

# Cuisine et Vins

DE FRANCE

Avril - Mai N°175

[www.cuisineetvinsdefrance.com](http://www.cuisineetvinsdefrance.com)

On fond pour  
le chocolat !  
en 9 recettes  
gourmandes

LES CORNICHONS  
au banc d'essai

76  
recettes  
des beaux  
jours

Soleil et  
gastronomie  
en Martinique

Craquante,  
**LA MERINGUE**  
nous rend dingues

Tourte à la saucisse  
de Toulouse et aux  
pommes

Choisis pour vous  
**12 VINS À  
MOINS DE 10€**

**TARTES, TOURTES,  
FRIANDS, FEUILLETÉS**

**NOS RECETTES FACILES ET CONVIVIALES**

Tourte de Pâques, tarte aux artichauts, koulibiac de saumon,  
pie d'agneau et petits pois, tarte aux morilles et asperges...



Innovation  
that excites

NISSAN INTELLIGENT MOBILITY

## NISSAN X-TRAIL

LE CROSSOVER TAILLÉ  
POUR L'AVENTURE EN FAMILLE.  
NOUVEAU MOTEUR 2L DE 177CH.

The advertisement features a white Nissan X-Trail towing a vintage car on a trailer. Two men are standing next to the X-Trail, one pointing towards a winding mountain road in the background. The scene is set against a backdrop of mountains and a clear sky.



Moteur 177ch

5 à 7 places\*

AVM - Vision 360°\*

Avec ses 177ch et ses 5 ou 7 places, embarquez toute votre tribu et toutes vos passions à bord du Nissan X-TRAIL. Et profitez des technologies Nissan Intelligent Mobility dont la caméra 360° de l'AVM pour vivre l'aventure en toute sécurité.

Innover Autrement. **Modèle présenté** : version spécifique. Nissan West Europe : nissan.fr - \*Équipements disponibles de série ou en option selon version. **Consommation gamme cycle mixte (l/100km) : 5,6-6,1. Emissions CO<sub>2</sub> (g/km) : 148-162.**

# INDEX DES RECETTES

## AVRIL-MAI 2017

### Nos entrées

- Asperges et poireaux sauce verte p. 88
- Asperges vertes aux œufs mollets p. 81
- Crémeux d'araignée de mer p. 112
- Feuilletés aux champignons et au jambon p. 57
  - Friand au chou et au fromage p. 57
  - Galettes croustillantes p. 99
  - Gratins de crabe New-York p. 100
  - Pâté en croûte p. 54
- Poêlée d'encornets à l'andouille p. 79
- Pomélos farcis au crabe p. 100
- Pommes rôties au chèvre p. 80
- Rillettes aux deux saumons et à la vodka p. 89
- Rouleaux de printemps au crabe p. 100
  - Salade craquante au crabe p. 100
  - Soufflé au crabe p. 99
- Soupe de crabe exotique p. 100
- Souskay de marlin, coeurs de palmier et avocat p. 112
  - Souvenir d'une salade p. 112
- Tarte aux artichauts sans bords p. 61
- Tartelettes aux morilles et aux asperges p. 61

### Nos plats

- Blancs de poulet à la vapeur d'estragon p. 29
- Blettes aux pois chiches p. 40
- Blettes façon carbonara p. 41
- Casarecce au lambi et au mandja p. 112
- Chou-fleur rôti au paprika p. 90
- Friand à la viande p. 57
- Fricassée d'agneau aux navets confits p. 66
- Fricassée d'escalope aux citrons et aux olives p. 43
- Fricassée express de crevettes aux légumes verts p. 89
- Grafin de blettes aux anchois p. 41
- Koulibiac de saumon p. 58
- Omelette thaïe au crabe p. 100
- Pie d'agneau aux petits pois p. 58
- Poitrine de veau farcie p. 65
- Porc au caramel et sésame p. 82
- Quiche aux poireaux, miel et curry p. 61
  - Salade au boeuf thaïe p. 35
- Saltimbocca aux pistaches p. 42
- Sauté de dinde façon axoa p. 90
- Tourte à la saucisse de Toulouse et aux pommes p. 58
- Tourte de Pâques aux blettes p. 54
- Veau roulé à la napolitaine p. 43

### Nos desserts

- Cake aux pistaches et griottes p. 85
- Cake marocain sans farine p. 91
- Confit rhubarbe aux fraises p. 83
- Crèmes au chocolat et au caramel salé p. 25
- Crèmes moelleuses choco-café p. 91
- Croustillants au pomelo p. 68
- Crumble meringué p. 97
- Eton mess p. 97
- Kouglof au chocolat p. 24
- Meringues à la saveur d'orange p. 97
- Meringues au chocolat p. 96
- Mousse au chocolat et à l'orange p. 25
- Mousses chocolat blanc et fraises p. 44
- Pastilla aux fraises p. 45
- Pavé aux amandes et au chocolat p. 25
- Pavlovas à la rhubarbe p. 96
- Soufflé à l'ananas p. 97
- Tarte au chocolat p. 24
- Tarte au citron meringuée p. 97
- Vacherin au café p. 97
- Vacherin express p. 97

### Divers

- Cake au crabe et crevettes p. 100
- Cookies au chocolat p. 24
- Diamants au cacao p. 25
- Liqueur de fraise p. 45
- Madeleines au miel et au chocolat p. 24
- Meringue française p. 96
- Meringue italienne p. 96
- Mousse de crabe p. 100
  - Pâte à pâté p. 59
  - Pâte brisée p. 55
- Rochers à la noix de coco et au chocolat p. 25
- Sirup de fraise p. 45
- Toasts briochés au crabe p. 100

# Édito

Photo de couverture : Laurent Rouvrais - réalisation : Sophie Dupuis-Gaulier  
Retrouvez notre recette de couverture p. 58



Karine Valentin et  
Sophie Menut, lors de  
notre direct Facebook

Photo : Marie-Charlotte Mignucci

“Vous voulez savoir pourquoi je fais la cuisine ?  
Parce que j'aime beaucoup ça”, écrivait Marguerite Duras.

À Cuisine et Vins de France, nous pourrions reprendre cette phrase à notre compte. La cuisine, les vins, les produits, voilà notre passion. Et parce que le monde change, nous avons envie de vous parler différemment. Vous avez peut-être suivi notre “Facebook live” récemment. Nous vous en proposerons d'autres régulièrement, une façon de nous rapprocher de vous et d'échanger autrement autour de plats et d'accords mets et vins.

En attendant, dans ce numéro de printemps, vous trouverez de quoi vous délecter en découvrant des recettes de tourtes qui ne sont pas tartes, d'autres où le chocolat joue la vedette, vous ne passerez plus pour une andouille en choisissant vos cornichons, vous aurez envie de partir au marché et d'en rapporter les premières fraises. Karine vous emmènera dans les vignes de Saint-Chinian, Pascale du côté de Dinard et moi un peu plus loin, en Martinique, avec pour seul mot d'ordre : vous régaler !

Sophie Menut



*“Quand je serai grand,  
j’aurai une Lacanche!”*



Toutes les générations de gourmands et de gourmets vous le diront, le piano Lacanche est une valeur sûre pour préserver le patrimoine culinaire de la famille. Chez Lacanche, chaque fourneau “Classic” ou “Modern”, est travaillé comme une pièce unique et personnalisé selon vos besoins. Choisissez parmi les multiples combinaisons

de tables de cuisson et de fours, préférez la qualité de l’émail à l’ancienne réalisé dans nos ateliers, optez pour l’une des 24 teintes exclusives de la palette Lacanche, appréciez la précision des finitions faites à la main par nos maîtres artisans: votre piano est une création qui fait partie de la famille.



## LES PIANOS GASTRONOMES

Brochure gratuite et liste des distributeurs agréés sur demande.  
ASC. Lacanche - 6 rue Hubert Coste - 21230 Lacanche. - Tél. 03 80 90 35 00 - [www.lacanche.fr](http://www.lacanche.fr)

# SOMMAIRE

AVRIL-MAI 2017 N°175

- 3 **Édito et index de ce numéro**
- 8 **Spécial 70 ans**  
Antonin Carême, roi des chefs et chef des rois
- 10 **News gourmandes**
- 18 **Tête d'affiche** Le chocolat
- 28 **Restos** Venus d'ailleurs pour cuisiner ici
- 29 **La recette qui fait du bien**  
Blancs de poulet à la vapeur d'estragon
- 30 **Rencontre** David Ducourneau, producteur d'asperges des sables des Landes
- 32 **Air du temps** Potagers en ville
- 34 **En forme** Cru ou cuit, le match
- 35 **La recette d'ailleurs** Salade au boeuf thaïe
- 36 **Dans mon bar** La crème de cassis
- 38 **Les trouvailles de Karine**  
2 champagnes de vignerons
- 39 **Marché de saison** Les blettes, l'escalope de veau, les fraises en 10 recettes et le plein d'infos
- 46 **Dans les vignes** de Saint-Chinian, des rouges lumineux au rapport prix-plaisir rêvé
- 53 **Inspirations** Tartes, tourtes, friands...  
11 recettes qui nous font craquer
- 62 **À chacun sa bouteille** Nos 4 experts proposent leurs accords avec le gigot d'agneau
- 64 **Beaux mariages** avec un beaumes-de-venise et 3 recettes qui lui vont bien

69, 105 et 115 Nos offres d'abonnement



## IL A CONTRIBUÉ À CE NUMÉRO

**Laurent Rouvrais**, photographe spécialisé en photographie «art de vivre», collabore à *Cuisine et Vins de France* depuis 1991 et c'est cette année-là qu'il réalise sa première couverture pour notre magazine. Depuis, il travaille pour la presse et publie des ouvrages auprès de différents éditeurs dont Ducasse, La Martinière et Flammarion.



CHAMPAGNE  
**JEEPER**

SINCE 1949

" L'ASSEMBLAGE DE L'EXCELLENCE "



[www.champagne-jeeper.com](http://www.champagne-jeeper.com)

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

# SOMMAIRE

- 70 **Chez mon fromager** Le crottin de Chavignol
- 72 **Dégustation** 10 bouteilles à moins de 10 €
- 74 **Le vignoble qui monte**  
Sainte-Foy Côtes de Bordeaux
- 76 **En coulisses** avec Julien Hennote,  
au Pourquoi pas, à Dinard
- 80 **3 ingrédients maxi** 4 recettes simplissimes
- 84 **C'est du gâteau !**  
Le cake aux pistaches et griottes d'Arnaud Larher



84



107

## LES 3 RECETTES PRÉFÉRÉES DE LA RÉDACTION

- Salade au bœuf thaïe** p. 35
- Fricassée de crevettes  
aux légumes verts** p. 89
- Veau roulé à la  
napolitaine** p. 43



80

Dans ce numéro, un encart.  
**Abonnement multittires Groupe  
Marie Claire** de 8 pages,  
jeté dans le magazine pour  
la diffusion kiosques France  
métropolitaine hors divers  
(109 000 exemplaires), et jeté  
sur la 4<sup>e</sup> de couverture pour  
la diffusion abonnés France  
métropolitaine hors divers  
(45 500 exemplaires).

## MON CARNET FUTÉ

- 88 *Une semaine en cuisine 7 recettes*
- 92 *Quésaco l'ail des ours*
- 93 *Côté vins Les bons plans du moment*
- 94 *Banc d'essai Les cornichons*
- 96 *Envie de... meringue*
- 98 *Le b.a-ba du vin Le printemps des vignes*
- 99 *1 produit, 11 recettes... Une boîte de chair  
de crabe*
- 101 *Fan de... riz*
- 102 *Pêle-mêle La liste de nos envies*
- 104 *La rédaction a testé pour vous les batteurs*

## 107 Balade gourmande en Martinique

## 113 Votre courrier

## 114 Notre carnet d'adresses

## 116 Box café et thé gourmands et boutique CVF

## 118 À savourer dans notre prochain numéro



RETROUVEZ L'ÉDITION DIGITALE  
DE VOTRE MAGAZINE SUR VOTRE  
SMARTPHONE OU TABLETTE

Abonné au magazine papier ?  
L'édition digitale est incluse dans votre abonnement.

Télécharger dans  
l'App Store

DISPONIBLE SUR  
Google play

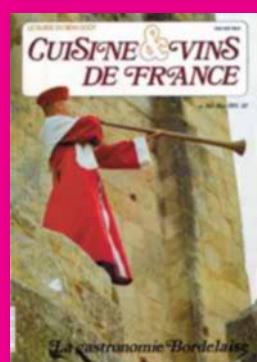
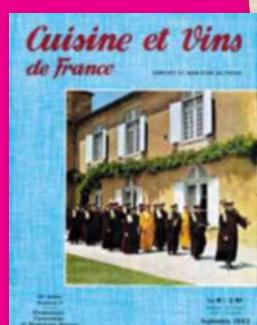
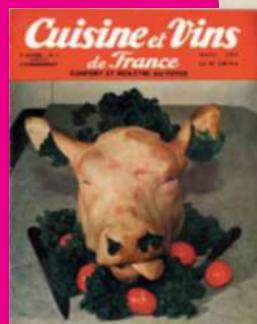
Disponible sur PC ou Mac  
**magazines.fr**

Du lundi au vendredi, dans **Une heure en France** de 13 h à 14 h sur France Bleu, Frédérique Le Teurnier et Denis Faroud vous invitent à découvrir des rassemblements populaires, des personnalités régionales, des événements locaux, des parcours de vie ou des initiatives solidaires, positives et enthousiasmantes.

Sophie Menut, rédactrice en chef de *Cuisine et Vins de France*, partage régulièrement dans l'émission un portrait, un projet, un produit, également à l'honneur dans le magazine.

Pour retrouver l'émission en replay ou en podcast,  
[http://bit.ly/francebleu\\_uhef](http://bit.ly/francebleu_uhef)





Deuxième épisode de notre saga pour célébrer notre anniversaire : dans la famille des cuisiniers de légende, nous invitons Marie-Antoine Carême ! «Le cuisinier des rois et le roi des cuisiniers» fut le grand artisan de la cuisine française du XIX<sup>e</sup> siècle et le premier à être appelé «chef».

