ 40 g de sucre

■ 4 capsules de cardamome

Pour le sirop : 15 g de chicorée

en grains ■ 1 c. à café de graines

de coriandre ■ 1 étoile de badiane

■ 2 c. à café rases de sucre

1. Déposez la faisselle dans une

passoire et laissez-la s'égoutter.

2. Épluchez les poires puis déposez-les,
entières, dans une petite casserole.

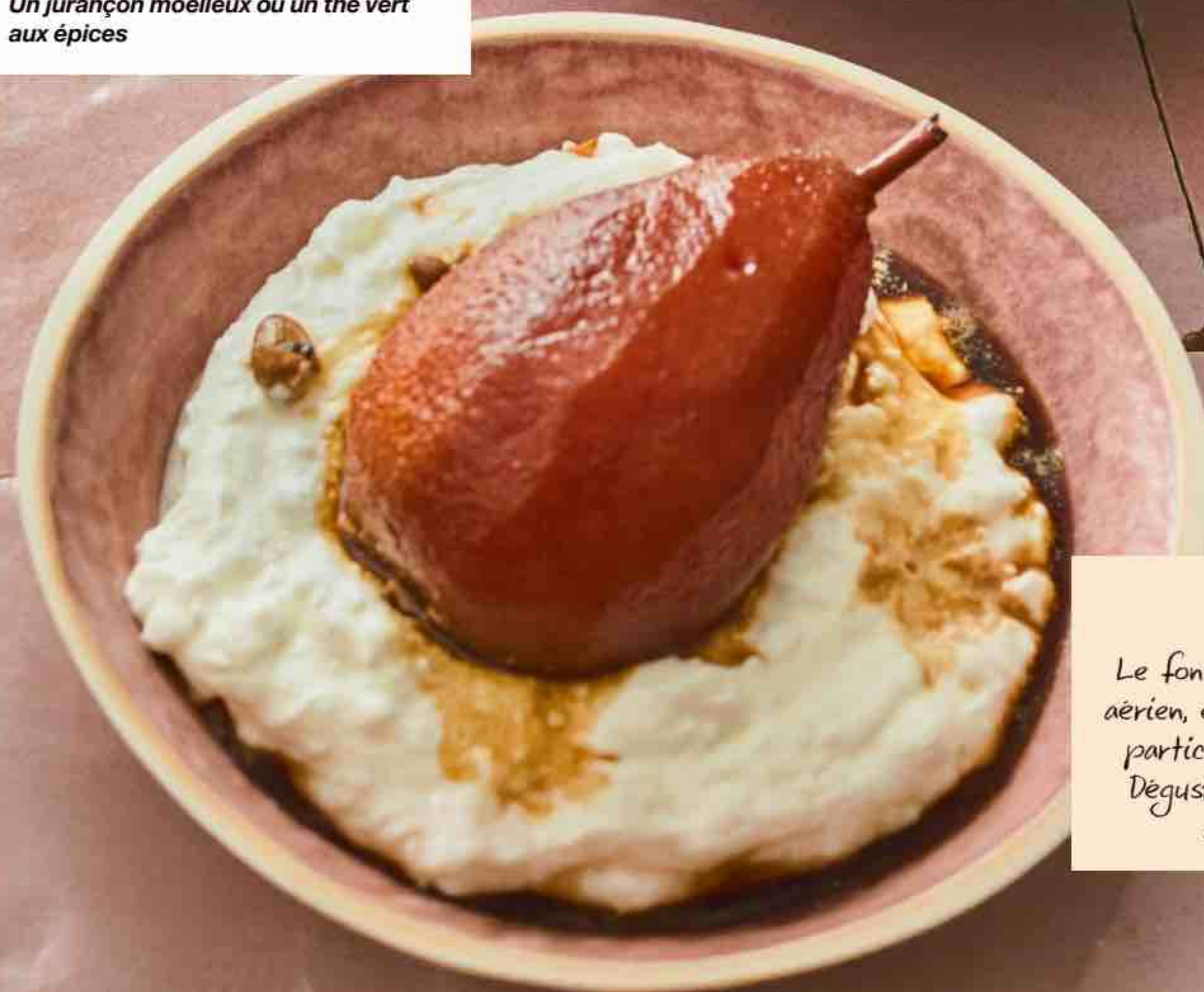
Versez 50 cl d'eau et les ingrédients du
sirop. Ouvrez les capsules de cardamome
ajoutez-les, portez à petits bouillons et
faites cuire 30 min. Coupez le feu, couvrez
et laissez refroidir les fruits dans le liquide.

3. Fouettez la crème liquide jusqu'à
ce qu'elle ait doublé de volume. Ajoutez
le sucre et continuez de fouetter
pour obtenir une chantilly assez ferme.

4. Mélangez la chantilly avec la faisselle
égouttée. Répartissez le fontainebleau
dans 4 coupelles, ajoutez 1 poire tiède
et 1 ou 2 c. à café de jus de cuisson
dans chacune d'elles. Servez aussitôt.

Notre conseil d'accompagnement

*Un jurançon moelleux ou un thé vert
aux épices*



Conseil

Le fontainebleau, léger et
aérien, est une préparation
particulièrement fragile.
Dégustez cette douceur
sans tarder !

Fondée par le Français Samuel de Champlain en 1608, la ville de Québec a développé une identité forte tout au long de ses 400 ans d'histoire.

De Québec à Charlevoix en 9 étapes

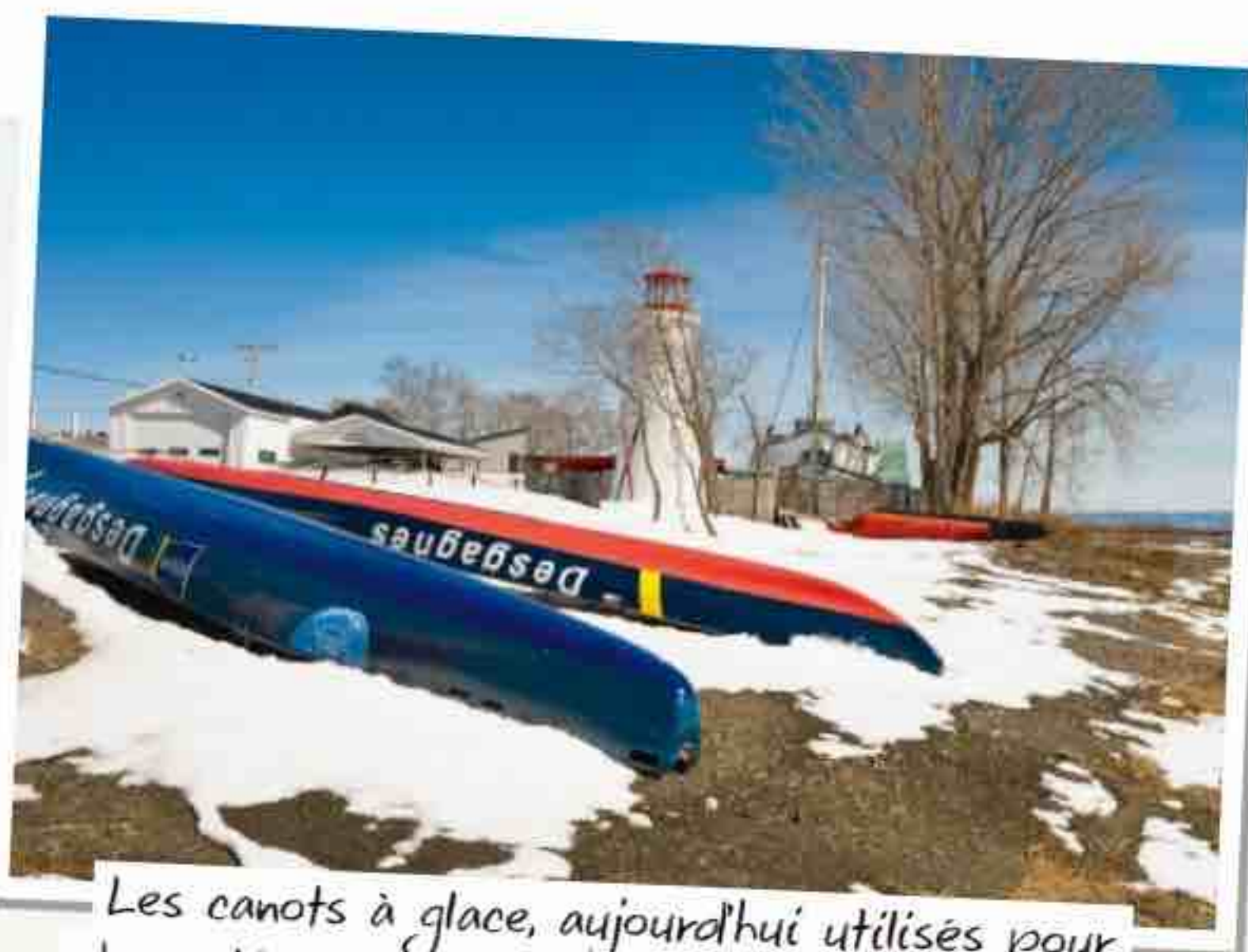


Entre forêt, montagne et fleuve, la nature québécoise offre une grande diversité de paysages et des activités sans égales. Elle fournit aussi largement de quoi garnir les assiettes de saveurs autochtones.

Texte **Patricia Marini**. Photos **Marie-José Jarry**.



Québec se découvre à pied en empruntant ses nombreuses rues sinueuses et pavées. Ici, la rue du Petit-Champlain, dans le Vieux-Québec.



Les canots à glace, aujourd'hui utilisés pour des activités sportives, constituaient autrefois le seul lien entre les îles et le continent.



À la fois fleuve, estuaire et golfe, le majestueux Saint-Laurent parcourt le Québec, dont il a marqué l'histoire. C'est en effet par cette voie que sont arrivés les premiers colons. La capitale de la province, qui représente, avec 8 millions d'habitants, un cinquième du Canada, est située à l'endroit où le fleuve se rétrécit – le nom « Québec » serait par conséquent un emprunt au mot algonquin signifiant « passage étroit ». La ville est aussi l'une des plus anciennes d'Amérique du Nord. Inscrit à la liste du patrimoine mondial de l'Unesco, le Vieux-Québec, dont le plan date de l'occupation française, se caractérise par ses ruelles et ses placettes bordées de maisons en pierre aux caves voûtées, de boutiques de créateurs et de magasins de bouche, où il fait bon flâner.

La ville haute est quant à elle dominée par l'iconique Château Frontenac, bâti au XIX^e siècle. Posée au milieu du Saint-Laurent, l'île d'Orléans constitue le verger de la ville de Québec. Une étape à ne pas manquer pendant la saison des sucres, quand les érables fournissent leur « eau », qui servira à fabriquer le sirop d'érable.

Riche et sauvage

À Charlevoix, le Saint-Laurent, long de 1197 kilomètres, en mesure 23 de large et ressemble quasiment à une mer. Rien n'est plus surprenant que de voir les collines enneigées descendre jusqu'à ses berges. La région doit son étonnante géographie à la chute d'une météorite de 15 milliards de tonnes, il y a 350 millions d'années. La diversité des paysages de cette réserve mondiale de la biosphère séduit autant

les locaux que les touristes : un jour, on sillonne les sous-bois en raquettes ou en traîneau à chiens ; le lendemain, on traverse le fleuve pour visiter les fermes et les moulins de L'Isle-aux-Coudres. Une variété tout aussi présente dans l'assiette québécoise, qui, avec la cuisine boréale, a trouvé une véritable identité. Pour célébrer les saveurs autochtones, il suffit de puiser dans une végétation sauvage parmi les bourgeons du peuplier baumier, le mélilot, une fleur aux arômes de vanille, de fève tonka et d'amande amère, le poivre de sapin, les salsifis sauvages ou encore les petits fruits. L'estuaire et le golfe abondent aussi de poissons et de crustacés – morue, sébaste, maquereau, loup marin, crevette, etc. –, et les forêts de gibier. Un remarquable terrain de jeu pour les chefs, qui s'en donnent à cœur joie. ❖



À la tête d'un attelage de chiens, devenez musher d'un jour. Une expérience hors du commun, en osmose avec la nature.