## Carême, l'architecte des saveurs

Texte : Nathalie Helal

**S**on enfance renferme tous les ingrédients propres à inspirer un Victor Hugo ou un Zola... Antonin Carême naît à Paris, probablement en 1784, dans une famille qui compte déjà une quinzaine d'enfants. Il a 10 ans quand son père l'abandonne à la barrière du Maine, l'une des portes du Paris de l'époque. Recueilli par un gargotier, il gagnera son gîte et son couvert comme marmiton, entre gibellole de lapin et fricassée d'anguilles. À 15 ans, il entre comme apprenti pâtissier chez Bailly, rue Vivienne, une maison réputée. Passé maître dans l'art du feuilletage, il consacre ses heures de liberté à étudier et copier les estampes et gravures des monuments célèbres. Il s'exerce ensuite à les reproduire en pièces montées faites de sucre, de nougat, de massepain ou de meringue, pour des tables prestigieuses comme celle de Napoléon Bonaparte alors Premier consul. Remarqué par Talleyrand, il entre au service du diplomate comme cuisinier et y demeure douze années durant lesquelles il perfectionne son art. Insurpassable dans la mise en scène d'un repas, des soupers intimes aux grands dîners officiels, il sait éblouir, dans la continuité de l'Ancien Régime. Il consigne les 300 sauces et potages qu'il invente, et maîtrise la partie du froid mieux que quiconque.

En 1814, l'habile Talleyrand le "prête" au tsar Alexandre 1<sup>er</sup>, vainqueur de Napoléon. Après un exil en Angleterre, où il dirige les cuisines du futur Georges IV, Carême multiplie les passages chez les têtes couronnées. En 1823, âgé de 40 ans, il trouve, enfin, en James de Rothschild, le maître capable de partager son idéal. C'est chez ce dernier qu'il termine sa carrière, vers 1830, usé par un labeur acharné. Il consacre les dernières années de son existence à rédiger les premiers tomes d'une œuvre magistrale, *L'Art de la cuisine française au XIX<sup>e</sup> siècle*, considéré par beaucoup comme son testament culinaire. Emporté par la tuberculose, il s'éteint en janvier 1833. Sur son lit de mort, son dernier geste, un mouvement du poignet comme pour tourner une sauce, est aussi son ultime révérence à son art.

### LE GOÛT DE LA MISE EN SCÈNE

Carême se fit remarquer par ses talents de scénographe. Grâce à son invention du pastillage (pâte faite de sucre, d'amidon et de gomme ardragante), tout dans ses pièces montées au décor grandiose est comestible. La folie créatrice de ce passionné d'architecture ne connaît pas de limites. En témoignent deux de ses ouvrages, *Le Pâtissier pittoresque*, orné de gravures, publié en 1815, et un autre, plus surprenant, paru en 1821, *Projets d'architecture dédiés à Alexandre 1<sup>er</sup>*, uniquement consacré à des monuments qu'il rêvait de construire...





C'est à 1150 mètres d'altitude, dans les caves voûtées en pierres du Fort des Rousses que sont affinés les Comtés JuraFlore. élevés à l'instar des plus grands vins, les Comtés JuraFlore Fort des Rousses délivrent des saveurs d'une extraordinaire richesse issues de la diversité florale du Massif du Jura. Régalez-vous d'un remarquable assemblage de saveurs torréfiées et fruitées. Cette année encore, les Fromageries Arnaud se sont distinguées au dernier Concours Général Agricole de Paris en obtenant une médaille d'or pour la cinquième année consécutive.

**JuraFlore**  
Fort des Rousses

Visitez les caves du Fort des Rousses au cœur du Parc Naturel du Haut Jura. Renseignements sur [www.juraflore.com](http://www.juraflore.com)  
POUR VOTRE SANTÉ, ÉVITEZ DE GRIGNOTER ENTRE LES REPAS. [WWW.MANGERBOUGER.FR](http://WWW.MANGERBOUGER.FR)



## Kawaii !

Esprit japonais pour les créations pascals de Dalloyau cette année avec Usagi le lapin, Bakeneko le chat, et Mujina le blaireau, les Pika, pika ! Les Pakaïs de Dalloyau, 45 € l'oeuf de 13,5 cm, garnis de 50 g de friture. Boutiques Dalloyau et site.

# SPÉCIAL PÂQUES

## SIGNÉS MICHALAK

Dans la collection «Forêt enchantée» du talentueux et médiatique pâtissier Christophe Michalak, voici les petits poussins! 10 € la pièce de 45 g, au lait ou chocolat noir. Dans les boutiques du pâtissier et Internet.



**57 kg de chocolats  
seront consommés  
chaque seconde pendant  
le week-end de Pâques**

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL

## Jolie cocotte

Lignes épurées et douces, et coffret très printanier pour cette cocotte aux délicieuses notes caramélisées.

Poule en choc', 18,60 € les 130 g. En vente dans les boutiques Michel Cluizel ou sur le site.



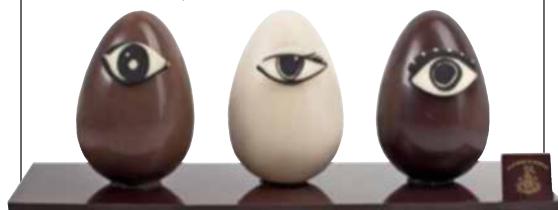
## AU CARRÉ

Vache, mouton, lapin, plume... En chocolat noir, au lait ou blanc, ces petits sujets déclinés en praliné amande, noisette ou noix de coco nous font les yeux doux. 29 € le sujet de 130 g ou 120 € le coffret de 4 sujets. Disponibles dans les boutiques La Maison du chocolat.

## T'as d'beaux œufs tu sais...

Garnies de friture et de petits œufs pralinés, ces douceurs au chocolat noir, au lait ou blanc se laisseront dévorer en un clin d'œil.

Les Œufs de Pâques, La Mère de famille, 42 € l'œuf de 450 g et 10 cm. En vente dans les boutiques et sur le site.





Découvrez nos recettes fondantes sur [www.latableadessert.fr](http://www.latableadessert.fr)

 C'est fort en Chocolat

## Une p'tite verveine?

Avec ses 18° d'alcool, c'est la version light de la liqueur auvergnate. La Petite Verveine du Velay se boit glacée, en cocktail ou en digestif, pour un effet «kiss cool». Maison Pagès, 16,90 € les 50 cl. En vente sur le site de la marque.



**Il faut  
12 litres  
de lait pour  
produire  
1 kg de beurre**



## ÇA SWINGUE EN CUISINE

Versez vos ingrédients, secouez, la bille se charge du reste ! Résultat : une vinaigrette onctueuse comme on les aime. Shaker à vinaigrette Lékué. Disponible en 4 couleurs. 14,90 €. Disponible sur le site de la marque.

## SÉLECTION DE PRINTEMPS



### Bien en main

Des tasses à thé antidérapantes aux couleurs élégantes et revêtues de silicone pour savourer son thé sans se brûler les doigts. Set à thé Cookut, 24,50 € les 2 tasses. Disponible en 3 couleurs. En magasin spécialisé et sur le site de la marque.



## Pasta chic

Issues de farines de blés bios cultivés avec de l'eau volcanique sur les terres ensoleillées de Toscane, ces pâtes sont aussi belles que digestes. Cinq variétés. Al Dente La Pasta, 6,95 € les 500 g. Disponibles en épicerie fine et sur le site de la marque.

## OPINEL ARC-EN-CIEL

Fabriquées en Savoie depuis 1890, ces fines lames prennent un coup de frais avec des manches en hêtre et des couleurs pop. Gamme Parallèle Pop Opinel. De 10 € à 32 € pièce. En vente sur le site de la marque.





# POSE OFFERTE

## DARTY CUISINES FÊTE SES 10 ANS

DU 1<sup>ER</sup> AU 31 MARS 2017  
POUR UNE CUISINE  
D'UN MONTANT MINIMUM DE 7500€ TTC\*

\* Valable pour toute cuisine sur mesure commandée du 1<sup>er</sup> au 31 mars 2017, d'un montant minimum de 7500€ TTC (hors pose). Offre non valable pour la pose de plans de travail et crédences spécifiques (granit, quartz, verre...). Offre valable pour une nouvelle commande, livrée avant le 31 septembre 2017.



## So british

À déguster à l'heure du thé – ou quand vous voulez –, cette confiture typiquement anglaise au gingembre s'apprécie pour sa délicieuse amertume. Confiture Wilkin & Sons, 6,30 € les 285 g. En grandes surfaces.



## LA TISANE, C'EST TENDANCE

Les tisanes prennent un coup de jeune avec L'Infuseur, une toute nouvelle marque qui sélectionne les meilleures plantes pour des mélanges inédits aux arômes subtils. La preuve par six. L'i, gamme de 6 mélanges, 15,90 € les 100 g. Chez Monoprix et sur le site de la marque.

## 7 000 apprentis pâtissiers formés chaque année par le secteur de la pâtisserie artisanale

## NECTAR CHARENTAIS

Ce balsamique français vieilli en fûts de cognac s'utilise comme un condiment. Quelques gouttes suffisent pour booster une salade, déglacer une viande, réveiller une salade de fraises. Le Baume de Bouteville, 14 € la bouteille de 20 cl. Disponible en épicerie fine et sur le site de la marque.



## Café en or

Une capsule en aluminium doré comme marqueur d'un café de qualité. Seize variétés issues des meilleures régions productrices de café à consommer au gré de vos envies. Quoi d'autre?

Capsules L'Or Espresso, 2,99 € à 3,19 € les 10 capsules. Disponibles en grandes surfaces.



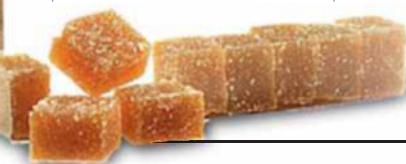
## La bouteille qu'on aime

Ce n'est pas parce qu'Haribo a intimé à Hélène Thibon de retirer sur sa cuvée le mot Zan (marque déposée) qu'il nous vient un réflexe vengeur de défendre l'un des vins que l'on suit depuis toujours. C'est plus que ça : *Bout d'Zan* du Mas de Libian 2015 est juste une pure gourmandise qui sent la réglisse. 11 €, cavistes.



## Cubes gourmands

Ces pâtes de fruits confectionnées par un confiseur provençal font exploser en bouche la saveur des fruits cueillis à pleine maturité. Poires, framboises et abricots au meilleur d'eux-mêmes! François Doucet confiseur, 5,80 € les 90 g. Disponibles sur le site de la marque.



Ce label Skrei garantit<sup>®</sup>  
un cabillaud pêché en Norvège,  
remarquable pour sa grande qualité  
et sa fraîcheur unique



1.000 km

Lofoten

Mer de Barents

photos : © NSC

# Skrei

## Le cabillaud norvégien par excellence

La nature norvégienne nous offre l'exceptionnel Skrei de janvier à avril.

Chaque hiver, un miracle de la nature se produit dans les eaux froides et limpides de la côte nord de la Norvège. Le Skrei migre de la mer de Barents pour retrouver ses eaux natales. Ce long périple à contre-courant dans la mer glaciale lui confère une chair particulièrement savoureuse, ferme et nacrée.



Dégustez  
**LE SKREI À LA CARTE**  
des chefs dans une cinquantaine  
de restaurants en France  
du 18 mars au 15 avril 2017.  
Liste sur : [www.poissons-de-norvege.fr](http://www.poissons-de-norvege.fr)

Pour votre santé, mangez au moins 5 fruits et légumes par jour.  
[www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)



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

## Bonne graine

Sain et savoureux, le quinoa est la petite graine qui monte. Inutile d'aller la chercher dans les Andes, un tiers du quinoa consommé en France vient d'Anjou. Cocorico ! Quinoa d'Anjou. 3 € le sachet de 350 g. Disponible en épicerie fine.

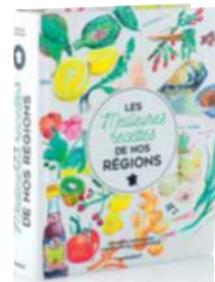


**77 % des Français consacrent plus de 30 minutes à leur pause déjeuner (contre 9 % en Grèce)**



## BIEN NÉE

La maison de Champagne Philippe Gonet affirme sa passion pour ses terroirs d'exception avec sa cuvée TER blanc. Un pur chardonnay qui révèle un nez expressif, sur la noisette fraîche et l'amande, et une belle longueur en bouche. Fin, élégant, complexe... 40 €, cavistes.



## LECTURES À CROQUER

**C'est l'histoire d'une jeune femme** qui a vaincu l'anorexie en se mettant à cuisiner les aliments qu'elle redoutait tant. Marilou partage avec les lecteurs des recettes simples, saines et rapides. *3 fois par jour*, Éditions de La Martinière, 29,90 € (256 p.).

**Bienvenue à la campagne !** Plus qu'un simple livre de recettes, c'est l'histoire d'un lieu qui est ici retracée, de l'installation de la famille Corot à Ville-d'Avray (92) à l'ouverture de l'hôtel-spa Les Étangs de Corot et son restaurant par les propriétaires des Sources de Caudalie. Les recettes du chef Rémi Chambard, inspirées par cette oasis francilienne, ponctuent la découverte. *Les Étangs de Corot. Paris de campagne*, Rémi Chambard, Patricia Khenouna et Philippe Vaurès-Santamaria, Glénat, 39 € (224 p.).

**Corrigez vos idées sur les cakes** avec Christophe Michalak. Roulés, salés, aux fruits, au chocolat, cupcakes ou sans

gluten... Le pâtissier décline avec brio son univers ludique et décomplexé. *L'ultime Cake book*, Christophe Michalak, Alain Ducasse Édition, 19,90 € (203 p.).

**Direction les Alpes**, chez René et Maxime Meilleur, père, fils et chefs du restaurant *La Bouitte*, aux portes du grandiose domaine skiable des Trois Vallées. Le livre sublime leurs recettes, mélange de tradition et de créativité. Tournez les pages, vous verrez la montagne ! *Les Meilleurs à la Bouitte. Trois étoiles en Savoie*, Glénat, 49 € (256 p.).

**Cocorico !** Catherine Quiévrémont vous propose une balade culinaire à travers la France en 350 recettes emblématiques, magnifiquement illustrées. Moules poulette à la carbonade, baeckeofe à la tortilla, tropézienne aux canistrelli... Découvrez toute la richesse de nos provinces. *Les meilleures Recettes de nos régions*, Catherine Quiévrémont, Lucile Prache, éditions Marabout, 19,90 € (550 p.).

Photos DR.

Photos livres : Thierry Legay

**8 000  
VISITEURS**

**REJOIGNEZ 250 VIGNERONS  
AU CŒUR DE PARIS**  
sélectionnés par le comité  
d'experts de La RVF  
*Palais Brongniart - 2<sup>e</sup>*

# LE SALON DU VIN

LA REVUE DU  
**Vin**  
DE FRANCE  
**LE SALON**

**DE LA REVUE  
DU VIN  
DE FRANCE**

[www.larvf.com](http://www.larvf.com)

**11<sup>ÈME</sup>  
ÉDITION**



## PRÉVENTE PASS

**1 jour : 18 €**  
au lieu de ~~23 €~~  
**2 jours : 23 €**  
au lieu de ~~28 €~~



**PAYS  
À L'HONNEUR,  
DÉCOUVREZ  
LES VINS  
DU LIBAN**



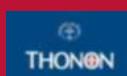
**ATELIERS DE  
DÉGUSTATION**  
• DOM PÉRIGNON  
• CHÂTEAU D'YQUEM  
• PAUL JABOULET AINÉ  
• CHÂTEAU PRADEAUX

**BIEN  
DÉGUSTER  
POUR  
BIEN  
ACHETER**

Suivez la programmation sur [salon.larvf.com](http://salon.larvf.com)

**VENDREDI 19 - 11 h À 20 h**  
**& SAMEDI 20 MAI 2017 - 10 h À 19 h**

Vignerons, exposants, si vous souhaitez vous inscrire,  
vous pouvez contacter notre service commercial au 01 41 46 84 61.



**Commandez les vins  
directement sur le salon sur**



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

*Tête d'affiche*

# Fondus de CHOCOLAT

En petites ou grandes bouchées, le chocolat c'est simplement bon !  
Fondantes, moelleuses, craquantes, voici nos recettes préférées.

Photos : Édouard Sicot - réalisation et stylisme : Valéry Drouet - recettes : Sophie Menut



**Cookies au chocolat**



## Madeleines au miel et au chocolat

VOIR NOS RECETTES EN FIN D'ARTICLE



**Tarte au chocolat**

*Tête d'affiche*



**Kouglof au chocolat**

VOIR NOS RECETTES EN FIN D'ARTICLE

*Tête d'affiche*



**Crèmes au chocolat et au caramel salé**



## Pavé aux amandes et au chocolat

VOIR NOS RECETTES EN FIN D'ARTICLE

# Tête d'affiche



## Cookies au chocolat

FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 20 min  
Réfrigération : 1 h  
Cuisson : 10 min

Prêt à l'avance

**POUR 20 COOKIES ENVIRON**  
80 g de chocolat noir • 100 g de noisettes décortiquées • 80 g de beurre mou • 80 g de sucre roux • 50 g de sucre blanc • 1 cuil. à soupe de miel liquide • 1 œuf • 100 g de farine avec poudre levante

**1** Faites dorer les noisettes à sec dans une petite poêle. Versez le sucre blanc et laissez caraméliser en remuant. Versez les noisettes sur une feuille de papier cuisson et laissez refroidir.

**2** Dans un saladier ou la cuve d'un robot, fouettez le beurre mou avec le sucre roux et le miel. Ajoutez l'œuf puis la farine. Concassez grossièrement au couteau le chocolat et les noisettes caramélisées. Versez le tout dans la pâte, mélangez bien à la spatule.

**3** Posez la pâte sur une feuille de film étirable et roulez-la en gros boudin. Emballez-le dans le film et placez au réfrigérateur au moins 1 h.

**4** Préchauffez le four à 180°. Déballez le boudin, coupez-le en rondelles de 1,5 cm d'épaisseur. Couchez-les espacées sur une plaque à four tapissée de papier cuisson. Enfournez pour 10 min en surveillant.

**5** Attendez 2 min avant de décoller les cookies du papier. Rangez-les dans une boîte en fer si vous ne les dégustez pas tout de suite.



## Madeleines miel et chocolat

FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 20 min  
Réfrigération : 2 h  
Cuisson : 10-12 min

Prêt à l'avance

**POUR 12 MADELEINES ENVIRON**  
3 cuil. à soupe de cacao en poudre amer • 150 g de farine • 150 g de beurre • 125 g de sucre en poudre • 3 œufs • 3 cuil. à soupe de lait • 2 cuil. à soupe de miel liquide • 1 cuil. à café de vanille liquide • 1 sachet de levure chimique • 1 pincée de sel

**1** 2 h à l'avance, faites fondre le beurre dans une petite casserole ou au micro-ondes. Dans la cuve d'un robot, fouetez les œufs avec le sucre 2 min. Ajoutez le lait et battez encore, puis ajoutez le beurre fondu et, enfin, la farine et la levure tamisées. Mélangez jusqu'à obtenir une pâte lisse.

**2** Divisez la pâte en deux.

Dans l'une, ajoutez le miel et la vanille, dans l'autre le cacao.

Filmez les deux pâtes. Placez au frais au moins 2 h.

**3** Passé ce temps, préchauffez le four à 220°. Garnissez à moitié les alvéoles d'un moule à madeleines en silicone en alternant les 2 pâtes. Enfournez et, au bout de 5 min, baissez le four à 180°. Poursuivez la cuisson 5 min ou un peu plus : il faut que les madeleines dorent et fassent une bosse, mais ne les faites pas trop cuire pour qu'elles soient moelleuses.

**4** Attendez 5 min avant de démouler.



## Tarte au chocolat

FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 15 min  
Cuisson : 20 min  
Attente : 30 min

Prêt à l'avance

**POUR 6 PERSONNES**

250 g de pâte sablée (maison ou en rouleau) • 250 g de chocolat noir • 10 cl de lait entier • 25 cl de crème liquide • 1 œuf • 25 g de beurre

**1** Préchauffez le four à 160°. Étalez la pâte et garnissez-en un moule à tarte tapissé de papier cuisson. Piquez-la de coups de fourchette. Enfournez pour 10 min de cuisson "à blanc".

**Sortez le fond de tarte** du four et montez la température à 240°.

**2** Cassez le chocolat en petits morceaux dans une jatte.

**Dans une casserole**, faites chauffer le lait, la crème et le beurre. Lorsque l'ensemble est à la limite du frémissement, versez-le sur le chocolat et attendez 2 min avant de lisser. Ajoutez l'œuf et mélangez encore.

**3** Versez le mélange au chocolat sur le fond de tarte. Enfournez la tarte et éteignez aussitôt le four. Laissez la tarte dans le four pendant 30 min. Puis sortez la tarte du four, et laissez refroidir avant de déguster.

**NOTRE BON ACCORD :** un rasteau (vin doux naturel de la Vallée du Rhône).

**C'est bon avec...**  
... une boule de glace à la vanille.



## Kouglof au chocolat

ASSEZ FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 20 min  
Cuisson : 1 h

Prêt à l'avance

**POUR 8 PERSONNES**

200 g de chocolat noir • 30 g de cacao en poudre amer • 250 g de beurre • 250 g de farine avec poudre levante • 100 g de sucre blanc • 100 g de sucre roux • 3 œufs • 30 cl de lait • 1 cuil. à soupe de vanille liquide • 50 g d'amandes effilées

**POUR LE GLAÇAGE :** 80 g de sucre • 80 g de chocolat noir

**1** Préchauffez le four à 180°. Cassez le chocolat en morceaux. Dans une casserole posée sur un bain-marie frémissant, faites fondre le chocolat et le beurre.

**2** Dans une jatte, battez au fouet électrique les œufs et les 2 sucres. Lorsque le mélange blanchit et devient mousseux, versez le chocolat au beurre et continuez de fouetter.

**Incorporez ensuite** le lait, la vanille, le cacao et la farine. Versez la pâte dans un moule à kouglof et enfournez pour 1 h.

**3** Démoulez le kouglof sur une grille et laissez-le refroidir.

**4** Faites doré les amandes à sec dans une poêle 2 min.

**5** Préparez le glaçage : dans une casserole, portez à ébullition 10 cl d'eau avec le sucre. Râpez le chocolat et versez dans le sirop bouillant. Lissez au fouet. Badigeonnez-en le kouglof à l'aide d'un pinceau, parsemez-le d'amandes.

**NOTRE BON ACCORD :** un alsace-muscat Sélection de grains nobles (liquoreux).



## Crèmes choco-caramel

**ASSEZ FACILE ET BON MARCHÉ**

Préparation : 30 min

Cuisson : 30 min

Réfrigération : 3 h + 30 min

Prêt à l'avance

### POUR 6 PERSONNES

150 g de chocolat noir • 60 cl de crème liquide • 6 jaunes d'œufs • 1 gousse de vanille • 200 g de sucre blanc • 50 g de sucre roux • 2 pincées de sel

**1** Fendez la gousse de vanille et grattez ses graines au-dessus d'une casserole contenant la crème liquide. Ajoutez la gousse et placez sur feu doux 8 min. **Pendant ce temps**, cassez le chocolat en petits morceaux dans un saladier. Versez la crème vanillée bien chaude (ôtez la gousse) et attendez 2 min avant de lisser.

**2** Préchauffez le four à 180°. Dans un autre saladier, battez les 6 jaunes d'œufs avec le sucre roux jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Versez sur la crème au chocolat, mélangez bien et répartissez dans 6 ramequins. Placez-les dans un plat à four à demi rempli d'eau et enfournez pour 15 min de cuisson au bain-marie.

**Sortez les crèmes** du bain-marie, laissez refroidir et placez au réfrigérateur au moins 3 h.

**3** Passé ce temps, versez le sucre blanc et le sel dans une casserole et placez sur feu doux jusqu'à l'obtention d'un caramel.

**Répartissez-le** sur les crèmes froides et replacez-les au frais 30 min avant de servir.

**NOTRE BON ACCORD :** un maury (vin doux naturel du Roussillon).



## Pavé chocolat

**UN PEU DÉLICAT, BON MARCHÉ**

Préparation : 30 min

Cuisson : 15 min

Réfrigération : 3 h

Prêt à l'avance

### POUR 6 PERSONNES

100 g de chocolat noir • 75 g de chocolat blanc • 25 g de cacao en poudre amer • 50 g de poudre d'amandes • 5 œufs • 150 g de sucre glace • 150 g de sucre en poudre • 30 cl de crème liquide • 25 g de farine • 35 cl de rhum • 10 g de beurre

**1** Préchauffez le four à 180° et beurrez un moule (carré). Cassez les œufs en séparant les jaunes des blancs. Fouettez les jaunes et le sucre glace. Ajoutez la poudre d'amandes puis le cacao et la farine tamisés. Battez les blancs en neige avec 50 g de sucre en poudre. Incorporez-les au mélange précédent et versez dans le moule. Enfournez pour 15 min.

**2** Dans une casserole, portez la crème liquide à ébullition. Hors du feu, ajoutez le chocolat noir râpé, attendez 2 min avant de lisser. Réservez cette ganache.

**3** Préparez un sirop en faisant chauffer 2 min 10 cl d'eau avec le reste de sucre et le rhum.

**4** À l'aide d'un long couteau, coupez le biscuit en 3 tranches dans l'épaisseur. Imbibez-en une de sirop. Étalez 1/3 de la ganache, et recommencez avec les 2 autres tranches de biscuit. Mettez au frais au moins 3 h.

**5** Pour servir, réalisez des copeaux de chocolat blanc à l'économie et parsemez-en le pavé.

**NOTRE BON ACCORD :** un rivesaltes ambré (vin doux naturel du Roussillon).

## ... et 3 idées recettes

Prêt à l'avance

### Diamants au cacao

(photo ci-dessous)  
Pour 25 diamants. Mélangez dans une jatte 150 g de beurre mou, 200 g de farine, 25 g de cacao en poudre, 1 jaune d'œuf et 1 pincée de sel. Formez un ou plusieurs boudins de pâte de 2,5 cm de diamètre. Enveloppez-les de film étirable et laissez-les durcir 30 min au congélateur. Badigeonnez-les à l'aide d'un pinceau avec un peu d'eau et roulez-les dans 4 cuil. à soupe de sucre cristal.

Découpez-les en rondelles de 1 cm et déposez-les en les espaçant sur une plaque à four tapissée de papier cuisson. Enfournez (four chaud à 180°) pour 15 min. Laissez refroidir sur une grille.

### Mousse au chocolat et à l'orange

Pour 4 personnes. Faites fondre 125 g de chocolat noir au micro-ondes ou au bain-marie avec 1 cuil. à soupe d'eau. Cassez 4 œufs extra-frais en séparant les blancs des jaunes. Battez les blancs en neige ferme en ajoutant 100 g de sucre en poudre petit à petit. Ajoutez au chocolat refroidi les jaunes d'œufs, 2 cuil. à soupe de Grand Marnier et 5 lanières de zestes d'oranges confites coupées en dés, puis incorporez délicatement la neige. Placez au réfrigérateur au moins 4 h.

### Rochers à la noix de coco et au chocolat

Pour 30 rochers. Faites fondre 80 g de chocolat noir au micro-ondes ou au bain-marie avec 1 cuil. à soupe d'eau. Dans un saladier, mélangez 200 g de noix de coco râpée avec 150 g de sucre et 2 cuil. à soupe de cacao en poudre. Ajoutez 2 blancs d'œufs puis le chocolat fondu et 1 pincée de sel, mélangez bien à la fourchette. Formez des petites boules et donnez-leur une forme conique en les pinçant du bout des doigts. Déposez les rochers en les espaçant sur une plaque à four tapissée de papier cuisson. Enfournez (four chaud à 180°) pour 15 min. Laissez refroidir sur une grille.



ENCORE + DE RECETTES  
AVEC DU CHOCOLAT

sur cuisineetvinsdefrance.com

# Embarquez pour notre Cuisine

Pour la sixième année consécutive, nous vous invitons à bord d'un yacht PONANT 5 étoiles pour notre croisière gastronomique.

Cap sur l'Italie et la Croatie, à la découverte des rivages de ces deux merveilleuses contrées et des délicieux produits qu'elles nous offrent.

Au cours de cette croisière, trois dîners de gala seront concoctés par trois grands chefs étoilés Patrick Henriroux, Frédéric Robert et Sylvestre Wahid, qui vous proposeront également des démonstrations culinaires.

À leurs côtés, Olivier Poussier, Meilleur Sommelier du monde, organisera des dégustations de grands vins.

Vous voyagerez en compagnie de nos invités prestigieux, de notre experte vins, Karine Valentin, et de membres de notre rédaction à bord du *Lyrial*, luxueux yacht de 122 cabines et suites de PONANT. Une odyssée inoubliable...

**ROME (Civitavecchia) - VENISE** 8 jours / 7 nuits  
du 15 au 22 août 2017 à bord du *Lyrial*

À partir de **3 960 €<sup>(1)</sup>** par personne



Rome-Venise du 15 au



# *croisière gastronomique*

## **et Vins**

DE FRANCE

22 août 2017



**À BORD À VOS CÔTÉS**

Trois chefs prestigieux, un Meilleur Sommelier du monde, des dîners de gala, des démonstrations culinaires et bien d'autres surprises... Le tout orchestré par la rédaction de *Cuisine et Vins de France*.