1

FAIRE SON BAPTÊME DE TRAÎNEAU À CHIENS

Si vous rêvez de paysages de Grand Nord, offrez-vous une balade en traîneau à chiens avec Antoine Forest-Côté et Roxane Lazzaroni, fondateurs de Bosco Charlevoix. Le jour où nous nous sommes rendus chez eux, l'une de leurs chiennes de tête venait de s'échapper : désespérés, ils ont attendu de la retrouver pour nous emmener. C'est dire combien ils sont attachés à leurs 29 bêtes, qu'ils ont « récupérées » et qui, à tour de rôle, passent la nuit dans leur maison sur place. Ils ont acheté une forêt de 10 kilomètres carrés, qu'ils entretiennent pour y circuler en toute sécurité. On peut choisir de se faire conduire par eux ou de guider soi-même l'attelage, après avoir reçu les explications nécessaires. Les amateurs de balades en raquettes mettront le cap sur la station du Mont-Grand-Fonds, au-dessus de la ville de La Malbaie. Impossible de se perdre : les 41 kilomètres de sentiers cheminant dans les sous-bois sont très clairement balisés, le plus spectaculaire étant le Sommet, un circuit de 8,5 km avec un bon dénivelé, qui se termine à un belvédère. Du haut de ses 735 mètres, on profite alors d'une vue époustouflante. On peut aussi y pratiquer le ski alpin ou nordique sans craindre de manquer de neige : il en tombe 500 centimètres par an !



Randonnée en raquettes dans les forêts enneigées de la station du Mont-Grand-Fonds : dépaysement garanti !



2

DÉGUSTER LE SIROP D'ÉRABLE, COMME UN QUÉBÉCOIS

De la mi-mars à la fin avril a lieu la récolte de l'eau d'érable. Les Québécois ne manqueraient pour rien au monde un déjeuner dans la cabane à sucre d'une érablière. L'occasion de goûter un large éventail de spécialités, toutes agrémentées du précieux nectar, dans une ambiance festive. Au Relais des Pins, qui appartient depuis quatre générations à la même famille, en musique et dans la bonne humeur, le menu égrène fèves au lard, soupe de pois, jambon chaud, saucisses, pâté à la viande et, bien sûr, crêpes et tarte au sucre, le tout à volonté. Pour finir, on sort « se sucrer le bec » avec la tire : du sirop d'érable bouilli est versé en ruban sur de la neige fraîche. À son contact, il durcit et s'enroule autour d'un bâtonnet comme une sucette, qu'il ne reste plus qu'à déguster. Régressif à souhait!



Soupe de pois au lard

Pour 4 à 6 personnes
Préparation : 30 min
Cuisson : 1 h 45 Repos : 12 h

■ 500 g de pois jaunes ■ 100 g de lard salé
 ■ 150 g d'oignon ■ 100 g de navet ■ 100 g de carotte ■ Sel, poivre

1. **La veille**, mettez à tremper les pois jaunes.
2. **Le jour même**, égouttez, rincez puis égouttez de nouveau les pois. Pelez et hachez l'oignon. Épluchez et coupez le navet et la carotte en brunoise (tout petits dés). Coupez le lard en dés.
3. **Versez tous les ingrédients** dans un grand chaudron à fond épais. Versez 2,5 litres d'eau, portez à ébullition et faites cuire 1 h 45 environ. Au bout de 50 min, mélangez régulièrement pour éviter que les pois collent au fond.

Notre conseil vin
Un cheverny blanc

Une recette du Relais des Pins



Poutine québécoise

Pour 4 personnes
Préparation: 20 min
Cuisson: 15 min

■ 5 pommes de terre préparées en frites ■ 500 g de cheddar frais ■ 55 cl de bouillon de bœuf ■ 45 g de beurre ■ 45 g de farine ■ 2 c. à soupe de sirop d'érable ■ 1,5 c. à soupe de vinaigre de cidre ■ 1 c. à soupe de ketchup

- 1. Faites fondre le beurre** dans une casserole. Versez la farine en une fois, mélangez et laissez cuire 1 min, le temps que la préparation dessèche un peu, puis mouillez avec le bouillon de bœuf. Faites cuire environ 5 min en mélangeant constamment.
- 2. Ajoutez le sirop d'érable**, le vinaigre de cidre et le ketchup, puis prolongez la cuisson, toujours en fouettant, le temps que la préparation épaississe.
- 3. Déposez les frites** dans un plat, répartissez le fromage coupé en morceaux, arrosez de sauce et servez sans attendre.

Notre conseil d'accompagnement
Une bière IPA

6

BRUNE
BBQ
ITALIENNE
GALVAUDE
FRIVOLE
FLASH-BOURG
CHOIX DE POUTINE



Au snack le Flashbourg, Irène Brochu prépare la meilleure poutine du pays selon Dany Labrecque, ardent défenseur de ce plat.

3 OSER GOÛTER À UNE VÉRITABLE POUTINE

Mélange de fromage fondu, de frites et de sauce brune, la poutine est un plat consistant, que les Québécois ingèrent à n'importe quelle occasion, et plus particulièrement après une fête arrosée, à l'instar de notre soupe à l'oignon! « Elle est née avec l'émergence du fromage en grains dans les années 1950 », rappelle Dany Labrecque. Plusieurs communes du centre du Québec revendiquent d'ailleurs sa paternité. Ce guide enjoué voue une passion à ce plat, puisqu'il s'en est fait tatouer une représentation sur le bras. Ce qui lui a donné le droit d'en manger autant qu'il voulait dans son snack préféré, le Flashbourg, où il vous conduira si vous le lui demandez: le restaurant sert, selon lui, la meilleure poutine du Québec.

SAVOURER LE CASSIS SOUS TOUTES SES FORMES

4

Les petits fruits font partie du patrimoine culinaire du Québec et de l'île d'Orléans, qui bénéficie d'un climat adapté et d'un sol riche et fertile, dû à sa proximité avec le fleuve. Depuis une quinzaine d'années, Anne et Catherine Monna ont succédé à leur père, d'origine française et plus spécifiquement de l'Hérault. Issu d'une lignée de liquoristes, il a réimplanté les premiers cassis sur l'île d'Orléans. Il entendait ainsi faire redécouvrir un fruit qui avait été importé par les colons, mais avait peu à peu disparu – une saga rappelée dans l'économusée installé dans la grange ancestrale. Aujourd'hui, les deux sœurs cultivent 22 hectares en agriculture raisonnée. Outre la traditionnelle crème de cassis, qui rivalise haut la main avec les meilleures françaises, elles proposent une vaste gamme comprenant vin, gin, sorbet, confitures...

Anne Monna, l'une des deux sœurs qui ont repris l'entreprise familiale de fabrication de liqueurs.



5

S'INITIER AUX 300 VARIÉTÉS DE FROMAGES QUÉBÉCOIS

Fin le temps où les Québécois importaient leurs fromages de France ; 80 % de la production canadienne est désormais fabriquée au Québec. Si le cheddar, qui se consommait plutôt frais comme une tomme blanche, a explosé avec l'arrivée de la poutine, il est aujourd'hui très largement concurrencé. Il existerait ainsi jusqu'à 300 fromages de vache, de chèvre, de brebis et de bufflonne. « Dans les années 1990 sont arrivés des "fromages fins", plus raffinés, avec des pâtes molles à croûte fleurie ou semi-fermes, ainsi que des pâtes cuites vieilles, comme notre 1608, affiné six mois, ou le Hercule, vieilli de douze à quinze mois », explique Bruno Labbé, directeur général de Laiterie Charlevoix. L'entreprise familiale, qui a su se transformer pour répondre à la demande, est devenue un acteur important de ce marché, dont le renouveau tient aussi à la réimplantation de la vache canadienne, aux intéressantes qualités laitières.

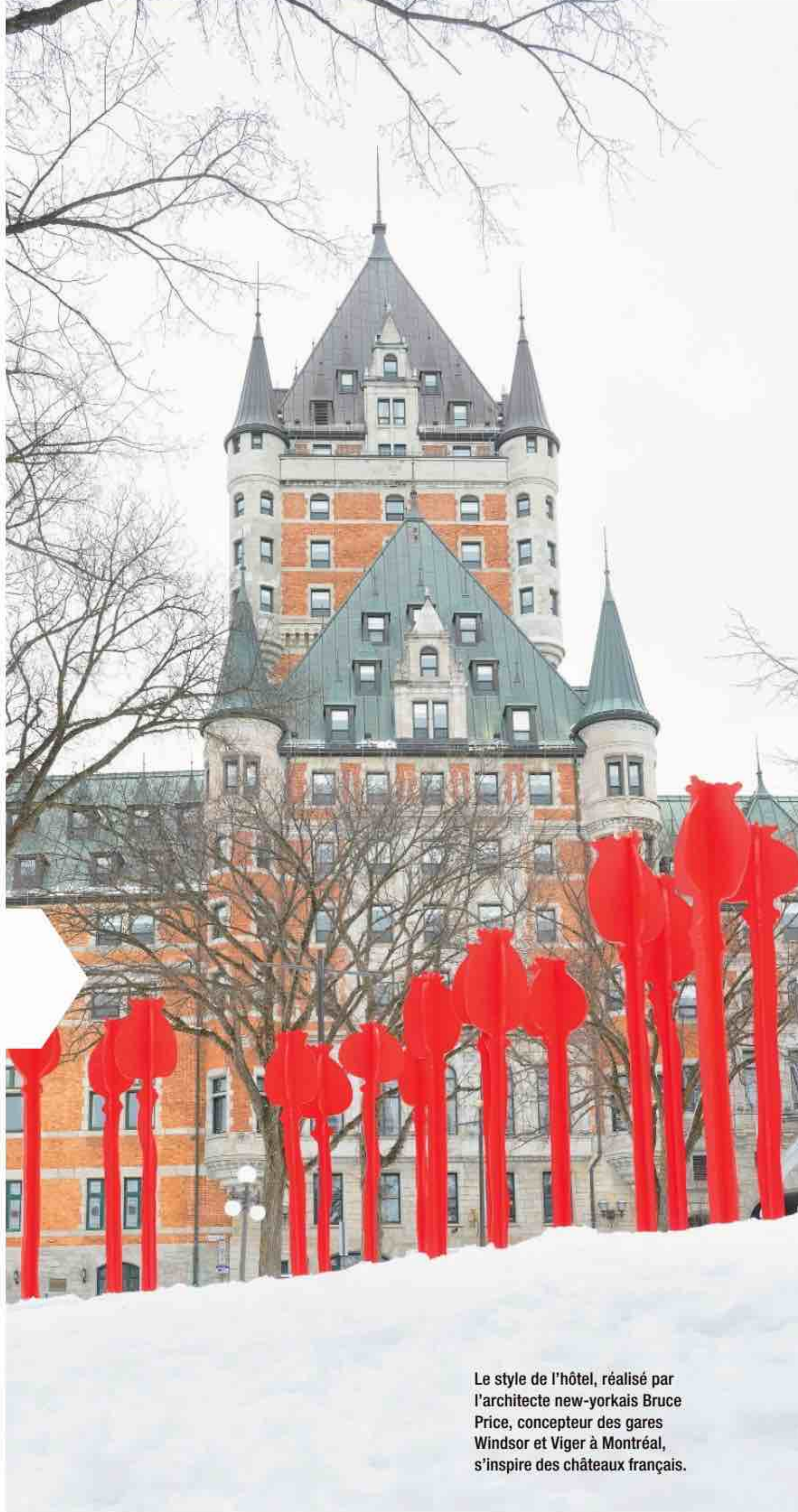


La transformation du monument historique en hôtel de luxe a permis la renaissance de ce symbole de la ville.

PRENDRE EN PHOTO LE CHÂTEAU FRONTENAC

6

Le monument le plus photographié de la ville de Québec se révèle être... un hôtel, et ce, depuis 1893. À l'emplacement des résidences des gouverneurs français et anglais, l'établissement a été édifié par la Canadian Pacific Railway Company (compagnie ferroviaire), qui voyait là un bon moyen d'attirer les touristes. Depuis, il a été agrandi plusieurs fois, jusqu'à accueillir les 610 chambres actuelles réparties sur 18 étages, plusieurs restaurants et bars ainsi qu'un centre de bien-être. Son histoire continue de s'écrire : le bâtiment a ainsi servi de décor à de nombreux tournages et reçu des hôtes aussi prestigieux que les présidents Roosevelt et Churchill, venus élaborer leur stratégie au moment de la Seconde Guerre mondiale, la princesse Grace de Monaco, la reine Elisabeth II et, plus récemment, Céline Dion, Leonardo di Caprio ou Angelina Jolie.