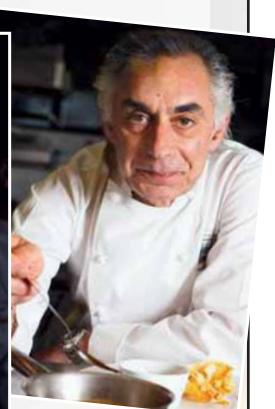
**Sylvestre  
WAHID**

Après Le Strato à Courchevel puis l'Oustau de Baumanière aux Baux-de-Provence, il exerce aujourd'hui son talent dans les cuisines de l'Hôtel Thoumieux à Paris. Deux étoiles au Guide Michelin.



**Patrick  
HENRIROUX**

C'est à Vienne, au cœur de l'Isère, qu'il a redonné ses lettres de noblesse au restaurant Relais & Châteaux La Pyramide, Deux étoiles au Guide Michelin depuis 1992.



**Frédéric  
ROBERT**

Après Le Grand Véfour (2\*), L'Ambroisie (3\*), Lucas Carton (3\*) et le restaurant Alain Senderens (2\*), il dirige avec maestría depuis 2006 les cuisines de La Grande Cascade à Paris. Une étoile au Guide Michelin.



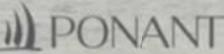
**Olivier POUSSIER**

Élu Meilleur Sommelier de France en 1990, Meilleur Sommelier du monde en 2000. Sommelier de la maison Lenôtre.



**Karine VALENTIN**

Chef du service vins à la rédaction de *Cuisine et Vins de France*.

EN PARTENARIAT AVEC 

# VENUS D'AILLEURS pour cuisiner ici

Photo : CVF / Laurent Rouvrais

Ils sont français ou étrangers, aiment notre cuisine et se la réapproprient avec esprit aux quatre coins de l'Hexagone.

Texte : Dan Montgomery et Sophie Menut



Photo Serge Detalle / DR

**ODETTE, AUBERGE URBAINE** à Paris  
Dans la famille Rostang, on demande les filles ! Caroline et Sophie sont aux commandes de cette auberge néo-urbaine furieusement moderne, en plein cœur de Paris. Dans ce «lieu de vie», ouvert 7 jours sur 7, du petit déjeuner au dîner, le gourmand se régale de la cuisine de Yannick Lahopgnou. Le chef propose, en fonction du marché, des assiettes traitées en entrée ou en plat, selon l'appétit, ou des belles pièces à partager. Au final, cela donne des carottes rôties à la bergamote et au cumin, déjà sacrées plat culte ; un tartare de veau, thon blanc et croquants de levain très inspiré ; une omelette blanche, ricotta, brocoli pour foodista sous contrôle ; une savoureuse pintade fermière ; un bar en croûte feuilletée à partager, histoire de décoiffer un peu les déjeuners du dimanche.

Menu à 22 € (déj.), Env. 70 € à la carte (dîner).



et yaourt ; chocolat, olive et noix de muscade. Première étoile méritée !  
Menus à 45 € (déj.), 70 € et 95 € (dîner).

## RACINE à Reims

Ses plats ressemblent à d'éclatants tableaux miniatures à l'allure d'œuvres d'art. Épaulé de Marine, sa femme, Kazuyuki Tanaka fait nocer la grande tradition française avec de vibrantes touches nippones. Le résultat ? De décoiffantes trilogies : noix de saint-jacques, poireau et pistache ; homard, butternut et café ; agneau, betterave et romaine ; pomme, sel de Maldon,

## LES APOTHICAIRES à Lyon

Rentrés de leur tour du monde gastronomique, de Sao Paulo à Copen-



ague, Ludovic et Tabata Mey livrent un épanté melting-pot culinaire, entre la France, l'Amérique du Sud, le Japon et le Nord : flétan mariné au kombu, mousse de foin, navets ; maigre, beurre blanc de noisettes, cèpes ; poitrine de cochon, purée de maïs, fenouil, jus de cidre ; beignets de chocolat, miel glacé au pollen, mirabelles.

Menus à 22 € et 26 € (déj.), 42 €, 48 € et 52 € (dîner).

## LES P'TITS FAYOTS à Toulouse

Aziz Mokhtari tient le manche de la casserole dans un douillet cocon toulousain. À 28 ans, il joue, depuis sa cuisine ouverte, une partition de l'instant et de l'instinct : œuf parfait, lard, coing, carotte, pomelos, dés de pains croustillants ; poulet roux, biscuit croquant au foie de veau, purée de topinambour ; figues rôties au miel, crème à la vanille, noisettes.

Menus à 20 €, 24 €, 46 € et 53 € (déj.), 46 € et 53 € (dîner).



Photos DR

*La recette qui fait du bien*

# BLANCS DE POULET À LA VAPEUR D'ESTRAGON

Photo : Amélie Roche - réalisation et stylisme : Bérénice Abraham - recette : Sophie Menut

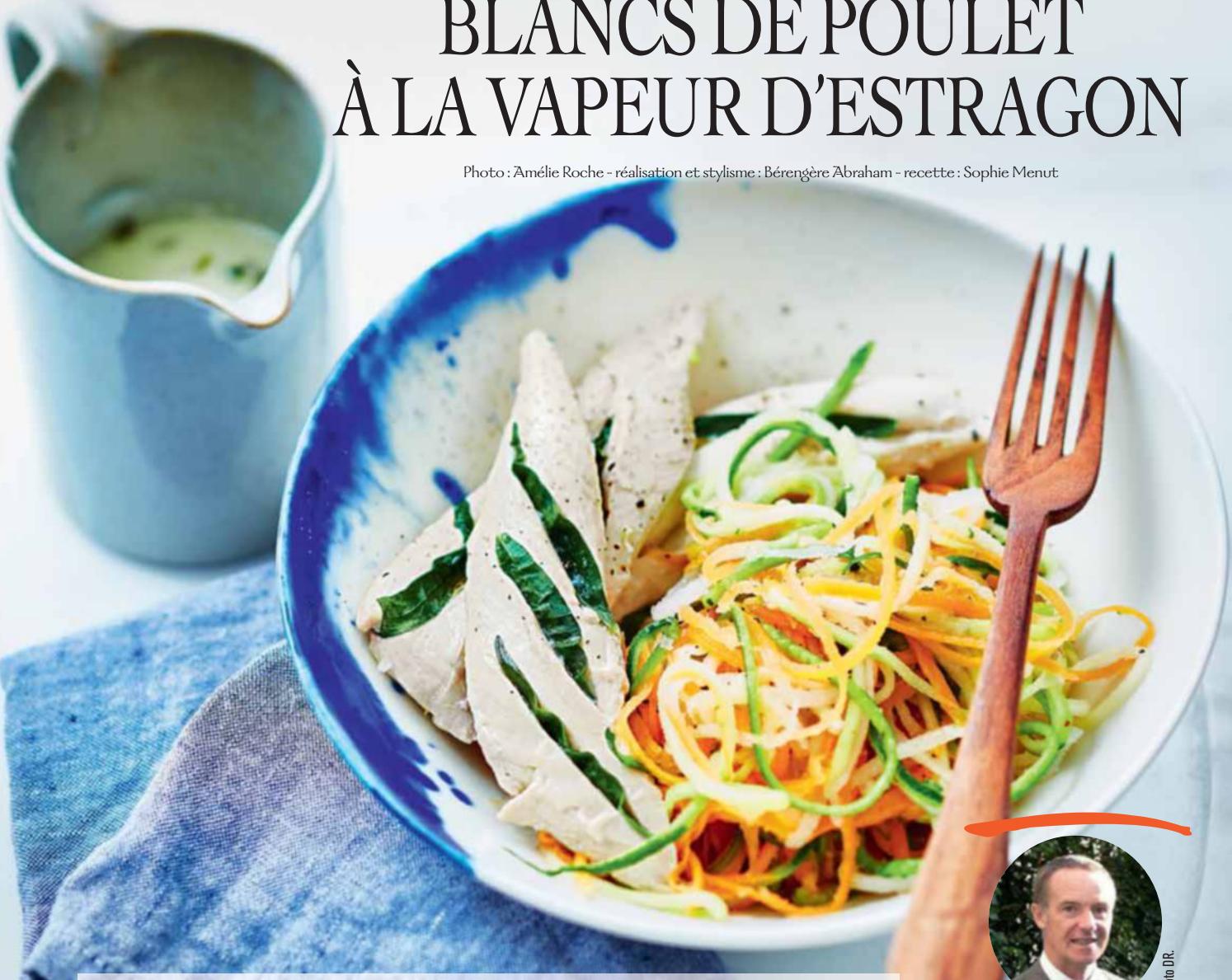


Photo DR.

## FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 30 min  
Cuisson : 25 min

## POUR 4 PERSONNES

4 blancs de poulet (150 g pièce) • 2 carottes • 1/2 boule de céleri-rave • 2 courgettes • 5 brins d'estragon • 1 citron bio • 1 yaourt velouté • 1 cuil. à soupe de vinaigre balsamique • sel • poivre

**1 Hachez** 1 brin d'estragon. Rincez et essuyez le citron. Râpez son zeste et pressez le fruit.

Dans une petite casserole, faites chauffer le jus de citron avec le yaourt. Ajoutez le zeste, le vinaigre et l'estragon haché. Salez, poivrez et laissez cuire 2 min. Réservez au chaud.

**2 Lavez et pelez** les légumes. Taillez-les en julienne (très fins bâtonnets de 4-5 cm de long) à la mandoline munie d'une grille ou au robot électrique.

**Faites cuire** les légumes séparément à l'eau bouillante 5 min. Râfîchissez-les sous l'eau froide (pour qu'ils gardent leurs belles couleurs). Réservez.

**3 À l'aide d'un couteau** effilé et pointu, pratiquez des petites incisions dans les blancs de poulet. Glissez une feuille d'estragon dans chacune d'elles.

**Faites cuire** la viande à la vapeur pendant 15 min. Mélangez délicatement les vermicelles de légumes et faites-les réchauffer 1 min au micro-ondes.

**4 Versez un peu de sauce** au yaourt dans 4 assiettes, posez dessus la julienne et les blancs de poulet. Servez le reste de sauce à part.

**NOTRE BON ACCORD :** un côtes-de-gascogne IGP blanc sec (Sud-Ouest).

## L'avocat du nutritionniste

### Léger et complet

Le poulet sans sa peau est la viande idéale pour ceux qui aspirent à la légèreté sans se priver de vitamines et de protéines.

Les carottes et le céleri sont riches en antioxydants. L'estragon est un allié de la digestion. Associés au calcium contenu dans le yaourt, ils font de cette recette un plat complet et équilibré à consommer sans modération !

**Docteur Pierre Azam, Paris**



David, aspiculteur (c'est le nom de son métier !), apprécie ses asperges de façon classique, avec une sauce mousseline, mais les prépare aussi rôties à la plancha.

## David Ducourneau, producteur d'ASPERGES DANS LES LANDES

Au cœur des Landes, près de Mont-de-Marsan, il maîtrise les secrets de ce légume printanier savoureux, consacré par une IGP en 2005.

Texte : Catherine Gerbod - photos : Marc Rosaz

**C**haque année, fin février, la course contre la montre commence pour David Ducourneau. Dans moins de 3 mois et demi, la saison de l'asperge des sables des Landes, fleuron de la région depuis le XIX<sup>e</sup> siècle, sera finie.

### BEAUTÉ CACHÉE

Si l'asperge blanche est l'un des légumes les plus délicats qui soient, les champs zébrés de bâches noires où elle pousse n'ont rien de très bucoliques. Car, pour être blanche, l'asperge des Landes doit se cacher. Non seulement sous des bâches pour éviter les mauvaises herbes et les coups de froid, mais aussi sous une butte de terre de 35 à 40 cm. Ainsi protégée de la lumière, elle reste blanche au lieu de virer au vert sous l'effet de la photosynthèse. "Le sol de sable des Landes fait toute la différence. Comme il est léger, cela permet à l'asperge de pousser plus vite, ce qui assure sa tendreté", explique David Ducourneau. L'asperge y grandit bien droite. Former des buttes est aussi bien plus facile que dans une terre argileuse.

### TRADITION ET INNOVATION

En pleine saison, 7 à 8 tonnes d'asperges sortent des champs de David chaque jour ! Elles sont toutes en IGP Asperges des sables des Landes. L'objectif de fraîcheur impose une logistique bien rodée. David perpétue un savoir-faire familial puisqu'il a

repris l'exploitation de ses parents il y a 22 ans. Mais les techniques évoluent, notamment pour faciliter la récolte manuelle. Depuis les années 2000, une machine soulève les bâches et permet aux ramasseurs de travailler assis.

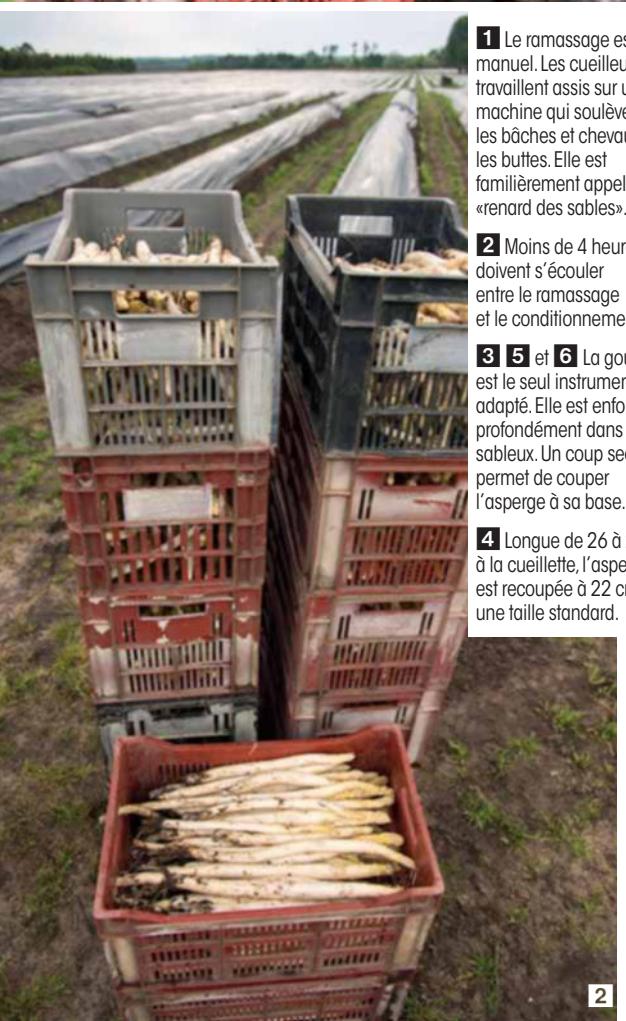
Le travail de David Ducourneau ne s'arrête pas à la dernière asperge récoltée, vers le 10 juin. Une autre phase commence alors. Les buttes sont arasées, un feuillage abondant sort de terre. Il est important de veiller à son épanouissement pour qu'à 10 à 15 cm de la surface, la racine de l'asperge, appelée griffe, reconstitue ses forces. C'est encore elle qui produira au printemps suivant les pousses que les botanistes appellent turions et dont nous nous délecterons une nouvelle fois sous le nom d'asperges.

### Atout fraîcheur

Pour revendiquer l'IGP asperges des sables des Landes, l'asperge doit provenir d'une zone identifiée comme ayant un sol sableux. Lors de son conditionnement, assuré par la coopérative Copax Dax, l'asperge subit une douche très froide pour qu'elle atteigne 2°C à cœur. Cette méthode permet de préserver sa tendreté et sa fraîcheur plus longtemps. Une pointe (ou bourgeon) avec des écailles bien serrées, une blancheur impeccable et une texture très cassante sont des signes de qualité. Elle est soit entièrement blanche, soit affiche un bourgeon violacé lorsque sa pointe a vu la lumière. Celles de David sont principalement vendues sous la marque Priméale.



1



2

**1** Le ramassage est manuel. Les cueilleurs travaillent assis sur une machine qui soulève les bâches et chevauche les buttes. Elle est familièrement appelée «renard des sables».

**2** Moins de 4 heures doivent s'écouler entre le ramassage et le conditionnement.

**3** **5** et **6** La gouge est le seul instrument adapté. Elle est enfoncee profondément dans le sol sableux. Un coup sec permet de couper l'asperge à sa base.

**4** Longue de 26 à 27 cm à la cueillette, l'asperge est recoupée à 22 cm, une taille standard.



3



4



5



6

# POTAGERS en ville

Les légumes et plantes aromatiques gagnent du terrain sur le béton. Voici venue l'agriculture urbaine, promue par un nouveau genre de jardiniers.

Texte : Catherine Gerbod

Désormais, l'idée n'est plus vraiment de gagner la médaille de la ville fleurie, mais de produire de la nourriture en ville !

## ENVIE DE SENS

“La demande de parcelles explose depuis les années 1990”, constate ainsi Muriel Gagey à la Fédération nationale des jardins familiaux et collectifs. Les 20 000 parcelles de verdure héritières des jardins ouvriers nés il y a 120 ans captent un public plus jeune, plus féminin, issu de milieux professionnels diversifiés. Recherche de convivialité, de pédagogie ou de bien-être et préoccupations écologiques s'ajoutent à l'envie de cultiver ses légumes. De l'école installant quelques bacs sur le bitume de la cour à l'association convertissant un ancien parking en jardin partagé, on végétalise tous azimuts ! Avec le mouvement des Incroyables comestibles, des citoyens plantent tomates, poireaux ou framboisiers un peu partout pour offrir de la nourriture à partager entre tous. Et les villes s'y mettent avec des projets comme le Mailage potager, à Bruxelles, initié en 2011, ou Arcueil, ville comestible, lancé en 2015.

## LÉGUMES AU TOP

Le végétal part à la conquête des toits. Cultiver à 12 mètres de hauteur est le défi technique relevé à Paris par l'institut Le Cordon bleu, à deux pas de la tour Eiffel. Depuis avril 2016, cette école de cuisine renommée s'est dotée d'une spectaculaire terrasse potagère de 807 m<sup>2</sup>. Des jardiniers entourées de



gazon permettent de cultiver légumes et herbes aromatiques. “Le jardin est intégré dans tous les modules pédagogiques”, explique Franck Ressy, le directeur de l'établissement. Une façon concrète de sensibiliser à l'origine des produits. L'été dernier, les chefs de l'école ont pu cueillir des melons, 400 salades, de la roquette, du céleri-rave, de la citronnelle cultivés sans pesticides... . Une vraie fierté.

## NOUVELLES VOIES

La conception et l'entretien de ces potagers urbains font naître des start-up et sociétés

spécialisées comme Topager ou Écovégétal, en pointe dans les technologies vertes et le développement durable. Si l'intérêt en termes de lien avec la nature est évident, ces jardins sont-ils une piste d'avenir pour des villes autosuffisantes ? “Ils resteront un complément”, pronostique Damien Deville qui travaille à une thèse sur l'agriculture urbaine. Manque d'espace et contraintes techniques de la culture sur les toits limitent en effet le potentiel vivrier. Et l'étudiant de pointer la nécessité de sauver en parallèle les zones maraîchères voisines des villes, mais mitées par l'urbanisation.

## Produire sans terre

Au Japon, au Canada et aux États-Unis naissent, sous le nom de fermes urbaines, des sortes d'usines mettant en œuvre des méthodes supersophistiquées d'hydroponie (culture dans des fibres végétales imbibées de liquide nutritif, contrôlée par ordinateur), assez éloignées de l'idée de nature ! À Paris, Agricool produit 7 tonnes de fraises par an dans un container installé en bordure du parc de Bercy. À Lyon, une ferme pilote expérimente depuis septembre dernier la culture verticale pour produire des herbes aromatiques et des pleurotes... Pour commencer.



# Vous avez manqué un numéro ?

Téléchargez-le en version digitale sur votre smartphone ou tablette



Télécharger dans  
l'App Store

DISPONIBLE SUR  
 Google play

Disponible sur PC ou Mac  
**magazines.fr**

# CRU ou CUIT, le match

Le débat bat son plein depuis qu'une certaine tendance venue des États-Unis encense le cru. Plutôt que de pousser au divorce, réconciliions-les !

Texte : Catherine Gerbod

## LE PLEIN D'ÉNERGIE

Consommer des fruits et légumes crus permet de profiter de façon optimale de leurs propriétés nutritives. "Les apports nutritifs d'un aliment cru sont deux à trois fois plus importants que ceux d'un aliment cuit", souligne Solveig Darrigo-Dartinet, diététicienne, auteure du blog *Cuisine3s* et du livre *L'Alimentation-santé, j'ai choisi* (Solar Éditions). Les produits fraîchement cueillis et ceux qui n'ont pas trempé pendant des heures dans de l'eau après épluchage sont évidemment plus riches en nutriments. La germination et la fermentation dopent aussi les qualités nutritionnelles.

La cuisson diminue le taux de vitamines hydrosolubles comme la vitamine C et les sels minéraux ou encore les oméga-3. Pour les viandes en particulier, une cuisson prolongée à plus de 90° fait perdre une partie des vitamines du groupe B et du fer, mais préserve les protéines, les acides aminés, le zinc et le sélénium.

## Le bon dosage

Chacun a sa tolérance personnelle au cru. C'est une question de goût et d'habitude. «Le cru est synonyme de vitalité, le cuit de digestion facile. Jouez l'alternance dans un repas, ou sur la journée», conseille Solveig Darrigo-Dartinet. Consommer des crudités en entrée a une logique : cela stimule les fonctions digestives.



Photos Esseoud et Robynmac / fotolia.com

## QUESTION DE GOÛT

Jolies couleurs et textures croquantes rendent les produits crus appétissants. Bien des enfants et des adultes grimacent devant des carottes, endives ou tomates cuites, mais les dévorent crues, en salade. Salades vertes et jeunes pousses sont largement présentes dans nos assiettes. À redécouvrir : la betterave crue finement tranchée à la mandoline, la courgette et le chou-fleur râpés en salade.

Le cuist révèle d'autres sensations : le fondant, l'onctueux, le caramélisé, le grillé... Nombre d'aliments ne se consomment d'ailleurs que cuits, et il serait dommage de s'en passer : la diversité alimentaire, c'est bon pour la forme !

## BONNES RECETTES

Cuisiner cru impose tout de même de transformer plus ou moins les aliments : éplucher, râper, émincer, tailler, découper, faire mariner, assaisonner, centrifuger, presser... Le cru fait ainsi le succès de recettes comme le carpaccio, le tartare, le ceviche, le sushi, le gazpacho.

De son côté, la cuisson ne détruit pas forcément tout. "La température et le temps de cuisson sont les deux facteurs à adapter pour préserver les micronutriments", souligne Solveig Darrigo-Dartinet. À éviter : cuire longtemps à haute température. Pour limiter la "casse" des atouts nutritionnels, préférez les cuissons à basse température (moins de 100°) ou en douceur, à l'étouffée, dans des ustensiles à fond bien épais qui diffusent lentement la chaleur.

## EFFET DIGESTION

Les aliments crus sont plus rassasiants. Une pomme, par exemple, cale plus qu'une compote. Et la richesse en enzymes des aliments crus repeuple la flore intestinale. C'est l'un des principaux atouts des graines germées et des aliments fermentés. On profite aussi mieux des fibres des aliments lorsqu'ils sont mangés crus, mais à condition de bien mâcher. Attention aux excès ou aux aliments pas assez mastiqués. La paroi intestinale peut être irritée, ce qui peut provoquer des troubles digestifs. La cuisson facilite la digestion.

# LA SALADE AU BŒUF THAÏE

Photo : Laurent Rouvrais - réalisation et stylisme : Judith Clavel - recette : Pascale Mosnier - accord vin : Karine Valentin



## ASSEZ FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 40 min  
Cuisson : 10 min

### POUR 4 PERSONNES

- 400 g de pavé de bœuf
- 3 sucrines ● 1 carotte ●
- 2 échalotes ● 1 oignon doux
- 1 petit poivron rouge
- 1 petit concombre
- 1 citron vert ● 3 cuil. à soupe de nuoc-mâm ● 1 cuil. à café bombée de sucre roux
- 1 petit bouquet de coriandre (ou de basilic thaï) ● 1 bâton de citronnelle ● 1 piment oiseau ● 75 g de cacahuètes salées ● 1 cuil. à soupe de graines de sésame ● 2 cuil. à soupe d'huile (de sésame de préférence)

**1** Lavez et coupez le poivron. en 2. Éliminez le pédoncule, les pépins et les filaments. Détaillez la chair en très fines lamelles.

**2** Effeuillez la coriandre. Concassez les cacahuètes. Épluchez la carotte et le concombre. Râpez la carotte (grosse grille) et coupez le concombre en dés dans un bol. Pelez et émincez finement les échalotes et l'oignon. Ôtez la première écorce du bâton de citronnelle et coupez ensuite le bâton en rondelles. Écrasez-les un peu avec le plat du couteau. Pressez le citron.

**3** Détaillez la viande en tranches de 1 cm d'épaisseur, puis recoupez-les en bâtonnets de 1 cm de large.

**4** Faites chauffer l'huile dans une poêle, saisissez-y vite la viande à feu vif en remuant sans cesse pendant 2 min environ. Égouttez-la avec une écumoire.

**Sur feu doux**, versez dans la même poêle le sucre, le jus de citron, le nuoc-mâm, le piment oiseau et la citronnelle. Remuez jusqu'à ce que le sucre soit dissous.

**Hors du feu**, mettez dans la poêle la viande, le poivron, les échalotes et l'oignon. Remuez.

**5** Nettoyez les sucrines. Coupez-les en rondelles et effeuillez-les dans un grand plat creux. Versez dessus le contenu de la poêle et parsemez de carotte, concombre, coriandre, de cacahuètes et de sésame. Servez à température ambiante.

### Le vin d'ici

Château Lestignac

Vin de France rouge *Callipyge*  
2016 (16 €)

C'est dans le Périgord que Camille et Mathias Marquet ont hérité d'un bout de terre au sud de Bergerac en 2008. Avec une vision bien précise du vin, et surtout du fruit, le couple rebat les cartes du domaine, replante entre les rangs, bannit les produits chimiques et produit un vin qui fait glouglou. Un cabernet franc dynamique au jus affûté et à la finale maligne. Un rouge qui possède le pep's, la fraîcheur et le fruit indispensables à l'exotisme de la recette.

# La crème de LA CRÈME DE CASSIS

Ingrédient essentiel des blanc-cassis, il n'a pas pris pas une ride malgré une histoire qui remonte à presque 180 ans !

Texte : Marie-Charlotte Mignucci - photo : Laurent Rouvrais

**I**l était une fois la crème de cassis, née en 1841 grâce au talent d'Auguste Denis Lagoute et Claude Joly, son liquoriste. Elle succède aux gelées médicinales et aux ratafias de cassis produits durant l'Ancien Régime et jusqu'au XVIII<sup>e</sup> siècle.

Résultat d'une longue macération à froid des baies de cassis, essentiellement le noir-de-bourgogne, dans de l'alcool surfin d'origine agricole additionné de sucre, la crème de cassis ne peut être tirée qu'avec au moins 15 degrés d'alcool et 400 g de sucre par litre.

Dès sa création, le succès est immédiat, mais c'est en 1950 qu'elle atteint la célébrité grâce au chanoine Félix Kir, maire de Dijon, et adepte du mélange bourgogne aligoté-crème de cassis de Dijon, baptisé cocktail Kir. Plusieurs variantes ont depuis conquis les amateurs comme le Kir royal (au champagne) ou le Kir breton (au cidre).

Le cassis de Dijon a été le premier cassis à obtenir, en 2012, l'Indication géographique qui consacre le savoir-faire des liquoristes dijonnais. Seulement quatre marques peuvent s'en prévaloir (cf. ci-dessous). Depuis, d'autres cassis – celui de Bourgogne en 2015 et celui de Saintonge en 2016 – ont obtenu l'IG définissant les variétés, l'origine et la quantité de fruits utilisés. ■

## LES 4 CRÈMES DE CASSIS DE DIJON

Gabriel Boudier : 17 € (70 cl), chez Nicolas.

Edmond Briottet : 17 € (70 cl), chez les cavistes.

Lejay Lagoute : 27 € (70 cl), chez les cavistes.

L'Héritier-Guyot : 5,95 € la (70 cl), en supermarchés.



# Informations commerciales

## Les chocolats Edward



EDWin et ARThur se rencontrent à l'École de Paris des Métiers de la Table et créent une chocolaterie qui allie savoir-faire français et saveurs du monde. Edward se singularise par le soin accordé à la sélection de ses ingrédients. En 2016, Edward Chocolatier a reçu deux distinctions : Tablette d'Or du Guide des Croqueurs de chocolat édition 2017, et l'Award de l'Originalité au Salon du chocolat 2016.