Le style de l'hôtel, réalisé par l'architecte new-yorkais Bruce Price, concepteur des gares Windsor et Viger à Montréal, s'inspire des châteaux français.

PARTIR À LA RENCONTRE DES WENDATS

7

Les 55 communautés autochtones ou Premières Nations, comme il est d'usage de les appeler, représentent 1,2 % de la population du Québec. À Wendake, à une trentaine de minutes de la ville de Québec, les Wendats (ou Hurons, selon la formulation occidentale), un peuple de la famille iroquoienne, ont construit en 2008 un superbe hôtel-musée au bord de la rivière Saint-Charles. Dans ce lieu comprenant 69 chambres parées de décors puisés dans leurs traditions, on ne vient pas seulement pour dormir, mais pour se familiariser avec leur culture, en se laissant charmer par exemple par la lecture d'un conte dans la maison longue, lieu de réunion traditionnel reconstitué sur le site. Le restaurant met en valeur le fruit du travail des autochtones, dont l'excellent saumon salé à sec et subtilement fumé à froid par Marie-Claude Sioui et Guy Blouin. Après un délicieux dîner, à la tombée de la nuit, on cheminera à travers la forêt sur les traces des Wendats; une balade onirique de 1,2 km, guidée par des jeux de lumière, bercée par des chants, qui célèbre leur mode de vie en s'inspirant de leurs récits, rythmes et symboles.



Le parcours Onhwa' Lumina plonge le visiteur au cœur de la culture du peuple Huron-Wendat.

8

S'ENIVRER DE GIN OU D'HYDROMEL

Pittoresque et charmante, Baie-Saint-Paul a su conserver une grande partie de son patrimoine, avec quelque 85 édifices centenaires de style victorien. Ses rues étroites sont bordées de boutiques et de galeries d'art. Faites une halte à la fabrique d'hydromel d'Alexandre Côté et Anthony Dufour pour déguster leurs étonnants vins de miel et spiritueux. Un résultat obtenu par la fermentation de miel récolté dans leurs 450 ruches, mélangé avec de l'eau et des levures. Les différents assemblages sont vieillies en barrique, comme pour un vin, avec différents arômes selon les fleurs butinées. Le duo a également conçu un gin « d'inspiration apicole » à base de propolis, de fleurs et de baies de la région.



Tarte au sucre de la boulangerie Bouchard

Pour 6 personnes

Préparation: 15 min

Cuisson: 35 min

■ 1 pâte brisée ■ 1 œuf

Pour la garniture: 1 œuf ■ 300 g de cassonade

■ 15 g de farine ■ 115 g de lait concentré (ou de crème fraîche) ■ 1 c. à café de vanille liquide

1. Préchauffez le four à 180 °C. Étalez la pâte dans un plat à tarte tapissé de papier cuisson. Badigeonnez le bord d'œuf battu et enfournez pour 5 min.

2. Pendant ce temps, mélangez les ingrédients de la garniture. Versez la préparation dans le plat.

3. Enfournez pour 30 min. La tarte est cuite quand une croûte se forme sur le dessus.

Notre conseil d'accompagnement

Un cidre de glace ou un crémant-d'alsace demi-sec

Noëlle-Ange Harvey, un personnage haut en couleur à la tête de la boulangerie Bouchard, à L'Isle-aux-Coudres.



9

S'AVENTURER SUR L'ISLE-AUX-COUDRES

Une route de 23 kilomètres fait le tour de cette île plantée au milieu du fleuve, à laquelle on accède par un traversier (ferry). Restée inhabitée pendant près de deux siècles avant de devenir une halte pour les navires naviguant vers Québec et les pêcheurs de bélugas, elle compte dorénavant quelque 1 100 Marsouins, le surnom donné aux habitants. Ses liens avec la pêche sont évoqués dans le musée des Traverseux, qui met à l'honneur ces canots à bois qui ont longtemps fait office de traits d'union avec le continent. Le canot à glace est depuis pratiqué comme un sport, que l'on peut tester sur place. L'île est également propice aux cultures. Productrice de pommes depuis 1918, la famille Pedneault est désormais à la tête de 40 hectares de vergers. Elle a progressivement élargi son offre aux cidres, aux vinaigres de pomme et aux confitures, le nec plus ultra étant le cidre de glace, plus sirupeux, élaboré avec des pommes, qui, soumises au froid, ont concentré leurs sucres. La boulangerie Bouchard y est une institution, où l'on fait une halte pour la tarte au sucre, la tarte grand-mère ou le pâté croche, un petit chausson à la viande en forme de demi-lune, dont Noëlle-Ange Harvey, qui a repris la seule boulangerie de l'île en 2006, vous racontera l'histoire.

Les hébergements

Fairmont Le Château Frontenac

Une institution, avec vue imprenable sur le Saint-Laurent et la vieille ville. Mention spéciale pour le petit déjeuner, ouvert aux non-résidents (30 €). Chambre double à partir de 300 €.

1, rue des Carrières, Québec. Tél. : +1 866 540 4460 ou +1 418 692 3861. fairmont.fr/frontenac-quebec

Hôtel-musée Premières Nations

On y vient pour appréhender la richesse de la culture huronne-wendat, mais aussi pour son confort et sa tranquillité. À partir de 140 €.

5, place de la Rencontre, Wendake.

Tél. : +1 418 847 2222. hotelpremieresnations.ca

Hôtel & spa Le Germain Charlevoix

Les chambres des six pavillons de l'hôtel ouvrent sur la campagne, une vue dont on peut profiter aussi depuis les bassins extérieurs chauffés du spa. Chambre double à partir de 170 €.

50, rue de la Ferme, Baie-Saint-Paul.

Tél. : +1 844 240 4700. germainhotels.com/fr/hotel-et-spa-le-germain-charlevoix

Les restaurants

♥ Tanière3

Cette table gastronomique propose une expérience hors du commun : on change de salle et d'atmosphère au fur et à mesure que les plats se succèdent. Remarquablement mis en scène, totalement dépayçant ! Menu en 7 plats à 160 €.

36 1/2, rue Saint-Pierre, Québec.

Tél. : +1 418 872 4386. taniere3.com

♥ Le Relais des Pins

Une cabane à sucre où l'on s'attable pour un repas typique et d'où l'on repart avec sirop, crème ou beurre d'érable. 33 € taxes incluses.

2013, chemin Royal, Sainte-Famille, île d'Orléans, Québec.

Tél. : +1 418 829 3455. lerelaisdespins.com

♥ Le Clan

En plus du généreux brunch, le chef propose des plats traditionnels : oreilles de crisse (lard salé et frit), jambon fumé, fèves au lard... ainsi que tourtière de lièvre, pommes dauphine et de multiples sucreries. À partir de 24 €.

44, rue des Jardins, Québec.

Tél. : +1 418 692 0333. restaurantleclan.com

CARNET DE ROUTE

Se renseigner

www.bonjourquebec.com

www.quebec-cite.com

www.tourisme-charlevoix.com

Bon à savoir

Les prix sont indiqués hors taxes ; il faut systématiquement ajouter 15 % du montant ainsi qu'un pourboire équivalent dans les cafés et restaurants.

Le Saint-Laurent Fairmont

Bistronomique décomplexé ouvert le soir uniquement, Le Saint-Laurent met en avant le goût du produit en le transformant le moins possible, en se souciant de l'environnement. Environ 50 €.

181, rue Richelieu, La Malbaie.

Tél. : +1 418 665 3703.

fairmont.fr/riche-lieu-charlevoix

♥ Chez Truchon

Au menu de cette maison bourgeoise : gigot d'agneau de Charlevoix et son orzo au beurre de citron, gel de pomme et gingembre ; morue accompagnée de céleri poêlé et de caviar de lentilles ; pétoncles des îles de la Madeleine et gnocchis... Menu en 5 services à 60 €.

1065, rue Richelieu, La Malbaie.

Tél. : +1 418 665 4622.

aubergecheztruchon.com

Flashbourg

Un snack familial pour manger une bonne poutine à proximité de Québec. De 5 à 13 € en fonction de la taille et des ingrédients.

21231, boulevard Henri-Bourassa, Québec.

Tél. : +1 418 849 6662. flashbourg.com

ET AUSSI

Cassis Monna & Filles

Les alcools et autres douceurs à base de cassis de cette entreprise sont régulièrement primés.

1225, chemin Royal, Saint-Pierre.

Tél. : +1 418 828 2525. cassismonna.com

DeTerroir Café

Dans ce coffee-shop cosy du faubourg Saint-Jean-Baptiste de la ville de Québec, on sirote d'excellents cafés bio torréfiés sur place en grignotant gâteaux, scones salés ou salades.

752, rue Saint-Jean, Québec.

Tél. : +1 418 523 2233. deterroir.cafe/fr

Boulangerie Bouchard

Une large offre de snacks et un pain au levain élaboré avec les céréales cultivées sur l'île.

1648, chem. des Coudriers, L'Isle-aux-Coudres.

Tél. : +1 418 438 2454. boulangeriebouchard.com

Cidrerie et vergers Pedneault

Cette entreprise familiale commercialise des cidres et préparations à base de pomme.

3384, chem. des Coudriers, L'Isle-aux-Coudres.

Tél. : +1 418 438 2365. charlevoixenligne.com

Safran nordique

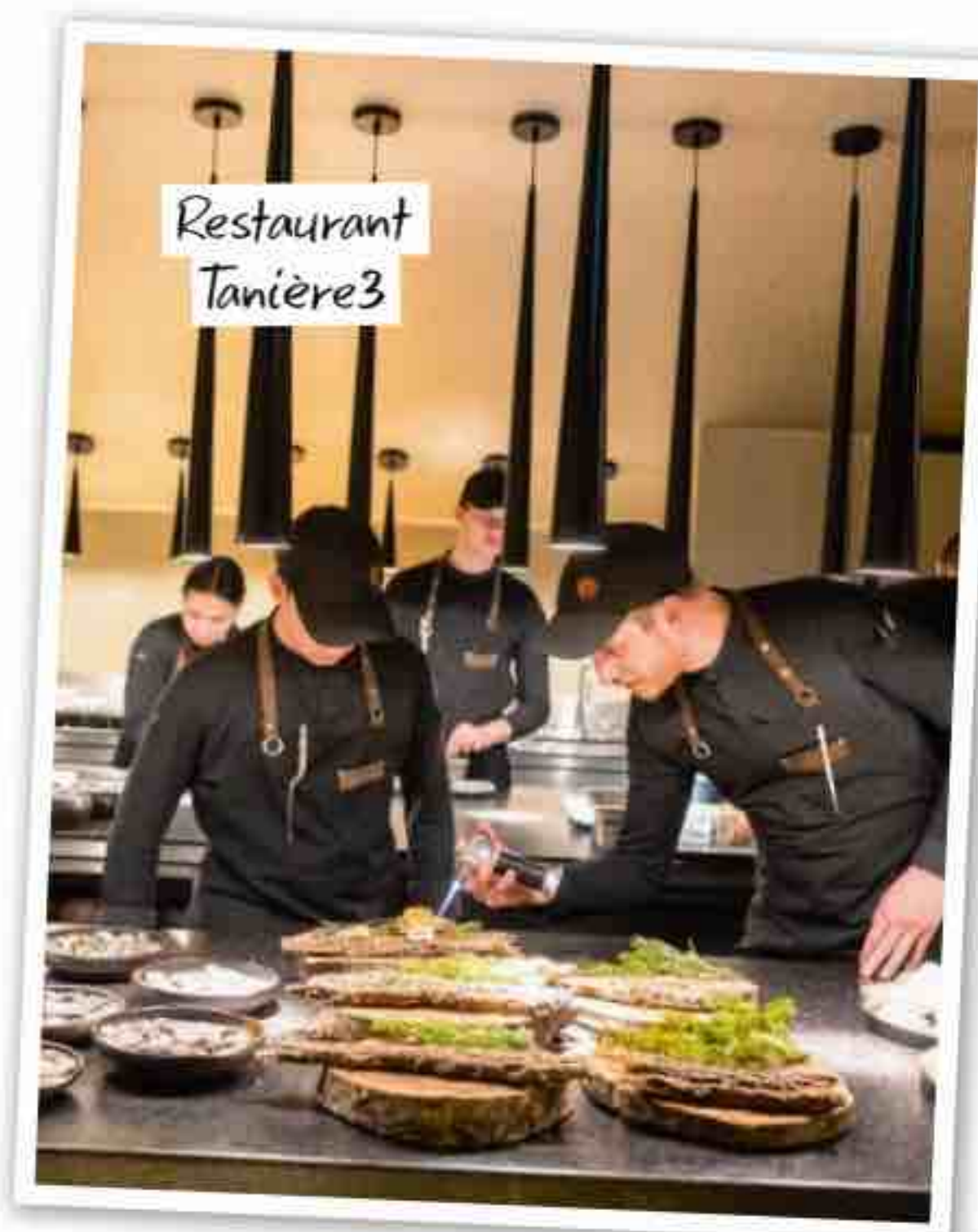
Sirop, confitures, vinaigres balsamiques et savons agrémentés de safran.