- Boutique Concorde - 244 rue de Rivoli, Paris I<sup>e</sup>
- Boutique Le Marais - 17 rue Vieille du Temple, Paris IV<sup>e</sup>

## Les Légendes de chez Duntze

Fondée il y a plus d'un siècle, la spécificité de la gamme est liée à la notion de terroir. Chacun des bruts de la Collection « Les Légendes » est issu d'un seul des principaux terroir de Champagne. Fraîche et féminine, cette cuvée brut Légende blanc de blancs Premier Cru est spécialement destinée à être mariée à des recettes à base de poisson et fruits de mer : bar grillé à l'anis et au citron, cassolette de conques et de noix de pétoncle, ceviche péruvien, coquilles Saint-Jacques aux feuilles d'oseille.

Suivez-nous sur les réseaux sociaux – tél. 03 26 86 00 10  
[champagne@duntze.com](mailto:champagne@duntze.com) - [www.duntze.com](http://www.duntze.com)



## Carafe à vin de Riviera & Bar

Fruit de plusieurs années de recherche, iSommelier apporte une solution inédite pour oxygénier le vin en quelques minutes seulement. iSommelier filtre l'air ambiant avec un double système de filtration. L'oxygénéation adoucit l'acidité, les tanins sont arrondis, la fin de bouche est plus soyeuse. Sublimés, les arômes révèlent tout le potentiel du vin. À l'antithèse du gadget, ce procédé performant et 100 % naturel a déjà reçu les recommandations de professionnels experts.

[www.riviera-et-bar.fr](http://www.riviera-et-bar.fr)

# UN COUPLE DU VIN

« Le futur se construit quand il franchit le temps »



**VIGNOBLES**  
Pierre Jean Larraqué

Nathalie Haussmann

UNE FEMME DU VIN



Photo CVF / Jean-Luc Barté

## Les trouvailles de Karine

# 2 CHAMPAGNES DE VIGNERONS

Pour les fiestas du printemps, voici deux bruts champenois.  
À commander en se groupant, c'est moins cher.

Texte : Karine Valentin - photos : Thierry Legay

### Champagne Didier Herbert Premier Cru Grande Réserve

Au début, il y a le grand-père Herbert qui, en 1930, rassemble 6,30 ha en Premiers et Grands Crus. Aujourd'hui, Didier et son fils, Thomas, sont à la barre de cette mosaïque de 30 parcelles réparties sur cinq villages. Ils produisent une large gamme d'étiquettes aussi variées dans leurs goûts que dans leurs assemblages.



Dans *Grande Réserve*, les trois raisins vedettes du vignoble sont assemblés à parts quasi égales : le chardonnay, le pinot noir et le meunier. Dans la gamme, on ose aussi le sublime *Les Coutures* 2008, assemblage de parcelles de chardonnay qui joue ici en solo.



Père et fils ont diminué fortement les dosages, le sucre, c'est pas leur tasse de thé ! Du coup, un petit 8 g de sucre par litre rend ce champagne encore plus fin et lui laisse le loisir de l'apéritif comme de l'entrée avec des saint-jacques en carpaccio.



Équilibre parfait avec ce nez de noisette et amande grillées, frangipane, agrumes et une pointe exotique. Très joli crayeux en bouche et délicate texture poudrée. Légèrement salée, une pointe iodée et acidulée en finale accroche le palais.

**17,90 € la bouteille au lieu de 18,30 €, soit 214,80 € le carton de 12 livré franco de port en France. Offre valable jusqu'au 31/05/2017.**



### Champagne Louis Nicaise Réserve

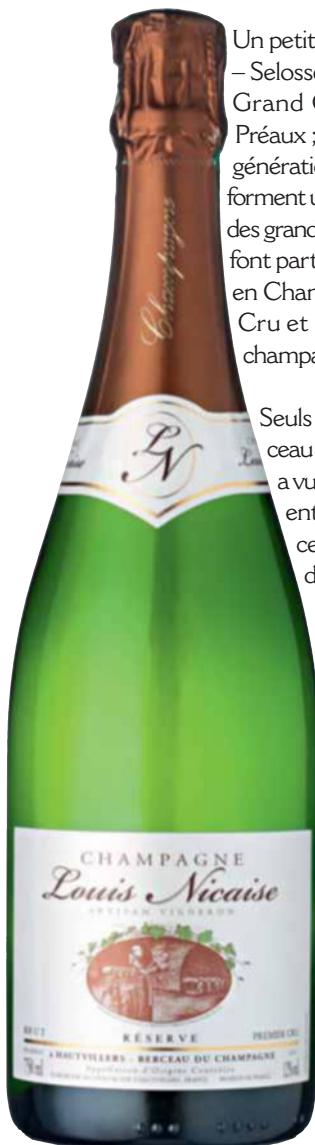
Un petit tour chez les meilleurs – Selosse et coopérative Mailly Grand Cru – pour Clément Préaux ; un héritage vigneron vieux de quatre générations pour Laure Nicaise. Ces deux-là forment un couple à l'avenir assuré au panthéon des grands vignerons champenois. Leurs cuvées font partie des meilleurs rapports qualité-prix en Champagne. Sur 9 ha classés en Premier Cru et 55 parcelles, la maison produit des champagnes peu dosés.



Seuls les raisins d'Hautvillers (berceau du champagne, dont l'abbaye a vu les travaux de Dom Pérignon) entrent dans la composition de cette cuvée qui respecte la trilogie chardonnay, pinot noir et pinot meunier.



Que d'occasions pour cette cuvée ! L'apéritif évidemment, mais aussi une cuisine épicee, des entrées froides, des saveurs iodées. Oubliez le dessert, sa matière saline n'y trouvera aucun liant.



Le nez, complexe, sur les fruits rôtis avec une touche d'amande, laisse place à une bouche étincelante, à la matière saline, la structure délicate et la finale énergique.



**18 € la bouteille au lieu de 18,80 €, soit 216 € le carton de 12 livré franco de port en France. Offre valable jusqu'au 31/05/2017.**

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL



# LE MARCHÉ DE SAISON

On y va pour les bons produits, les couleurs, les parfums mais aussi pour l'ambiance. Les marchés donnent envie de cuisiner. Suivez nos conseils et nos recettes pour profiter des savoureuses côtes et feuilles de **blettes**, de la si tendre **escalope de veau** et de la **fraise**, princesse du printemps.

Photos : Laurent Rouvrais - réalisation et stylisme : Catherine Madani - recettes : Pascale Mosnier - textes : Catherine Gerbod

## LES BLETTES

Si on les apprécie surtout l'hiver pour leurs côtes, elles reviennent dans des recettes printanières où leurs feuilles ont le rôle principal.

### Pas si bêtes

Les blettes, ou bettes ou poirées, sont d'origine méditerranéenne mais elles sont bien moins populaires que la courgette ou l'aubergine ! Ce sont de lointaines cousines de la betterave. Dans les recettes niçoises ou italiennes, ce sont surtout les feuilles qui sont utilisées. Toujours cuites, elles se cuisinent en omelette, en farce ou même en version sucrée dans la tourte niçoise aux bettes.

Leurs tiges un peu fibreuses s'appellent côtes ou cardes. À ne pas confondre avec le cardon, cousin de l'artichaut. Pourquoi les cuisiner de façon austère alors qu'elles s'associent aux raisins secs, amandes, pignons, olives, graines de moutarde, câpres, poissons fumés, à la sauce soja, truffe, feta, tomme de brebis, à l'ail, au jambon cru, citron, curry, comté, parmesan, roquefort ... Les côtes cuisent deux fois plus longtemps que les feuilles. Servez-les en salade tiède avec une vinaigrette bien relevée. Pensez-y pour les tartes salées, spaghetti, chaussons ou bricks.

### Bien les choisir

Les blettes sont vendues en vrac, bottes ou bouquets (tiges non détachées). Leurs feuilles doivent afficher un vert brillant, les côtes être cassantes et fermes. Il existe des variétés dont les côtes et les nervures sont rouges ou orange. Il était d'usage de les effiler en cassant en deux leur tige mais, aujourd'hui, c'est rarement nécessaire. Autour de 2,50 € le kilo.



### Côté nutrition

Leurs qualités nutritionnelles sont plus que convaincantes : apport énergétique léger de 20 kcal aux 100 g, richesse en fibres, phosphore et eau, apports en provitamine A, vitamine C, calcium, magnésium, potassium et fer. Consommez à la fois les feuilles et les côtes pour ne rien rater !

### Nos bons accords

La simplicité de rouges fruités pas trop corpulents leur va bien : beaujolais-villages, côtes-d'auvergne aux accents minéraux. Essayez un rosé du Sud-Ouest ou du LangUEDOC, surtout avec les plats d'inspiration méditerranéenne avec épices et raisins secs. Cuisinées avec de la crème, pensez à un blanc charnu (chignin-bergeron).

### La recette du maraîcher

#### Blettes aux pois chiches

Pour 4 personnes. Séparez les côtes et les feuilles de **1 botte de blettes**. Coupez les côtes en tronçons. Plongez-les dans un faitout d'eau bouillante **salée** 10 min. Ajoutez les feuilles et laissez encore 5 min, puis égouttez. Dans une sauteuse, faites fondre **2 gousses d'ail** écrasées avec **2 cuil. à soupe d'huile d'olive**, ajoutez les blettes, **1 boîte de pois chiches égouttés (265 g)**, **1 brin de thym** et **2 cuil. à soupe d'olives noires** dénoyautées. Faites revenir 5 min. Pour servir, ajoutez **1 oignon rouge** émincé, le jus de **1/2 citron** et **poivrez**. Servez avec un poisson ou une viande grillée.

## Blettes façon carbonara

FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 20 min

Cuisson : 25 min

POUR 4 PERSONNES

1 botte de blettes (500 g) ● 8 très fines tranches de poitrine fumée ● 4 jaunes d'œufs extra-frais ● 80 g de parmesan ● 20 cl de crème liquide ● 1 tablette de bouillon de volaille ● sel ● poivre

**1 Séparez** les côtes du vert des blettes. Effilez les côtes si nécessaire, détaillez-les en bâtonnets. Coupez le vert en grosses lanières. Rincez et épongez-les, ainsi que les côtes.

**Faites bouillir** de l'eau dans une sauteuse avec la tablette de bouillon. Plongez les côtes dans le bouillon frémissant et comptez environ 10 min de cuisson. Ajou-

tez les lanières de vert et laissez frémir encore 5 min. Vérifiez la cuisson, les côtes doivent être tendres. Égouttez-les.

**2 Disposez les tranches** de lard sur une plaque à four et placez-les sous le gril. Surveillez-les, elles doivent friser et être croustillantes. Égouttez-les sur du papier absorbant. Râpez le parmesan.

**3 Faites chauffer** la crème liquide dans une sauteuse. Ajoutez le vert et les côtes de blettes, salez, poivrez, mélangez et laissez réchauffer 5 min à feu doux.

**4 Répartissez** dans des assiettes de service, parsemez de parmesan, posez un jaune d'œuf cru au centre de chaque assiette, salez et poivrez-le, décorez avec les tranches de lard grillées et servez aussitôt.

**NOTRE BON ACCORD :** un savoie chignin-bergeron (blanc).



## Gratin de blettes aux anchois

FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 30 min

Cuisson : 55 min

POUR 4 PERSONNES

1 botte de blettes (500 g) ● 8 anchois à l'huile ● 75 g de fromage de brebis (type Etorki) ● 1 oignon ● 1 gousse d'ail ● 40 cl de lait ● 30 g de farine ● 30 g de beurre + 10 g pour le plat à four ● sel ● poivre

**1 Séparez** les côtes du vert des blettes. Effilez les côtes si nécessaire, détaillez-les en bâtonnets. Coupez le vert en grosses lanières. Rincez et épongez-les, ainsi que les côtes.

**2 Plongez les côtes** 5 min dans un faitout d'eau bouillante salée. Ajoutez les lanières de vert et laissez frémir encore 5 min. Égouttez à fond et réservez.

**Pelez et hachez** finement l'ail et l'oignon. Épongez les anchois et coupez-les en morceaux. Râpez le fromage.

**3 Dans une poêle**, faites revenir à feu doux les morceaux d'anchois, l'ail et l'oignon, en remuant, jusqu'à ce que vous puissiez les écraser à la fourchette.

**4 Préchauffez le four** à 180°. Faites fondre le beurre dans une casserole, jetez la farine en pluie, remuez au fouet et versez le lait en filet sans cesser de fouetter pour obtenir une béchamel lisse. Salez (légèrement), poivrez, ajoutez le contenu de la poêle et mélangez bien.

**5 Beurrez un plat à four**, disposez les blettes dedans, nappez de béchamel, parsemez de fromage et enfournez pour 30 min. **NOTRE BON ACCORD :** un gaillac rosé (vin du Sud-Ouest).



+ DE RECETTES AVEC  
DES BLETTES

sur cuisineetvinsdefrance.com

## L'ESCALOPE DE VEAU

Ce célèbre morceau n'en finit pas de nous régaler, en se prêtant aussi bien à des recettes ultra-classiques que créatives.

### Option tendresse

Vite cuite, elle est savoureuse même cuisinée très simplement. À la crème, panée ou en paupiette, sa popularité est toujours au zénith. Elle se met au goût du jour roulée et farcie de préparations aux céréales, légumes, fromage, fruits secs ou viande, ou encore taillée en lanières pour être cuite encore plus vite, au wok ou dans une sauteuse.

C'est dans la noix de veau et la noix pâtissière, muscles de la cuisse au grain très fin, que se taillent les escalopes les plus tendres. Elles peuvent aussi provenir de la sous-noix, troisième muscle de la cuisse ou du quasi, située entre la cuisse et le dos du veau.

Pour que le moelleux et la finesse attendus soient au rendez-vous, mieux vaut sortir la viande du réfrigérateur au moins 20 min à l'avance, la saisir à feu vif puis baisser le feu pour poursuivre la cuisson 6 ou 7 min et la laisser reposer 5 ou 10 min au chaud avant de la servir. L'arroser avec son jus de cuisson évite aussi qu'elle ne dessèche.