35, rue Larouche, Clermont.

Tél. : +1 418 633 5002. safran-nordique.com

Laiterie Charlevoix

Parmi la production de cette entreprise familiale, du cheddar et différentes variétés de fromages



Dans les assiettes, d'audacieuses associations qui sonnent juste.

fins, ainsi que d'autres produits régionaux.

1167, boulevard Monseigneur-de-Laval, Baie-Saint-Paul. Tél. : +1 418 435 2184.

laiteriecharlevoix.com/fr

Hydromel Charlevoix

Une visite et une dégustation originales (37 €) et une idée de cadeau à rapporter dans ses bagages.

49, rue Saint-Jean-Baptiste, Baie-Saint-Paul.

Tél. : +1 418 240 0488. hydromelcharlevoix.com

Visite sur mesure

Dany Labrecque et Franz Noël sont les guides de la Conciergerie du terroir qu'ils ont fondée. Faites-leur confiance pour des virées épicuriennes, en transport privé, dans la région de Québec.

Tél. : +1 418 906 9819. conciergerieduterroir.com

Découvrir Québec à pied

Partez pour une visite à thème de la ville de Québec avec HQ Services Touristiques.

Tél. : +1 418 330 6262.

Parcours enchanté

Allez à la découverte du peuple huron-wendat lors d'un étonnant parcours nocturne.

onhwalumina.ca

Excursion en forêt

Une balade en traîneau à chiens avec Bosco Charlevoix : 100 ou 120 € selon que l'on conduit ou non son attelage.

434, route 170, Saint-Siméon.

Tél. : +1 581 777 2623. boscocharlevoix.ca

Jabugo

Un jambon grand cru

Dans ce pâturage de 82 hectares, les cochons disposent de tout l'espace nécessaire pour évoluer tranquillement, et se nourrir des fameux glands.

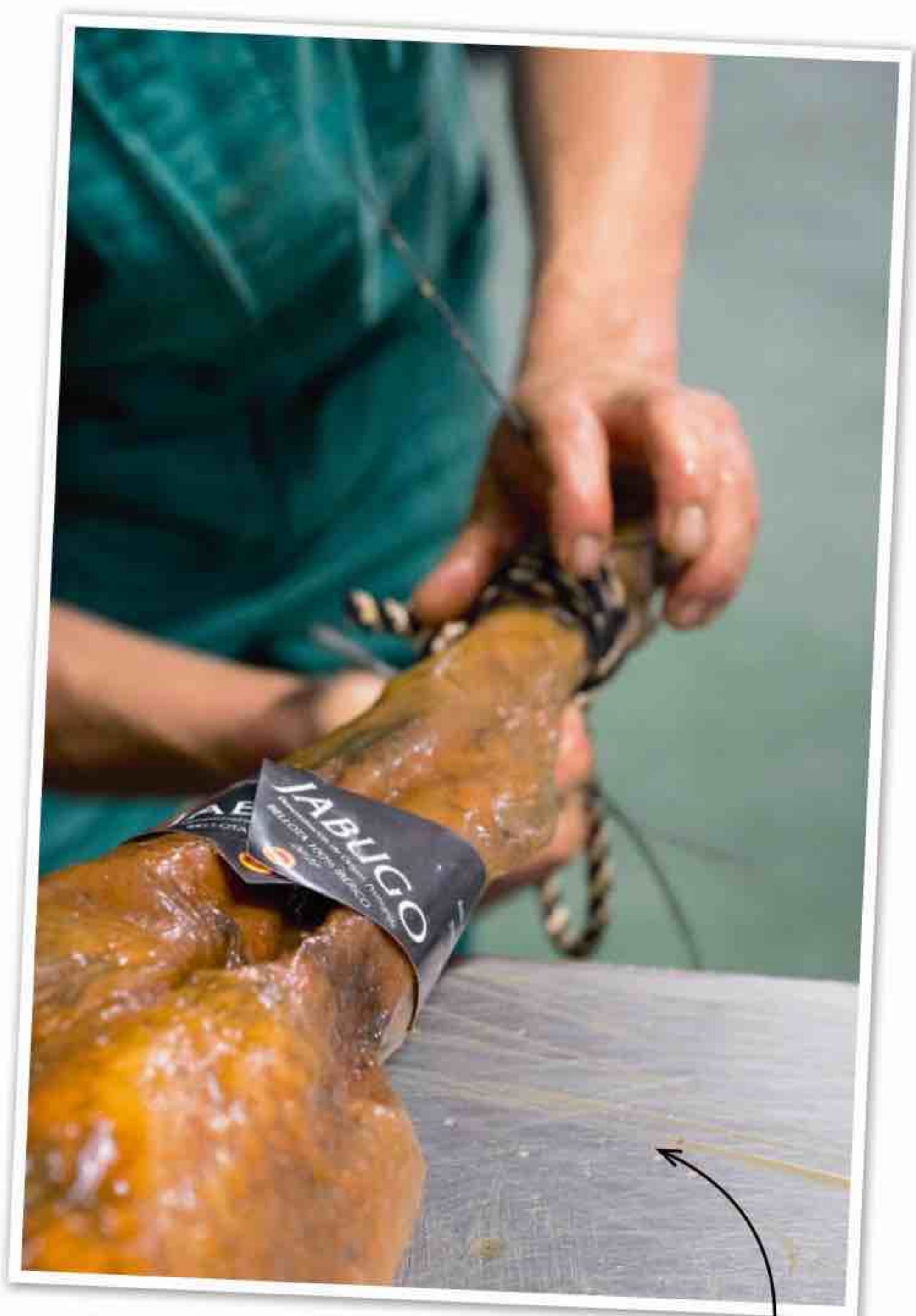
Bien plus qu'un village ravissant niché au cœur de l'Andalousie, Jabugo est le label protégeant un jambon ibérique d'exception, fruit d'une nature préservée, d'un savoir-faire ancestral et d'un affinage maîtrisé à la perfection.

Texte **Vanessa Krstic**. Photos **Marie-José Jarry**.

La sierra d'Aracena, vaste chaîne de montagnes située au nord-ouest de l'Andalousie, abrite des paysages d'une rare beauté. Ses collines vallonnées, couvertes d'un épais manteau de chênes verts et de chênes-lièges, forment un cadre idyllique pour l'élevage en plein air des porcs destinés à arborer le prestigieux label Jamón de Jabugo DOP. Si le jabugo est l'un des plus vieux produits du monde, son officialisation en tant que *denominación de origen protegida* (DOP, appellation d'origine protégée) date de 2021. Il aura fallu une quarantaine d'années pour que les 31 villages producteurs se mettent d'accord pour défendre leur savoir-faire des nombreuses (mauvaises) copies. Le label, qui repose sur un cahier des charges aux critères stricts, garantit désormais la qualité et l'authenticité de ce jambon reconnu comme l'un des cinq produits gastronomiques les plus prestigieux au monde.

Un élevage entre ciel et chênes

Écosystème méditerranéen typique du sud-ouest de l'Espagne, la *dehesa* est au cœur de ce cahier des charges. Forêt clairsemée modelée par l'homme depuis des siècles, elle se compose essentiellement de chênes offrant aux animaux leur ressource la plus précieuse : la *bellota*, un gland riche en acides gras qui confèrent au jambon sa texture fondante et ses arômes inimitables. Chaque animal grandit dans cet environnement naturel, nourri exclusivement de ce qu'il y trouve, durant ce que l'on appelle la *montanera*, une période s'étendant de début novembre à janvier environ. Cette alimentation permet aux porcs d'accumuler la graisse qui sera nécessaire à la maturation du jambon. Les éleveurs, souvent producteurs eux-mêmes, veillent au bien-être des animaux tout au long de leur croissance. Pour obtenir le label Jamón de Jabugo DOP, chaque porc doit disposer d'un espace équivalent à deux terrains de football, au moins. En une journée, une bête parcourt



L'étiquette noire estampillée AOP Jabugo est la marque distinctive prouvant que le jambon provient d'un porc ibérique nourri aux glands.

en moyenne 14 kilomètres et mange entre 5 et 12 kilos de glands. Les exploitations tout comme les porcs sont contrôlés par des inspecteurs vérifiant le respect de ces normes avant la certification du produit final. Quand ils atteignent les 160 kilos, ils sont envoyés dans une *bodega*.

Éloge de la lenteur

C'est là que les porcs sont « sacrifiés ». Ici, il n'est pas question d'abattage ; l'animal est sacré, respecté et utilisé dans son entièreté : l'épaule est affinée (*paleta*), le dos séché (*lomo*), le ventre et le flanc sont hachés (poitrine, ■■■



1. Dans la cave d'affinage, les jambons patientent entre 3 et 4 ans selon leur poids. **2. Armando et Lola** sont les heureux propriétaires d'une *dehesa* de 82 hectares où tout est complètement naturel. **3. La dégustation** fait partie des contrôles réguliers effectués tout au long du processus de production. **4. Après le maître jambonnier**, entre en scène le coupeur de jambon, ou *cortador*. Cet artisan maîtrise le geste parfait, un autre savoir-faire transmis de génération en génération, depuis plus de 600 ans. Essentielle, la découpe permet de révéler toute la richesse aromatique et la texture fondante du jabugo.

UN SAVOIR-FAIRE UNIQUE, TRANSMIS DE GÉNÉRATION EN GÉNÉRATION, POUR UN PRODUIT D'EXCEPTION.

■■■ chorizo et soubressade)... Même les os et la graisse servent de base aux plats traditionnels espagnols. Le jambon ibérique provient quant à lui de la cuisse, qui est dotée d'un bel équilibre entre viande et gras, permettant un affinage long et offrant une texture moelleuse. Après le sacrifice, ces cuisses sont soumises, durant plusieurs semaines, à un processus rigoureux de salage, avant d'être suspendues dans des séchoirs, où elles sont exposées aux variations climatiques de la sierra. L'alternance entre la chaleur sèche de l'été et l'humidité froide de l'hiver permet un affinage progressif et naturel, pendant six mois environ. En ces lieux, point de climatiseur, de chauffage ni de thermomètre, mais de simples fenêtres ouvertes ou fermées en fonction de la température et du taux d'humidité ressentis par le maître jambonnier. Ensuite? Direction la cave pour l'affinage, qui peut durer de trois à quatre ans. Durant cette période, chaque pièce est minutieusement surveillée par des maîtres affineurs, qui utilisent des tiges en os de tibia de vache pour contrôler l'évolution des arômes. Ce savoir-faire, transmis de génération en génération, est essentiel pour garantir un produit d'exception.

Une expérience gustative

Déguster un jabugo est un véritable voyage sensoriel. Pour révéler toutes ses subtilités, il doit être consommé à température ambiante. Il est tranché finement à la main par un *cortador*, qui dévoile des lamelles délicates à la chair transparente et marbrée d'un gras soyeux, qui fondent sur la langue. Le jambon offre une première sensation douce et enveloppante, avant de laisser place à une explosion de saveurs: noisette, sous-bois et une pointe saline subtile prolongeant le plaisir. Il s'accompagne idéalement d'un verre de fino ou de manzanilla, des vins andalous secs qui exaltent les arômes du jambon. Un pain rustique légèrement toasté ou des gressins peuvent compléter cette dégustation, où chaque bouchée raconte l'histoire du terroir. À Jabugo, le jambon n'est pas un simple mets; il est le symbole d'un patrimoine incarnant l'excellence. ❖



Poêlée de champignons et jabugo

Pour 2 personnes
Préparation: 15 min
Cuisson: 10 min

■ 300 g de champignons au choix
■ 80 g de jabugo ■ 1 gousse d'ail ■ 1 c. à soupe d'huile d'olive
■ Sel, poivre du moulin

1. Nettoyez les champignons délicatement avec un chiffon humide. Si nécessaire, coupez les plus gros en morceaux.

2. Faites chauffer l'huile d'olive dans une grande poêle, à feu moyen, puis ajoutez l'ail finement émincé. Laissez infuser quelques instants sans le faire brûler.

3. Ajoutez les champignons et faites-les revenir 5 à 7 min. Ils doivent rendre leur eau et légèrement caraméliser.

4. Déchirez les tranches de jabugo en morceaux et ajoutez-les aux champignons, hors du feu.

5. Assaisonnez d'une pincée de sel (attention, le jambon est déjà salé) et de poivre fraîchement moulu. Servez aussitôt, accompagné de pain grillé ou d'une salade verte.

Notre conseil vin

Un xérès fino ou un rioja rouge

Une recette du restaurant Montecruz, à Aracena



En Calabre, dans l'extrême sud de la Botte, des œufs sont intégrés dans ce gâteau typique en guise de porte-bonheur.



Pour l'apéritif, des tartines fraîches et croquantes



À partager, un généreux plat de lasagnes aux courgettes



Un poisson délicatement parfumé, tout en légèreté



Facile et gourmande: la tarte aux légumes et au chèvre

Le menu de Pâques de Laura

À l'approche de Pâques, les tables italiennes se parent de recettes traditionnelles. Tarte aux fèves, lasagnes aux légumes et couronne briochée composent un menu festif et printanier.

Recettes et stylisme **Laura Zavan**. Photos **Valérie Lhomme**.

INSALATA RUSSA SUR PAIN GRILLÉ

Pour 4 personnes

Préparation : 30 min

Cuisson : 15 min

■ 180 g de carottes ■ 180 g de pommes de terre charlotte ■ 150 d'asperges fines ■ 180 g de petits pois écosés ■ 4 tranches de pain de campagne au levain ■ Herbes fraîches ■ Sel gris

Pour la mayonnaise : 1 œuf ■ 20 cl d'huile de tournesol ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive ■ 1 c. à soupe de vinaigre de cidre ■ 1 c. à café de moutarde ■ Sel

1. Pelez les carottes et les pommes de terre, puis coupez-les en dés de 1 cm environ. Ôtez la partie dure des asperges, puis taillez-les en rondelles, ou en tronçons de 2 cm si elles sont petites. Réservez les pointes pour la décoration.

2. Faites cuire tous les légumes séparément dans de l'eau bouillante salée, en veillant à ce qu'ils restent un peu fermes. Égouttez-les et laissez-les refroidir.

3. Préparez la mayonnaise. Dans un récipient haut et étroit, cassez l'œuf, puis ajoutez une pincée de sel, la moutarde et le vinaigre. Versez la moitié de l'huile de tournesol, puis mélangez au mixeur plongeant, sans bouger, jusqu'à émulsion. Incorporez progressivement le reste de l'huile de tournesol, puis terminez avec l'huile d'olive.

4. Mélangez les légumes avec la mayonnaise. Faites griller les tranches de pain, tartinez-les de macédoine, décorez avec les pointes d'asperges et d'herbes fraîches, puis parsemez de sel gris.

Notre conseil vin

Un saumur blanc

Le conseil de Laura

“ L'*insalata russa* (salade russe) est un antipasto de la cuisine italienne depuis le XIX^e siècle, particulièrement typique de Turin. Dans cette ville, on y ajoute souvent du thon à l'huile, et certains y incorporent des œufs durs. En Russie, elle est connue sous le nom de « salade Olivier », en hommage au chef russo-belge qui l'a créée. ”

LASAGNES ROULÉES AUX COURGETTES ET À LA RICOTTA

Pour 6 personnes

Préparation : 40 min

Cuisson : 40 min

■ 250 g de feuilles de lasagnes fraîches ou sèches ■ 600 g de courgettes ■ 6 fleurs de courgettes ■ 1 gousse d'ail ■ 250 g de ricotta fraîche ■ 90 g de parmesan ■ 1 œuf ■ 10 g de beurre ■ 1 brin de menthe ■ Huile d'olive ■ Sel, poivre

1. Coupez les courgettes en petits dés. Faites chauffer une poêle avec 2 c. à soupe d'huile d'olive et l'ail épluché et coupé en deux. Ajoutez les courgettes et faites-les dorer à feu vif, en remuant régulièrement. Retirez l'ail et réservez.

2. Déposez les fleurs de courgettes ouvertes et à plat (sans la base ni le pistil) sur une plaque tapissée de papier cuisson. Badigeonnez-les légèrement d'huile d'olive, puis enfournez à 180 °C. Surveillez la cuisson, et laissez cuire jusqu'à ce qu'elles deviennent croustillantes.

3. Dans un bol, mélangez la ricotta avec l'œuf, la menthe ciselée et deux tiers du parmesan râpé.

4. Portez une casserole d'eau à ébullition et faites cuire les feuilles de lasagnes 2 à 4 min, selon qu'elles sont fraîches ou sèches. Égouttez-les sur un torchon propre.

5. Sur une planche, déposez une feuille de lasagne, étalez dessus une fine couche de farce à la ricotta, puis parsemez de dés de courgette. Roulez délicatement la feuille sur elle-même. Répétez l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients.

6. Découpez les rouleaux en tronçons de 5 cm environ. Beurrez un plat à gratin et déposez-y les tronçons de lasagne verticalement, puis saupoudrez du reste de parmesan. Enfournez à 180 °C et laissez gratiner 20 min. Servez aussitôt, accompagné des fleurs de courgettes.

Notre conseil vin

Un ajaccio blanc

Le conseil de Laura

“ Vous pouvez utiliser des feuilles de lasagnes fraîches (comme dans cette recette) ou sèches. Vous pouvez aussi les préparer vous-même ! Pour ce faire, pétrissez 300 g de farine T55 avec 3 œufs, puis étalez finement la pâte au laminoir. ”





Le conseil de Laura

“ Si vous achetez une truite entière, demandez au poissonnier de lever les filets ou de la couper en pavés, et de retirer la peau. Les arêtes s'enlèvent plus facilement une fois le poisson cuit. ”

TRUITE PANÉE AUX AMANDES, MAYONNAISE SANS ŒUFS

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min

Cuisson : 10 min

■ 600 g de filets de truite ■ 100 g de poudre d'amandes ■ 1 citron bio ■ 120 g de mesclun ■ 12 fleurs comestibles ■ 6 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel, poivre

Pour la mayonnaise sans œufs : 100 g de boisson végétale au soja ■ 200 g d'huile de tournesol ■ 1 c. à soupe de jus de citron ■ 3 cornichons ■ 2 c. à soupe bombées de câpres au sel ■ 1 brin d'aneth frais ■ 1 c. à café rase de curcuma moulu

1. Râpez le zeste du citron et mélangez-le avec la poudre d'amandes. Salez les filets de truite, puis enrobez-les de cette chapelure, en veillant à bien la faire adhérer.

2. Préparez la mayonnaise. Pressez la moitié du citron. Dans un récipient haut et étroit, versez la boisson au soja, l'huile de tournesol, 1 c. à soupe de jus de citron, le curcuma et une pincée de sel. Mixez au mixeur plongeant, en le maintenant au fond du récipient. Quand la sauce épaissit, effectuez de lents mouvements de haut en bas. Une fois la mayonnaise prise, incorporez à la main l'aneth, les cornichons et les câpres finement hachés (réservez quelques câpres et brins d'aneth).

3. Faites chauffer 2 c. à soupe d'huile d'olive dans une poêle et faites-y cuire les filets de truite à feu moyen, 3 min environ côté peau (si vous l'avez conservée), puis 1 à 2 min de l'autre (le temps de cuisson dépend de l'épaisseur des filets de poisson).

4. Mélangez 2 c. à soupe de jus de citron avec du sel, du poivre et 4 c. à soupe d'huile d'olive. Assaisonnez le mesclun de cette sauce. Servez la salade et la mayonnaise en accompagnement du poisson, parsemé de quelques fleurs, de câpres et d'aneth.

Notre conseil vin
Un mâcon-lugny blanc

TARTE AUX FÈVES ET AUX OLIVES

Pour 6 personnes

Préparation: 1 h Repos: 30 min

Cuisson: 35 min

Pour la pâte: 220 g de farine T55 ■ 3 c. à soupe d'huile d'olive ■ 1 c. à café rase de sel

Pour la farce: 1,5 kg de fèves ■ 100 g d'oignon nouveau ■ 120 g de fromage de chèvre frais ■ 60 g de pecorino romano ■ 2 œufs ■ 120 g d'olives noires taggiasche ■ 1 brin de menthe fraîche ■ 1 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel, poivre

1. Préparez la pâte. Dans un saladier, mélangez la farine et le sel. Ajoutez l'huile d'olive, puis incorporez progressivement 10 cl d'eau tiède, en pétrissant au fur et à

mesure jusqu'à absorption. Travaillez la pâte à la main 5 min environ, pour obtenir une texture homogène, souple et non collante. Si nécessaire, ajoutez un peu de farine ou humidifiez vos mains. Couvrez et laissez reposer au moins 30 min sous un saladier ou dans un torchon humide.

2. Préparez la farce. Écossez les fèves, puis retirez leur peau. Pour faciliter cette étape, plongez-les 30 secondes dans de l'eau bouillante, rafraîchissez-les immédiatement dans de l'eau glacée, puis pincez simplement les fèves avec les doigts. Préchauffez le four à 180 °C.

3. Émincez finement l'oignon nouveau, puis faites-le revenir dans une poêle 5 min avec l'huile d'olive. Salez et laissez refroidir.

4. Dans un bol, mélangez le chèvre frais, le pecorino romano râpé et les œufs. Salez légèrement, poivrez, puis remuez jusqu'à obtenir une texture lisse et homogène.

5. Dans un saladier, mélangez les fèves (réservez-en une poignée pour la décoration) avec la préparation au fromage, les olives, la menthe ciselée (sauf quelques feuilles pour servir) et l'oignon.


6. Étalez la pâte au rouleau à 3 mm d'épaisseur. Huilez un moule, puis foncez-le avec la pâte. Versez la farce et lissez la surface, puis retirez l'excédent de pâte autour du moule. Enfournez pour 30 min.

Notre conseil vin

Un pays-d'oc rosé

Le conseil de Laura

“ Préparer les fèves demande un peu de patience, mais le résultat en vaut la peine! Bon à savoir: pour 1 kg de gousses, on ne récupère qu'environ 250 g de fèves épluchées... ”



Le conseil de Laura

“ À Pâques, chaque famille calabraise confectionne une *cuzzupa* (gâteau en couronne). Les œufs déposés en surface, toujours en nombre impair, sont porteurs de chance et de prospérité. ”

COURONNE DE PÂQUES CALABRAISE (CUZZUPA)

Pour 8 personnes

Préparation : 30 min

Cuisson : 40 min

■ 500 g de farine ■ 16 g de poudre à lever ■ 140 g de sucre de canne blond ■ 6 œufs + 1 jaune ■ Le zeste de 1 citron bio ■ 2 c. à soupe de perles en sucre colorées ■ 1 c. à café rase de vanille moulue ■ 12 cl d'huile d'olive ■ Sel

Ustensile : 1 moule de 24 cm de diamètre

1. Tamisez la farine avec la poudre à lever dans un saladier. Ajoutez, en mélangeant, le sucre, une pincée de sel, 3 œufs, le zeste

rapé du citron et la vanille. Remuez jusqu'à obtenir une pâte homogène et non collante. Si elle est trop épaisse, incorporez un peu de lait ou d'eau. Réservez un morceau de pâte pour former 6 bandes pour tenir les œufs.

2. Formez une boule et placez-la sur le plan de travail fariné. Divisez la pâte en deux et façonnez 2 cordons de 2,5 cm de diamètre environ. Tressez-les ensemble, formez une couronne et déposez-la dans le moule tapissé de papier cuisson. Aplatissez légèrement la tresse en trois points équidistants et placez-y délicatement les 3 autres œufs (crus).