### Bien la choisir

L'étiquette renseigne sur l'origine de la viande. Elle doit préciser s'il s'agit de veau (moins de 8 mois) ou de jeune bovin (de 8 mois à moins de 12 mois). Comme il n'est pas facile d'avoir des détails sur le mode d'élevage, la présence d'un label Rouge ou d'un signe d'origine apporte certaines garanties. *De 20 à 30 € le kilo.*



### Côté nutrition

C'est une viande maigre donc une intéressante source de protéines. Elle apporte des acides aminés, du zinc et des vitamines du groupe B. Son apport énergétique est de 147 kcal aux 100 g mais, attention, presque du double si elle est panée !

### Nos bons accords

Les blancs et les rouges peu taniques lui vont bien. Si elle est panée, misez sur la vivacité d'un bordeaux blanc ou la gourmandise d'un beaujolais rouge. Cuisinée au citron ou farcie d'épinards et de câpres, optez pour un blanc de Provence ou du Sud-Ouest. Pour des paupiettes, dénichez un rouge à la fois puissant et souple (morgon ou saint-chinian).

### La recette du boucher

#### Saltimbocca aux pistaches

**Pour 4 personnes.** Taillez **4 escalopes (100 g pièce)** en petits rectangles d'environ 5 x 6 cm. Aplatissez-les. Posez sur chacun une feuille de **roquette (ou d'épinard)** puis un rectangle de même dimension taillé dans **4 à 6 tranches de jambon de Parme**. Fixez avec des piques de bois. Faites poêler 2 min dans **20 g de beurre** côté jambon. Retournez, parsemez de **100 g de pistaches non salées concassées**. Salez (peu), poivrez. Poursuivez la cuisson 6 à 7 min à feu moyen. Servez avec du **fenouil braisé** ou une **salade de roquette**.

# Fricassée d'escalope aux citrons et aux olives

## ASSEZ FACILE ET ABORDABLE

Préparation : 30 min

Cuisson : 15 min

### POUR 4 PERSONNES

4 escalopes de veau (environ 100 g pièce) • 1 citron confit au sel • 1 citron jaune bio • 1 poignée d'olives noires dénoyautées • 30 g de farine • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel • poivre

**1** Placez chaque escalope entre deux morceaux de film étirable sur le plan de travail, et "étalez-les" avec un rouleau à pâtisserie pour les rendre très fines. Coupez ensuite chaque escalope en lamelles d'environ 2 cm de large. Farinez-les légèrement.

**2** Râpez finement le zeste du citron bio et pressez le fruit. Détaillez le citron confit en tout petits dés. Détaillez les olives en rondelles.

**3** Faites chauffer l'huile dans une sauteuse, saisissez-y les lanières de veau à feu vif en remuant pour qu'elles dorent. Égouttez-les à l'écumoire.

À leur place, faites caraméliser les dés de citron confit 5 min, puis remettez le veau, ajoutez les zestes et le jus de citron, salez, poivrez, mélangez. Couvrez et laissez mijoter 5 min.

**1** Servez très chaud accompagné d'épinards à la crème par exemple.

**NOTRE BON ACCORD :** un languedoc blanc.



# Veau roulé à la napolitaine

## ASSEZ FACILE ET ABORDABLE

Préparation : 40 min

Cuisson : 35 min

### POUR 4 PERSONNES

4 escalopes de veau (environ 100 g pièce) • 100 g de jambon cru • 2 cuil. à soupe de câpres • 2 cuil. à soupe de raisins secs • 1 oignon • 1 boîte (1/2 format) de pulpe de tomates • 15 cl de vin blanc sec • 20 g de pignons de pin • 1 cuil. à soupe de chapelure • 30 g de farine • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • poivre

**1** Mettez les raisins secs dans un bol avec le vin et laissez gonfler.

Placez chaque escalope entre deux morceaux de film étirable sur le plan de travail et "étalez-les" avec un rouleau à pâtisserie pour les rendre très fines. Coupez ensuite chaque escalope en 2 morceaux à peu près égaux.

**2** Hachez grossièrement le jambon au couteau. Mettez-le dans une jatte avec les pignons, les câpres, les raisins égouttés (réservez le vin) et la chapelure. Poivrez (inutile de saler) et mélangez.

**3** Répartissez cette farce au bord de chaque morceau de veau et roulez la viande pour enfermer la farce. Ficelez avec de la ficelle de cuisine.

**4** Pelez et hachez l'oignon. Farinez légèrement les roulades de veau. Saisissez-les à feu vif dans une cocotte avec l'huile pour qu'elles dorent. Égouttez-les à l'écumoire et, à leur place, faites fondre l'oignon haché.

Remettez la viande, baissez le feu, ajoutez le vin des raisins et la pulpe de tomates, couvrez et laissez mijoter 25 min. Servez chaud avec du riz ou des spaghetti.

**NOTRE BON ACCORD :** un patrimonio rouge (Corse).



Retrouvez nos  
**offres spéciales d'abonnement** p. 69, p. 105,  
p. 115 et sur [www.magazines.fr/cuisineetvinsdefrance](http://www.magazines.fr/cuisineetvinsdefrance)

+ DE RECETTES AVEC  
**DES ESCALOPES DE VEAU**  
sur [cuisineetvinsdefrance.com](http://cuisineetvinsdefrance.com)

## LA FRAISE

Difficile de ne pas la croquer dès que l'hiver s'éloigne. Un peu de patience... et vous serez récompensé par un supplément de goût.

### **Fruit attendu**

Première des françaises à arriver sur les étals, la gariguette a longtemps été la chouchoute des Français (73 % connaissent son nom). De nouvelles variétés la concurrencent comme la ciflorette ou la cléry. La mara-des-bois – de mai à octobre – n'a, quant à elle, plus le monopole des fraises ayant des notes affirmées de fraise des bois : la charlotte lui fait de l'ombre.

La culture hors sol est devenue la norme et celle de pleine terre, l'exception. Jean-Philippe Gramain, fraisiculteur à Angeac-Champagne en Charente, fait les deux. Il constate que l'entretien et la cueillette sont plus aisés en hors-sol car les fraises sont cultivées en hauteur. Mais ce mode de culture nécessite une vraie technicité. De mauvais réglages ou une volonté de pousser les rendements peuvent rendre les fraises pauvres en goût. Maturité à la cueillette, délai entre la cueillette et la vente, temps de transport et de stockage au froid influencent aussi le goût.

### **Bien la choisir**

Vérifiez que les collerettes ne sont pas jaunies. Pour comparer les prix, regardez le poids des barquettes, il n'est pas standard. Évitez les grosses fraises, rarement goûteuses. Les nostalgiques des fraises de pleine terre opteront pour les IGP Périgord ou Nîmes... ou iront les cueillir dans une ferme comme celles du réseau Chapeau de paille. *De 4 à plus de 12 € le kilo selon la période, la variété et l'origine.*



### **Côté nutrition**

C'est un fruit à la fois gourmand et léger, riche en eau, qui n'apporte que 35 kcal aux 100 g. La fraise contient du potassium, du calcium, du magnésium, du fer et de la provitamine A. Elle procure plus de vitamine C aux 100 g que l'orange.

### **Nos bons accords**

Comme c'est un fruit peu sucré, le vin peut se permettre de l'être. Les vins doux naturels à base de muscat tels celui de Beaumes-de-Venise ou de Rivesaltes, ou les vins liquoreux ou moelleux comme les alsace-gewurztraminer Vendanges tardives, sauternes, monbazillac, saussignac ou jurançon lui vont bien. Les effervescents rosés aussi.

### **La recette du maraîcher**

**Mousses chocolat blanc et fraises**

**Pour 6 personnes.** Émiettez **2 ou 3 spéculoos** pour obtenir une poudre grossière. Réservez. Faites fondre **180 g de chocolat blanc** au bain-marie puis laissez tiédir. Montez en chantilly **20 cl de crème liquide** bien froide. Mélangez le chocolat blanc fondu et la chantilly très délicatement. Répartissez la mousse dans 6 verres et placez au frais. Juste avant de servir, lavez, équeutez et taillez en petits dés **500 g de fraises**. Répartissez dans les verres et poudrez de spéculoos.

# Liqueur de fraise

FACILE ET ABORDABLE

Prêt à l'avance  
Préparation : 20 min  
Cuisson : 5 min  
Attente : 1 mois + 1 jour

POUR ENVIRON 1,5 LITRE

500 g de fraises • 50 cl de vodka  
• 1 gousse de vanille • 500 g de sucre roux • 50 cl d'eau minérale

**1** Rincez les fraises. Équeutez-les, écrasez-les à la fourchette dans un saladier, versez-les dans un grand bocal. Ajoutez la vodka et les graines de vanille contenues dans la gousse fendue.

**Fermez** hermétiquement le bocal et laissez macérer pendant 1 mois dans un endroit frais, à l'abri de la lumière.

**2 Après 1 mois**, faites bouillir l'eau et le sucre dans une casserole, laissez frémir 5 min, puis laissez tiédir.

**Versez ce sirop tiède** dans le bocal avec les fraises et la vodka. Mélangez et refermez le bocal. Laissez macérer encore 24 h.

**3 Filtrez ensuite** la liqueur dans une passoire fine tapissée d'une gaze et mettez en bouteille.

## Sirope de fraise

FACILE ET BON MARCHÉ

Prêt à l'avance  
Préparation : 20 min  
Attente : 12 h  
Cuisson : 5 min

POUR ENVIRON 1,5 LITRE

1 kg de fraises • 1 kg de sucre en poudre • 1 gousse de vanille

**1 Rincez et épandez** les fraises. Équeutez-les, puis mixez-les pour obtenir une purée fine. Mettez-la dans une jatte avec les

graines de vanille contenues dans la gousse fendue, couvrez et laissez reposer 12 h au frais.

**2 Passé ce temps**, ajoutez le sucre peu à peu, en remuant pour bien le diluer. Filtrez le sirop dans une passoire fine tapissée d'une gaze et versez-le dans une casserole. Faites-le chauffer jusqu'à frémissement, éteignez le feu et écumez durant le refroidissement. Dès que le sirop est froid, mettez-le en bouteille.

## Pastilla aux fraises

UN PEU DÉLICAT, BON MARCHÉ

Préparation : 40 min  
Cuisson : 12 min

POUR 4 PERSONNES

9 feuilles de brick • 500 g de petites fraises • 2 cuil. à soupe de pistaches non salées décortiquées • 25 cl de crème liquide très froide • 40 g de beurre • 2 cuil. à soupe de sucre glace

**1 Préchauffez le four** à 180°. Faites fondre le beurre dans une petite casserole. Beurrez légèrement au pinceau les feuilles de brick et superposez-les 3 par 3.

**Poudrez** la feuille du dessus d'un peu de sucre glace à l'aide d'une petite passoire. Enfournez (en plusieurs fois si votre four n'est pas assez grand) les "paquets" de 3 feuilles pour environ 10 min de

cuisson, jusqu'à ce que les feuilles soient dorées et croustillantes. Laissez refroidir sur une grille.

**2 Pendant ce temps**, rincez, épandez et équeutez les fraises, coupez-les en lamelles.

**Montez** la crème bien froide en chantilly en incorporant à la fin le reste de sucre glace.

**Torrifiez** légèrement les pistaches à sec dans une poêle, laissez-les refroidir et hachez-les grossièrement au couteau.

**3 Juste avant de servir**, répartissez la chantilly (à la poche à douille, c'est plus joli), les fraises et les pistaches sur 2 "paquets" de feuilles de brick, superposez-les et terminez par le dernier "paquet". Servez aussitôt.

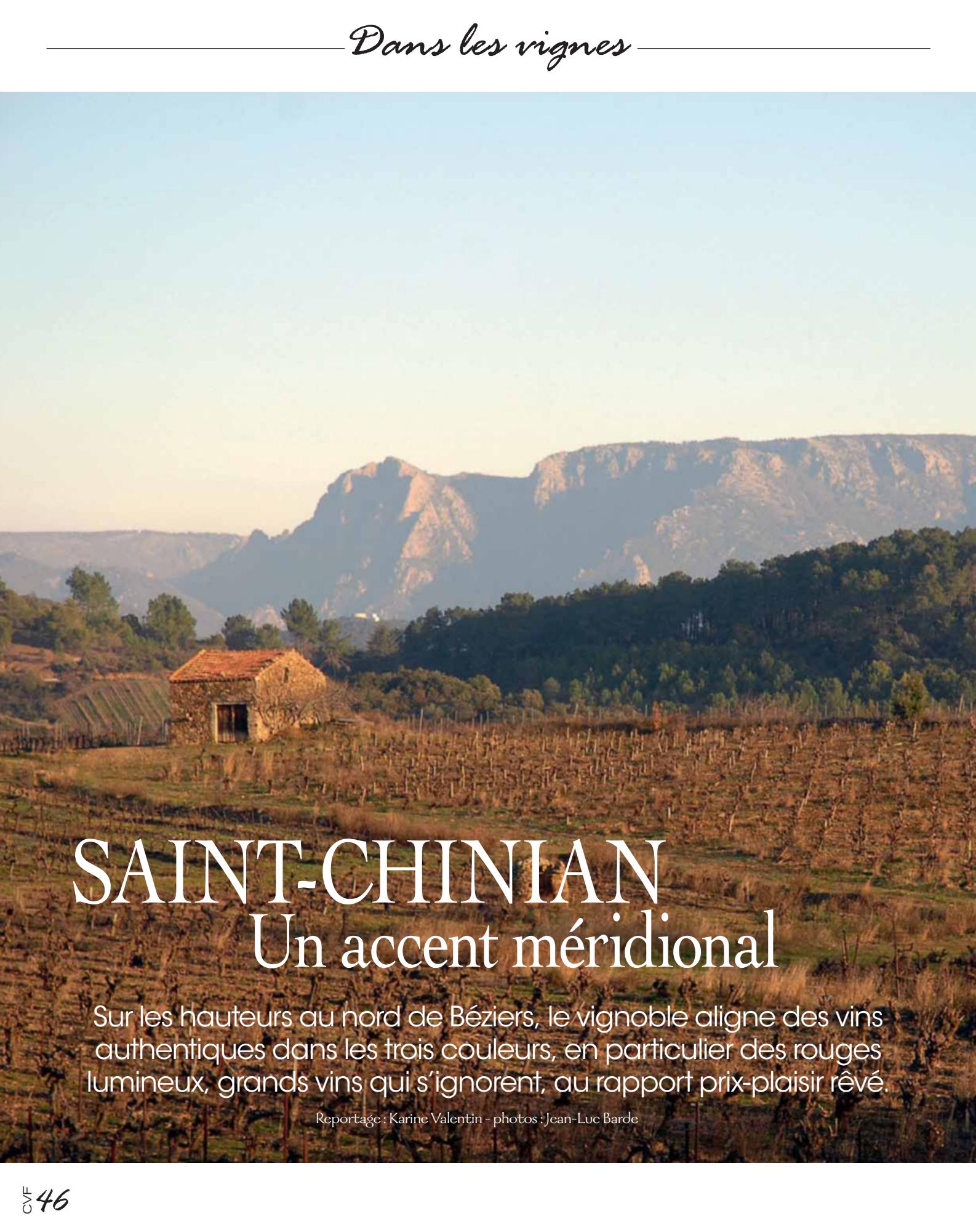
**NOTRE BON ACCORD :** un alsace-gewurztraminer Vendanges tardives (liquoreux).