Étalez la pâte réservée pour former 6 bandes. Ajoutez 2 bandes de pâte sur chaque œuf, en les croisant.

3. Préchauffez le four à 180 °C.

Badigeonnez la pâte de jaune d'œuf battu avec un peu d'eau ou de lait, puis parsemez généreusement de perles de sucre. Enfournez pour 35 à 40 min.

4. Sortez la couronne du four et laissez-la tiédir avant dégustation. Elle se conservera plusieurs jours dans un contenant hermétique, à température ambiante.

Notre conseil vin

Un moscato-d'asti



Diplômée de l'école Ferrandi, Orathay Souksisavanh vous dévoile les secrets de la cuisine asiatique.



Version tradi

En Chine, ce plat se savoure de différentes façons, notamment avec du canard laqué, présenté en sandwich dans une fine galette de blé agrémentée de crudités. À défaut, vous pouvez utiliser des crêpes de froment non sucrées!

Crêpes de printemps

Originaires du nord de la Chine, notamment de Pékin et des provinces avoisinantes, ces galettes, présentées ici en version végétarienne, marquent l'arrivée des jours plus doux et le retour de la vie végétale.

Recette et stylisme **Orathay Souksisavanh**. Photos **Charlotte Lascève**.



Réhydratez ensemble les vermicelles de patate douce et les champignons noirs dans de l'eau tiède.



Dans un bol, cassez les œufs. Ajoutez la sauce soja et le sucre, puis fouettez le tout rapidement.



Utilisez le même wok pour faire cuire les œufs et les légumes, sans le rincer.



Laissez décongeler les crêpes puis chauffez-les dans un panier vapeur, séparées par des feuilles de papier cuisson.

Pour 4 personnes

Préparation: 1 h Cuisson: 15 min

■ 24 crêpes pour canard pékinois (au rayon surgelés) ■ 1/2 bouquet de coriandre ■ Sauce hoisin ■ Poivre
Pour les légumes: 200 g de carottes ■ 10 g de champignons noirs déshydratés ■ 150 g de pousses de haricot jaune ou de haricot mungo ■ 200 g de chou pointu ou autre chou tendre ■ 4 gousses d'ail ■ 4 tiges de cébette ■ 100 g de vermicelles de patate douce ou de haricot mungo ■ 1 c. à café de sucre ■ 2 c. à soupe de sauce d'huître ■ 2 c. à soupe de sauce soja ■ Huile
Pour les œufs: 6 œufs ■ 1 pincée de sucre ■ 1 c. à soupe de sauce soja ■ 1 c. à soupe d'huile neutre
Ustensile: 1 wok

1. Réhydratez les vermicelles de patate douce et les champignons noirs, selon les instructions du paquet pour les vermicelles, 30 min pour les champignons (photo 1).
2. Épluchez l'ail et hachez-le (ou pressez-le). Émincez le chou et les champignons. Pelez les carottes et coupez-les en tronçons. Recoupez les tronçons en lamelles de 2 mm, puis taillez-les en fins bâtonnets. Faites de même avec les cébettes.
3. Portez de l'eau à ébullition et versez-la sur les vermicelles de patate douce. Laissez reposer 10 secondes, puis égouttez et rincez à l'eau froide.
4. Cassez les œufs dans un bol et ajoutez les assaisonnements (photo 2). Faites chauffer l'huile dans un wok ou une sauteuse, puis versez-y les œufs. Lorsqu'ils commencent à coaguler, brouillez-les. Une fois qu'ils sont cuits, débarrassez.

5. Dans le même wok, faites chauffer 3 c. à soupe d'huile. Faites-y dorer l'ail, puis ajoutez les carottes et les champignons. Faites cuire 2 min (photo 3).
6. Ajoutez dans le wok les autres légumes, les vermicelles ainsi que le sucre, la sauce d'huître et la sauce soja. Remuez et poursuivez la cuisson 5 min. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si besoin. Hors du feu, ajoutez les œufs et mélangez.
7. Faites réchauffer les crêpes à la vapeur selon les instructions du paquet (photo 4).
8. Déposez sur la table les légumes sautés, la sauce hoisin, la coriandre et les crêpes. Chacun roulera lui-même sa crêpe, en la garnissant et en ajoutant un peu de sauce.

Notre conseil d'accompagnement
 Un alsace-gewurztraminer ou un thé au jasmin

SOUS LE SOLEIL DU MAROC

La cuisine marocaine est chargée d'histoires familiales et collectives, riche de savoir-faire transmis de mère en fille. Et quand les filles s'emparent de cet héritage pour le réinterpréter avec modernité, on se régale de leur passion. Attention, coup de soleil en perspective !

Texte **Lorenne Korr**. Recettes **Aïda et Kenza Tazi**.



Dans la famille Tazi, mère et filles vouent une passion à la cuisine. À travers leur livre, elles partagent leur hommage à l'art de vivre marocain mêlé aux recettes de la cuisine française.

Aïda et Kenza Tazi ont été biberonnées à la cuisine traditionnelle marocaine, ses savoir-faire et secrets de fabrication appris dans l'intimité de la cuisine familiale d'une génération à l'autre. Leur diplôme de l'institut Paul-Bocuse de Lyon en poche, les sœurs cherchent à créer un lieu où partager leur passion. Ce sera l'Ormiellerie, un salon de thé-cantine installé dans le 6^e arrondissement lyonnais, une oasis de gourmandise où se côtoient pâtisseries marocaines haute couture et recettes salées, le tout préparé avec des produits locaux.

Excellence et inventivité

Le secret de leur réussite ne tient pas seulement dans leur maîtrise des recettes traditionnelles ; leur formation aux arts culinaires à la française a nourri leur créativité, et on profite de ce délicieux métissage. Leurs poireaux mimosa se nappent d'une sauce hollandaise chaude enrichie d'huile d'argan et de zestes de citron confit, quand la harissa verte et les fruits de la Passion font pétiller les saint-jacques au beurre noisette. Le partage étant le moteur de leur talent, il n'en fallait pas plus pour que germe l'envie de réunir ces recettes dans un livre. Pains, légumes, viandes, poissons, crustacés, desserts, boissons... pour une parenthèse gourmande et ensoleillée! ❖



PASTILLA AU TOURTEAU

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min

Cuisson : 7 min

■ 600 g de chair de tourteau cuite
■ 1 bouquet de coriandre ■ 1 bouquet de persil
■ 1 c. à café de cumin moulu
■ 1 échalote ■ 1 c. à café de harissa rouge
■ Le zeste et le jus de 1 citron jaune bio
■ 3 c. à soupe d'huile d'olive ■ 4 feuilles de brick ■ 50 g de beurre fondu ■ Sel, poivre

1. Ciselez la coriandre et le persil. Mélangez la chair de tourteau avec les herbes ciselées et le cumin. Pelez, ciselez l'échalote très finement, puis ajoutez-la, avec la harissa et le zeste de citron. Arrosez d'huile d'olive et de jus de citron, salez et poivrez. Préchauffez le four à 180 °C.

2. Disposez les feuilles de brick sur une plaque recouverte de papier

cuisson, puis badigeonnez-les de beurre à l'aide d'un pinceau de cuisine.

3. Enfournez pour 7 min, jusqu'à ce que les feuilles de brick deviennent dorées. Sortez-les du four et laissez refroidir, puis brisez les feuilles en gros éclats.

4. Alternez des éclats de feuille de brick et la farce de tourteau comme pour un mille-feuille : débutez par un morceau de feuille de brick croustillante, ajoutez ensuite 1 c. à soupe de farce, puis de nouveau une feuille de brick et ainsi de suite jusqu'à l'obtention de 5 ou 6 étages. Dégustez immédiatement.

Conseil

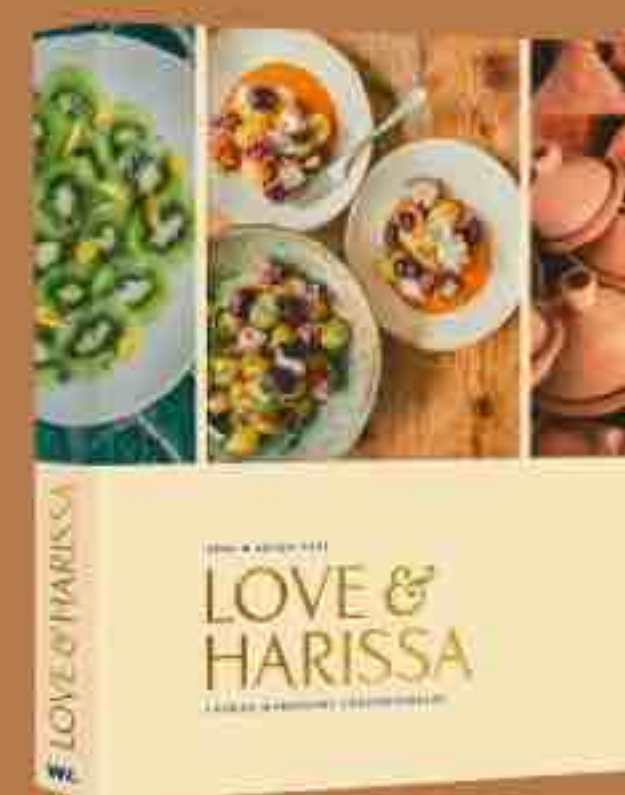
Privilégiez un dressage minute pour que les feuilles de brick restent croustillantes et ne détrempent pas avec la farce. Elles ont en effet tendance à vite se ramollir au contact de l'humidité.

AU CŒUR DES SAVEURS

Les recettes présentées ici sont extraites de *Love & harissa*, d'Aïda et Kenza Tazi (février 2025, Webedia Books). Quand on aime, on ne compte pas : Aïda et Kenza Tazi partagent 60 recettes familiales revisitées. On adore leur ode au plus populaire des sandwichs, le « dwichmerguez », un hot-dog merguez garni de

pickles de carotte, de concombre et de graines de moutarde. On salive devant leur pastilla déstructurée à la chair de tourteau, on se lèche les doigts face à leur brioche perdue surmontée de crème fouettée et d'amlou (une pâte à tartiner ultra-gourmande à base d'argan et de miel). Malin, l'index des recettes

est classé par saisons : au printemps, tajine de homard, chermoula, petits légumes et combava ; l'été, cigares salés à la courgette, ricotta et citron confit ; en automne, brillat-savarin garni de dattes, de noisettes et relevé au quatre-épices ; et l'hiver, crêpes mille trous façon Suzette. Bonne promenade gourmande!



RIBS D'AGNEAU, SAUCE BARBECUE ET DATTES CONFITES

Pour 4 personnes

Préparation : 30 min

Cuisson : 4 h 05

Pour les ribs : 1,5 kg de ribs d'agneau

■ 250 g de dattes medjool ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive ■ 1 c. à café de paprika ■ 1 c. à café de cumin moulu ■ 1 c. à café d'ail en poudre ■ 1 c. à café d'oignon en poudre ■ Sel, poivre

Pour la sauce barbecue : 1 oignon

■ 2 gousses d'ail ■ 150 g de dattes dénoyautées ■ 20 cl de ketchup ■ 5 cl de vinaigre de cidre ■ 5 cl de mélasse ou de miel ■ 2 c. à soupe de sauce Worcestershire ■ 2 c. à soupe de moutarde ■ 1 c. à café de paprika fumé ■ 1 c. à café de cumin moulu ■ 1 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel, poivre

1. Préparez les ribs. Préchauffez le four à 150 °C. Mélangez l'huile d'olive et les épices, et frottez ce mélange sur les ribs d'agneau, puis placez celles-ci sur une plaque de cuisson recouverte de papier d'aluminium, côté os vers le bas. Couvrez hermétiquement avec une autre feuille de papier d'aluminium. Faites cuire au four pendant environ 3 h, jusqu'à ce que la viande soit tendre.

2. Pendant ce temps, préparez la sauce barbecue. Pelez et hachez l'oignon et l'ail. Coupez les dattes en petits morceaux. Dans une casserole, faites chauffer l'huile d'olive. Ajoutez l'oignon et faites-le revenir jusqu'à ce qu'il soit translucide. Ajoutez l'ail et faites revenir 1 min supplémentaire. Ajoutez le reste des ingrédients.

Salez, poivrez, puis portez à ébullition. Réduisez le feu et laissez mijoter à feu doux pendant environ 20 min, en remuant de temps en temps, jusqu'à ce que la sauce épaississe. À l'aide d'un mixeur plongeant, mixez la sauce jusqu'à l'obtention d'une texture lisse et homogène.

3. Retirez les ribs du four et augmentez la température à 220 °C. Badigeonnez généreusement les ribs d'agneau et les dattes avec la sauce barbecue, puis enfournez pour 10 à 15 min, jusqu'à ce que la sauce caramélise légèrement.

4. Sortez la viande du four et coupez les ribs en portions individuelles. Servez chaud avec un peu de sauce barbecue et les dattes confites.





RICOTTA FOUETTÉE, HUILE D'ARGAN, FLEUR DE SEL

Pour 4 personnes
Préparation : 10 min

■ 200 g de ricotta ■ 2 c. à soupe de yaourt grec ■ 30 g d'huile d'argan + 1 filet ■ Fleur de sel ou fleur de sel fumée

1. Déposez la ricotta dans un bol. À l'aide d'un fouet ou d'un batteur, fouettez la ricotta quelques minutes, jusqu'à ce qu'elle devienne légère et aérée. Détendez-la avec le yaourt grec.

2. Ajoutez délicatement l'huile d'argan. Mélangez pour incorporer l'huile, tout en veillant à ne pas trop travailler le mélange.

3. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement, en ajoutant de la fleur de sel selon votre goût. Mélangez bien.

4. Transférez la ricotta fouettée dans un petit plat de service, arrosez d'un filet d'huile d'argan supplémentaire et saupoudrez de fleur de sel. Vous pouvez la parsemer de pignons de pin, et la déguster avec du pain grillé, de la focaccia ou des harchas aux olives (des galettes de semoule).

Conseil

La ricotta, légère et crémeuse, est sublimée par l'huile d'argan, qui lui apporte une note subtile. Si vous en avez, le sel fumé ajoute une profondeur et une complexité surprenantes. Cette combinaison transforme un simple fromage frais en une expérience unique. Effet « waouh » garanti pour l'apéro !

VERMICELLES AU LAIT, CANNELLE, CARDAMOME, CAMEL À L'ORANGE ET ÉCLATS DE PISTACHE

Pour 4 personnes
Préparation : 20 min
Repos : 10 min
Cuisson : 20 min

■ 1 litre de lait entier ■ 1 bâton de cannelle ou 1 c. à café de cannelle en poudre ■ 2 capsules de cardamome ou 1 c. à café de cardamome en poudre ■ 1 noix de beurre ■ 100 g de vermicelles de blé ■ 80 g de sucre en poudre

Pour le caramel à l'orange :

■ 70 g de sucre ■ 1 c. à soupe d'eau ■ 250 g de crème liquide ■ 40 g de beurre ■ Le jus et le zeste de 1 orange bio

Pour les finitions : 50 g de pistaches non salées

1. Dans une casserole, versez le lait entier, ajoutez le bâton de cannelle et les gousses de cardamome écrasées. Portez à ébullition, puis baissez le feu et laissez mijoter à feu doux pendant environ 5 min pour permettre aux épices de parfumer le lait.

2. Retirez le bâton de cannelle et les gousses de cardamome du lait. Ajoutez la noix de beurre, les vermicelles et le sucre dans le lait, mélangez bien et faites cuire 10 min supplémentaires,

sans cesser de remuer pour éviter que la préparation accroche au fond de la casserole.

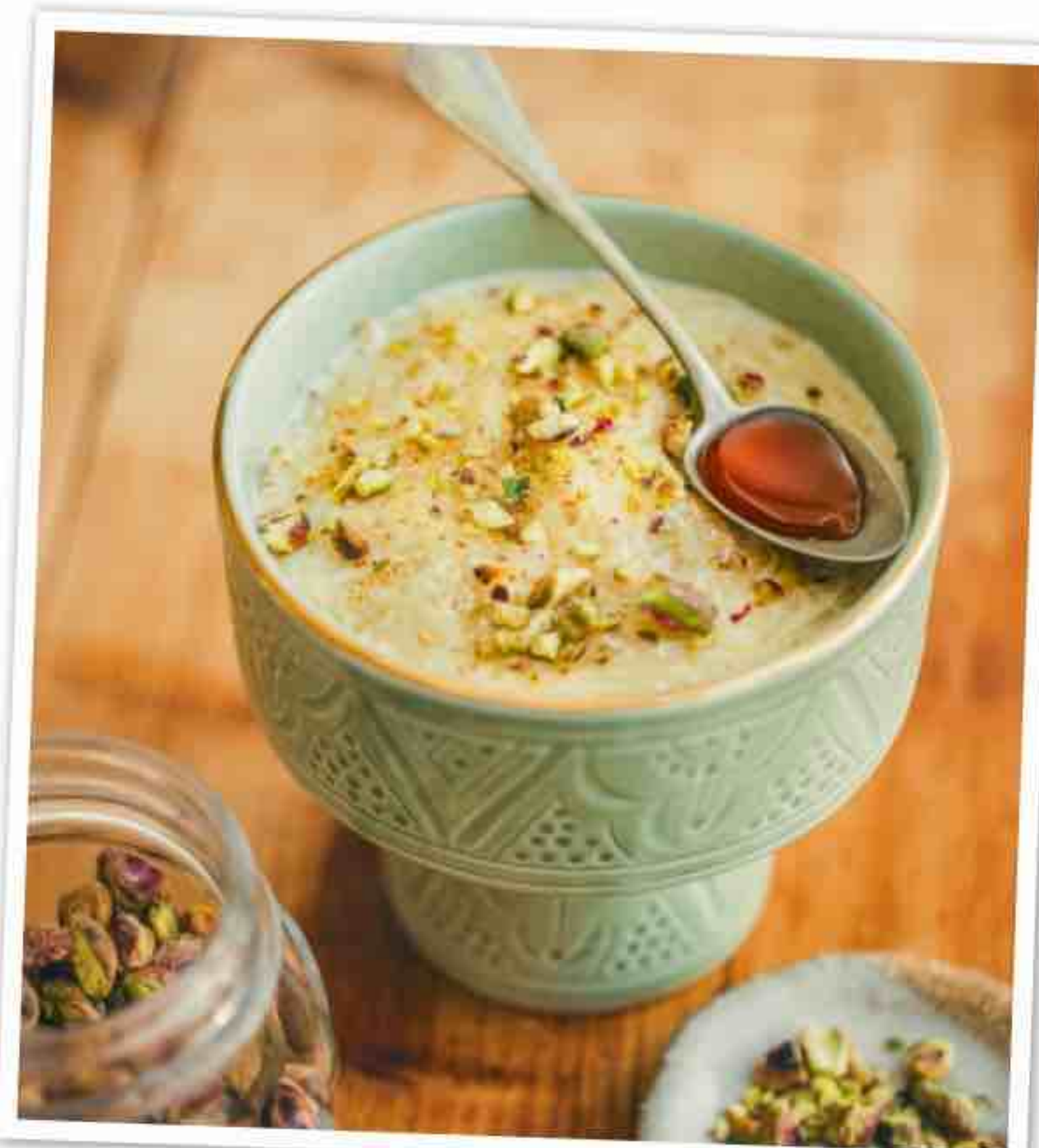
3. Pendant ce temps, préparez le caramel à l'orange. Dans une petite casserole, mélangez le sucre et l'eau. Faites chauffer à feu moyen, en remuant doucement, jusqu'à ce que le sucre soit complètement dissous et prenne une couleur dorée. Augmentez légèrement le feu, puis ajoutez la crème préalablement chauffée et le jus d'orange, puis laissez mijoter jusqu'à ce que le mélange épaississe légèrement. Ajoutez le beurre et mélangez bien jusqu'à incorporation complète. Retirez du feu et ajoutez le zeste d'orange, réservez.

4. Lorsque les vermicelles sont cuits, laissez reposer 10 min avant de servir. Dressez-les dans des bols individuels, arrosez de caramel à l'orange et parsemez d'éclats de pistaches concassées. Servez tiède.

Conseil

Voici une alternative légère au riz au lait, à notre façon.

Petites, nous mangions ces vermicelles au lait en dessert.



les Incontournables



Le Sébillon, restaurant français d'excellence

Depuis 1914, Le Sébillon propose une cuisine française traditionnelle dans un cadre raffiné, aux portes de Paris. Cet établissement historique est renommé pour son gigot d'agneau de nos régions, servi à discrétion et découpé devant vous sur l'authentique voiture de tranche Christofle. Découvrez aussi ses fruits de mer d'exception et sa spécialité sucrée: l'éclair géant maison au chocolat ou au café, une douceur inoubliable.

Le Sébillon, 20, avenue Charles-de-Gaulle, 92200 Neuilly-sur-Seine. Menu à 45 €; gigot d'agneau servi à discrétion: 31 €.

Flakon, ou comment déguster des whiskies et des rhums rares

Déjà leader des coffrets dégustation de vin, Flakon étend son expertise à l'univers des spiritueux en ajoutant à son catalogue deux coffrets qui feront le bonheur des amateurs de rhums et de whiskies singuliers, et cela, qu'ils soient novices ou aux éclairés. À l'intérieur de chacun de ces élégants écrins, on retrouve ainsi 4 flacons, que l'on dégustera avec l'aide d'un guide digital ou du livret pour vivre l'expérience dans les meilleures conditions.

Flakon - Coffrets de dégustation Les Whiskies Rares et Les Rhums Rares: 4 flacons de 50 ml, 79 € le coffret.



Champagne Alfred Gratien: Paradis rosé 2008

La cuvée Paradis 2008 d'Alfred Gratien est une véritable ode à l'élégance. Sa robe saumonée aux reflets cuivrés scintille d'une extrême finesse. Le nez dévoile des arômes complexes de giroldes, de fruits confits et de pain grillé, évoluant vers la mandarine confite et la fève tonka. La bouche, vive et crémeuse, exprime une belle tension minérale. La finale longue et pointue sublime ce champagne gastronomique.

Cuvée Paradis rosé 2008. Prix conseillé: 120 €.



Mont Blanc, une eau minérale authentique

Puisée dans un environnement unique et préservé au cœur du Mont-Blanc, l'eau minérale Mont Blanc se distingue par sa faible minéralisation, elle qui est notamment pauvre en sodium et garantie sans nitrates. Une composition singulière qui en fait une alliée du quotidien pour tout le monde, mais surtout une eau particulièrement adaptée aux plus petits puisqu'elle respecte les 55 critères nécessaires pour être recommandée pour les bébés.

Eau minérale Mont Blanc, 1 litre, 2,80 € en grande et moyenne surfaces.

NOS 64 RECETTES

pour se faire plaisir

ENTRÉES

- Couteaux en persillade et lardons de canard croustillants..... p. 30
- V Insalata russa sur pain grillé p. 109
- Mini-sandwichs de côtes de blette aux olives noires et aux anchois..... p. 68
- V Œufs à la turque..... p. 39
- V Œufs mayonnaise à la coriandre et croûtons croustillants..... p. 20
- Pastilla au tourteau..... p. 117
- Pâté en croûte au saumon..... p. 21
- V Ricotta fouettée, huile d'argan, fleur de sel p. 119
- V Salade de chou blanc et de carottes aux cacahuètes, vinaigrette au citron vert..... p. 78
- Salade de haddock et chorizo p. 33
- Salade tiède de lentilles aux coques et lardons de speck..... p. 33
- V Tartinade feta-menthe-pistache et petits pains plats express au yaourt..... p. 75
- Velouté de châtaignes à la chicorée p. 90

VIANDES

- Boulettes citronnées de poulet et porc aux herbes et petits pois p. 22
- Épaule d'agneau à la harissa façon effilochée..... p. 49
- Épaule d'agneau confite au foin et à l'ail..... p. 52
- Épaule d'agneau rôtie en croûte d'aromates p. 51
- Épaule d'agneau roulée farcie aux olives p. 53
- Navarin d'agneau aux légumes primeurs p. 50
- Onglet mariné à la chicorée et purée de betterave p. 89
- Porchetta, sauce aux câpres et roquette..... p. 23
- Poulet tikka masala et naans nature..... p. 40
- Ribs d'agneau, sauce barbecue et dattes confites p. 118
- Roulé de veau à la sauge et à la mozzarella, sauce aux anchois et aux câpres p. 36

POISSONS & CRUSTACÉS

- Brochettes de lotte à la pancetta p. 37
- Daurade grillée, crème de maïs, petits pois et jambon de pays p. 31
- Gravlax de saumon à la chicorée p. 91
- Rôti de lotte au chorizo et pommes de terre nouvelles... p. 32
- Truite panée aux amandes, mayonnaise sans œufs.... p. 111

LÉGUMES & ACCOMPAGNEMENTS

- V Aubergines laquées à la sauce soja et au beurre de cacahuètes p. 82
- V Galette de riz croustillant à l'iranienné, au safran, pistaches et asperges grillées p. 76

- Poêlée de champignons et jabugo..... p. 107
- V Purée à l'ail des ours..... p. 65
- V Soupe à l'orge perlé et aux feuilles de blette p. 68
- Soupe de pois au lard..... p. 97

PÂTES, RIZ & CÉRÉALES

- Blettes au miso, œuf mollet, petits pois et maquereau fumé au poivre p. 75
- Fregola sarda à la pancetta et aux palourdes..... p. 34
- V Lasagnes roulées aux courgettes et à la ricotta p. 110
- Noddle soup au poulet, petits pois et citron..... p. 77
- V Nouilles de riz sautées aux cacahuètes p. 78
- V Nouilles sautées aux légumes, sauce satay maison..... p. 80
- V Pâtes castellane à la crème d'épinard p. 68
- Ravioles volaille-crevette et bouillon aux herbes p. 37
- Salade de soba, fèves, canard fumé et poutargue p. 35

DESSERTS

- Cake vanille-chocolat, caramel au café p. 57
- Cheese-cake brûlé au yaourt grec et au thé matcha..... p. 43
- Citrons givrés à la verveine fraîche p. 24
- Couronne de Pâques calabraise (cuzzupa) p. 113
- Crème caramel p. 25
- Douceur fraise-rhubarbe p. 71
- Financiers à la chicorée p. 92
- Fontainebleaux et poires pochées à la chicorée..... p. 93
- Mousse de fruits au yaourt, coulis de fraises et spéculos p. 42
- Riz au lait, version chef p. 60
- Riz au lait, version tradi p. 60
- Rugelachs..... p. 54
- Tarte au sucre p. 102
- Tarte aux fraises crues et cuites p. 77
- Vermicelles au lait, cannelle, cardamome, caramel à l'orange et éclats de pistache..... p. 119

CAKES, TARTES SALÉES & AUTRES

- V Cake à la purée de cacahuètes..... p. 78
- Crêpes de printemps..... p. 115
- Poutine québécoise p. 98
- Quiche aux asperges, épinards, chèvre et chorizo..... p. 41
- V Tarte aux fèves et aux olives..... p. 112

V : recette végétarienne

NEWS p. 6

À la Mère de Famille.

www.lameredefamille.com

Alléno & Rivoire. www.chocolat-allenorivoire.fr

Chapon. En vente en boutiques et sur le site de la marque. www.chapon.com

Ladurée. www.laduree.fr

Arnaud Larher. www.arnaudlarher.com

Le Comptoir de Mathilde.

www.lecomptoirdemathilde.com/fr

Lenôtre. www.lenotre.com

Prince de Bretagne. En vente en grandes surfaces. www.princedebretagne.com/

nos-legumes/nos-labels/sans-pesticides

Wonderbox Insolite. www.wonderbox.fr

INNOVATIONS p. 14

Bosch. bosch-home.fr

Élica. elica.com/fr-fr

La Cornue. lacornue.com

Siemens. siemens-home.bsh-group.com/fr

Whirlpool. whirlpool.fr

ART DE VIVRE p. 16

Apaches Collections. apaches-collections.fr

Bloomingville. bloomingville.com/fr

Curiosity Lab. curiosity-lab.com

Fabrique de Styles. fabriquedestyles.com

Monoprix. monoprix.fr

Rice. ricebyrice.com/fr

Sabre Paris. sabre-paris.com

FLACONS CHOISIS p. 26

Brenne. En vente à la Maison du Whisky et sur son site. www.whisky.fr

Glenfiddich. Grand Cru et Grand Château.

En vente chez les cavistes spécialisés

et à La Grande Épicerie de Paris.

www.lagrandeepicerie.com/fr

Kornog. En vente chez les cavistes et sur www.celtic-whisky-distillerie.fr/produit/kornog

La Maison Penet. En vente sur le site de la marque. www.lamaisonpenet.com

Rozelieures. En vente chez les cavistes et sur le site de la marque. www.whiskyrozelieures.com

Soligny. En vente chez les cavistes et sur le site de la marque. www.solignywhisky.fr

Talisker. En vente à la Maison du Whisky et sur son site. www.whisky.fr

Teeling. En vente chez les cavistes et au Comptoir irlandais. www.comptoir-irlandais.com

GOURMET p. 28

Restaurant Ambos. 38, rue de Vaugirard, 75006 Paris. Tél. : 01 43 54 91 39. ambos-restaurant.fr

Bar à tapas Tina. 38, rue de Vaugirard, 75006 Paris. Tél. : 09 74 64 08 25. tina-baratapas.fr

Relais & Châteaux Le Castel Marie-Louise.

1, avenue Andrieu, 44500 La Baule-Escoublac.

Tél. : 02 40 11 48 38. www.relaischateaux.com/

fr/hotel/le-castel-marie-louise

TENDANCES VINS p. 44

Desprat Saint-Verny. despratsaintverny.fr

Domaine Sigalas. mavrommatis.com

El Grifo. decantalo.fr

Planeta. vinatis.fr

Wine Company. portugalvineyards.com

et decantalo.fr

PORTRAIT DE TALENTS p. 62

L'Auberge du Père Bise. 303, route du Port, 74290 Talloires-Montmin. Tél. : 04 50 60 72 01.

www.perebise.com

Restaurant Jean Sulpice : fermeture hebdomadaire mardi et mercredi toute la journée et jeudi au déjeuner.

Restaurant 1903 : fermeture hebdomadaire lundi et mardi. Fermeture annuelle de l'auberge de la mi-décembre à la mi-février.

DESSERT DE PRO p. 70

Carl Marletti. 51, rue Censier, 75005 Paris.

Tél. : 01 43 31 68 12. Ouvert du mardi au samedi, de 10 h à 20 h, et dimanche et jours fériés, de 10 h à 13 h 30. Fermé le lundi.

LE HAUT DU PANIER p. 104

Restaurant Montecruz. Place San Pedro, 36, 21200 Aracena, Espagne. Tél. : +34 959 12 60 13.

L'ITALIE DE LAURA p. 108

Laura Zavan. www.laurazavan.com

LECTURE GOURMANDE p. 116

L'Ormiellerie. Salon de thé-cantine, 34, rue Juliette-Récamier, 69006 Lyon. Tél. : 04 87 77 31 90.



Retrouvez la recette de salade de radis, chantilly au chèvre frais et pesto de fanes dans notre prochain numéro, en kiosque le 18 avril.

SAVEURS

LE MAGAZINE DE L'ART DE VIVRE GOURMAND

Une publication des Éditions Hubert Burda Media.

PRÉSIDENT DE LA SOCIÉTÉ ET DIRECTEUR DE LA PUBLICATION : Sébastien Petit

SERVICE ABONNEMENTS

Mail : abo@burdableu.fr

Courrier : Saveurs c/o Opper Services

CS 60003, 31242 L'Union

Tél. : 01 85 08 92 46.

POUR S'ABONNER EN LIGNE ET COMMANDER D'ANCIENS NUMÉROS

www.abonnementmag.fr

INFORMATIONS LECTEURS

Tél. : 01 53 63 10 53. saveurs@editions-burda.fr

RÉDACTION

5, rue Barbès, 92120 Montrouge

Pour envoyer un mail, tapez prenom.nom@editions-burda.fr

Pour joindre l'assistante de la rédaction, composez

le 01 53 63 10 53.

DIRECTRICE DE LA RÉDACTION : Carole Garnier

DIRECTEUR ARTISTIQUE : Vincent Meyrier

PREMIÈRE SECRÉTAIRE DE RÉDACTION : Marine Labruno

SECRÉTAIRES DE RÉDACTION : Laurence Chabrun,

Olivier Farfal, Élise Lejeune

RESPONSABLE ÉDITORIALE SEO Saveurs-magazine.fr : Camille Plessis

ASSISTANTE DE LA RÉDACTION : Myriam Burtz

CONSEILS VINS : Olivier Farfal

PÔLE MARKETING

DIRECTRICE DU DÉVELOPPEMENT : Sophie Blond

RESPONSABLE MARKETING MEDIA : Vanessa Lengrand

(vanessa.lengrand@nuitetjour.fr)

SOCIAL MEDIA MANAGER : Yaelle Bourguignon

(yaelle.bourguignon@burdableu.fr)

RÉGIE PUBLICITAIRE FRANCE

MEDIAOBS

44, rue Notre-Dame-des-Victoires, 75002 Paris

Tél. : 01 44 88 97 70. Fax : 01 44 88 97 79.

Pour joindre votre correspondant, composez le 01 44 88 suivi des 4 derniers chiffres.

Pour envoyer un mail, tapez pnom@mediaobs.com

DIRECTRICE GÉNÉRALE : Corinne Rougé (93 70)

DIRECTRICE COMMERCIALE : Sandrine Kirchthaler (89 22)

DIRECTRICE DU PÔLE FOOD : Alexandra Horsin (89 12)

DIRECTEUR DE PUBLICITÉ : Jean-Benoît Robert (97 79)

HUB DIGITAL : Baptiste Mirande (89 06)

CHEF DE STUDIO : Émilien Rignols (89 05)

EXÉCUTION/TECHNIQUE : Brune Provost (89 13)

COMPTABILITÉ/GESTION : Catherine Fernandès (89 20)

ADMINISTRATION

CHEF DES VENTES : Didier Hoenen.

CONTACT diffuseurs ET DÉPOSITAIRES : Thomas Schmidt.

Quantités modifiables et réassorts directement sur le site MLP ou sur diffuseurs@burda.fr

GRAVURE COUVERTURE : RVB Photogravure,

5, rue Descartes, 92120 Montrouge

IMPRESSION : Roto France Impression,

25, rue de la Maison-Rouge, ZAC du Mandinet,

77185 Lognes, France

VENTE AU NUMÉRO : MLP

PROVENANCE DU PAPIER : Finlande, Autriche

TAUX DE FIBRES RECYCLÉES : 35,84 %

IMPACT DU PHOSPHORE SUR L'EAU : Ptot 0,003 kg/tonne (intérieur) et Ptot 0,011 kg/tonne (couverture)



Saveurs est édité par la société Éditions Hubert Burda Media S.A.S. Paris, 5, rue Barbès, 92120 Montrouge. Au capital de 250 000 €. RCS : Paris B 484 026 067. N° identifiant unique : FR233823_01XTTY. Parution : 10 numéros par an. La reproduction même partielle des articles et illustrations parus dans Saveurs est interdite. La rédaction n'est pas responsable des textes et photos communiqués. APE 221 E. ISSN 0998-4623. Imprimé en France. Distribution : MLP. Commission paritaire : 0626 K 86782. Dépôt légal : mars 2025.



Cet encart d'information est mis à disposition gratuitement au titre de l'article L. 541-10-18 du code de l'environnement. Cet encart est élaboré par CITEO.

***Petit à petit,
tout le monde
fait son tri.***



**ON NE
LÂCHE
RIEN!**

TRIONS SYSTÉMATIQUEMENT

TOUS LES EMBALLAGES ET PAPIERS SE TRIENT

ON A TROUVÉ OÙ FAIRE LES MEILLEURES RILLETTES DU MANS:



1.45€
220 g (6.60 € le kg)

AU MANS

Oui c'est évident. C'est en élaborant nos produits régionaux 100% français, avec des PME locales et dans le respect du savoir-faire traditionnel, que nous pouvons vous proposer le meilleur de la gastronomie de nos régions. Et ça toujours à prix discount, évidemment.



LA MEILLEURE QUALITÉ
À PRIX DISCOUNT

ALDI Centrale d'achat et Cie SCS - RCS Meaux 378 569 040 00041. Dammartin-en-Goële. Infos sur ALDI.fr

POUR VOTRE SANTÉ, PRATIQUEZ UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE. WWW.MANGERBOUGER.FR