+ DE RECETTES AVEC  
DES FRAISES

sur cuisineetvinsdefrance.com

*Dans les vignes*



# SAINT-CHINIAN

## Un accent méridional

Sur les hauteurs au nord de Béziers, le vignoble aligne des vins authentiques dans les trois couleurs, en particulier des rouges lumineux, grands vins qui s'ignorent, au rapport prix-plaisir rêvé.

Reportage : Karine Valentin - photos : Jean-Luc Barde



Dans son linceul de roches grises, le mont Caroux, nommé aussi «la femme allongée», nargue les Pyrénées.

**L**e placide village de Saint-Chinian s'anime soudain d'une rumeur qui enfle dans les ruelles. Même les voisines Berthe et Josette, au babilage d'ordinaire animé, restent sans voix, assises au pas de leurs portes sur des chaises qui semblent avoir leur âge. L'automobile s'arrête, le chauffeur ouvre la porte. Charles Trénet est là, immense, devant la maison de son enfance. C'était en décembre 2000, peu avant sa mort. L'ancienne étude notariale du père Trénet est désormais la Maison du vin de Saint-Chinian, un sanctuaire dont l'escalier résonne des jeux du poète narbonnais.

## LES ESSENCES EMPRISONNÉES

Une balade entre les vignes commence ici, à une demi-heure au nord de Béziers. Une région où le végétal règne en maître sous la gouvernance d'un climat tantôt despote, lorsque le vent sèche et que l'eau manque ; tantôt loyal, lorsque la chaleur inonde le pays... Un paysage de céps coincés dans les fils de fer ou libérés de tout palissage, taillés comme des gobelets ou domptés entre des piquets.

En bas, la plaine et l'or liquide pissé par les vignes des riches marchands qui bâtent à l'abri des bosquets "folies", châteaux et demeures de maître. En haut, le plateau aux terres vertueuses, aux croupes rebondies, garnies de vignes, forêts, maquis et garrigues. Entre 100 et 400 mètres d'altitude, la nature drainée par l'Orb et son vassal, le Vernazobres, respire et exhale mille parfums, ceux des fleurs de ciste – ciste de Montpellier, ciste cotonneux, ciste laurier –, ou de bruyère, romarin, thym...

À l'été, la vapeur d'eau dégagée par la garigue emprisonne les essences et les dépose sur la pruine des raisins typant le bouquet des rouges à la minéralité déjà affirmée par un sol verni. C'est un mille-feuille de roches primaires, remontées à la surface avec le bouleversement pyrénéen et dans lesquelles les trilobites (arthropodes marins fossiles) captifs des schistes sont devenus la passion de Francis Fernandez, vigneron, qui en a fait un musée. Au nord, les schistes, au sud, les argilo-calcaires, sous la coupe bienveillante de "la femme allongée", le mont Caroux.

La jeune appellation Saint-Chinian (1982) est riche de diversités au point de distinguer deux de ses vingt villages : Roquebrun et Berlou ; au point d'attirer un étranger qui investit un autre village, Assignan, pour en faire une étape de charme du tourisme viticole. Inattendue aussi l'aventure de la coopérative de Saint-Chinian, qui invite l'art à s'exprimer sur ses cuves. La fraîcheur du vin semble inspirer d'audacieuses initiatives. Si le vignoble ne voit pas la mer danser le long des golfes clairs, il sent son souffle bienfaiteur... ■

Le vignoble de Saint-Chinian compte trois coopératives, actrices majeures du vignoble, celles de Roquebrun et de Berlou, et la dynamique cave de Saint-Chinian, dont la production couvre environ un cinquième de l'appellation, avec 167 vignerons. Depuis 2013, la cave déploie un projet artistique, L'Art en cave. À chaque millésime, un artiste crée une fresque monumentale sur une cuve, qui donne lieu à une cuvée. C'est Aurel qui s'est emparé du 2015.

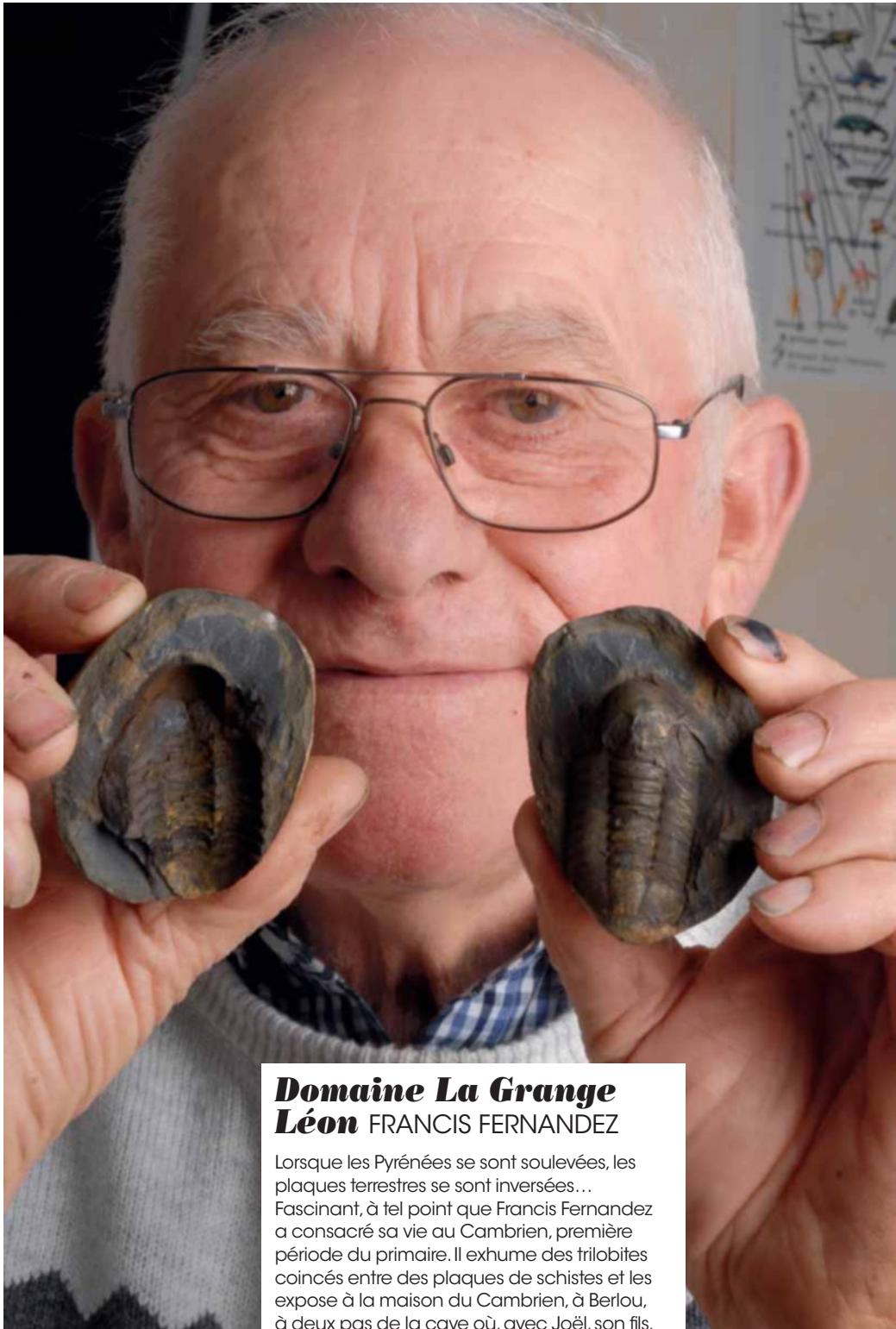


## Château Cazal Viel

### HENRI ET LAURENT MIQUEL

En 2000, Henri Miquel, syndicaliste dans l'âme, entrepreneur né et vigneron, pose les fondations de l'entreprise Miquel, en attendant l'arrivée de Laurent. Parti étudier outre-Manche, le fils prodigue revient pour développer l'affaire. L'ascension est alors fulgurante : de 36 ha, le domaine passe à 70, devient la plus grande propriété particulière de Saint-Chinian et fonde un négocie partenaire. Aujourd'hui, 3 millions de bouteilles sortent chaque année de l'entreprise, à la pointe de la technologie. Les Miquel ont inventé l'artisanat industriel, les vignes sont irriguées, une nouvelle taille (la taille palmette) est introduite, les vins gardent un caractère classique délicieux. Le rouge Vieilles Vignes 2015 (12 €) est le saint-chinian tel qu'on l'imagine, vin de garde gourmand et racé.





## Domaine La Grange Léon FRANCIS FERNANDEZ

Lorsque les Pyrénées se sont soulevées, les plaques terrestres se sont inversées...

Fascinant, à tel point que Francis Fernandez a consacré sa vie au Cambrien, première période du primaire. Il exhume des trilobites coincés entre des plaques de schistes et les expose à la maison du Cambrien, à Berlou, à deux pas de la cave où, avec Joël, son fils, il produit parmi les meilleurs saint-chinian sur un vignoble de 20 ha... de schistes, cela va de soi. Saint-chinian Berlou 2014 *D'une Main à l'autre* (16 €), vin effronté aux odeurs de maquis, rondeur et tension géniales. *L'Insolent* 2015 (7,50 €), une gourmandise aux tanins croustillants, le profond *Audacieux* (9,50 €) au parfum spectaculaire de violette et réglisse.

## Notre sélection

### Domaine des Jougl

Ancestrale 2012 - 7,70 €

Sur ce domaine familial, le commerce est l'affaire d'Alexandre et les vinifications celle de Laurence. Un nez sur les épices, les cistes et le thym avec un fruit très net derrière une rondeur et une matière séveuse. On a le tanin souple typique de l'appellation et la fraîcheur d'une finale engageante.

### Clos la Rivière 2014 - 8 €

Voilà un sudiste qui, pourtant, ne fait pas ses 14,5 degrés d'alcool. On aime les jolis tanins frais et moelleux dans cet assemblage de syrah et grenache issu d'un doublé de sols : l'argilo-calcaire et les schistes. C'est ce terroir qui donne à la fois des vins toniques et des tanins veloutés dus à l'altitude.

### Domaine des Païssels

Le Banel 2015 - 8 €

Le domaine créé en 2011 entre 150 et 250 mètres d'altitude possède de très belles vignes taillées en «gobelets». Cette taille traditionnelle devenue rare permet au soleil de rentrer à l'intérieur du pied en laissant de l'ombre aux raisins. Elle impose une vendange manuelle. Le vin prend la fraîcheur des schistes et livre un nez épiced avec cette nature un peu affolante des vins du Sud.

### Mas de Cynanque

Plein Grès 2014 - 9 €

Une texture de rêve ! La concentration est parfaite, le fruit rouge lumineux, épice, les tanins gorgés de sève et la finale sur la violette et la réglisse. Quelle réussite pour Violaine et Xavier de Franssu investis sur leur domaine créé en 2004 et qui montre que les jeunes œnologues, libérés du poids de la technologie, maîtrisent la viticulture en virtuoses.



## Notre sélection

### Mas Champart

Cote d'Arbo 2015 - 9,20 €

Cette matière lumineuse et délicate avec, en milieu de bouche, la révélation d'un terroir fin et la finale à la fois musclée et fraîche, c'est la signature des argilo-calcaires du sud de l'appellation. Ajoutez à cela la justesse des vinifications et les élevages rigoureux, vous comprenez pourquoi le domaine est une référence.

### Borie La Vitarèle Les Terres

Blanches 2015 - 9,90 €

Depuis sa création en 1990, le domaine est l'un des phares de l'appellation. Après le décès brutal de Jean-François en 2014, Cathy Izarn et sa fille, Camille, continuent l'aventure sur les 18 ha en bio et biodynamie. Le trio classique, grenache, syrah et mourvèdre, pour cette cuvée ronde et fruitée, sous la tension du minéral.

### Vignerons de Saint-Chinian

Alma 2014 - 10 €

Outre la politique de qualité, la communication artistique via le projet L'Art en cave donne un coup de projecteur sur la coopérative. Alma pose un vin moderne, gourmand et velouté comme les autres, doté en sus de la verticalité radieuse de 2014.

### Cave de Roquebrun

Saint-Chinian Roquebrun

Roches Noires 2014 - 10,10 €

La singularité de Roquebrun s'apprécie dans ses vins et lors d'une visite dans le village ou micro-climat rare qui autorise la culture d'orangers, citronniers, mimosas et cactus. Cette cuvée se parfume d'une touche de cacao sur un fruit gourmand, avec des tanins croquants en finale.



### Thierry Navarre

Défenseur du raisin authentique, Navarre ne produit qu'une partie de sa récolte en AOC, l'autre est en Vin de France car issue de raisins anciens remis en culture par une poignée de vignerons de la même trempe. Le résultat donne la batterie de cuvées, toutes aussi délicieuses, sincères et uniques, que le vigneron de Roquebrun propose pour un prix d'une douceur irrésistible. Dans le désordre, on adore : le soyeux et floral Ribeyrenc (10 €), du nom du plus ancien raisin du Languedoc conservé par le père et greffé; le Vin d'Oeillades (7 €) baptisé comme son cépage, cousin du cinsault, vin populaire frais et léger à déguster dans son plus simple appareil; les saint-chinian la Cuvée Olivier (12 €) et Le Laouzil (8 €), terme occitan pour désigner les petites lauzes (cailloux de schistes). Ces deux-là font loucher à la vue du degré alcoolique : la fraîcheur c'est possible, même à 14,5° !



## La cave les Coteaux de Berlou

À la cave coopérative de Berlou, il y a toujours un vigneron pour vous accueillir. Ils sont onze à s'être fédérés dans cet outil commun et tiennent à tour de rôle la boutique, 7 jours sur 7. La coopérative porte bien sa cinquantaine et produit, sur 200 ha, une jolie gamme de vins de schistes. Pour les découvrir, inscrivez-vous à la promenade de Bacchus organisée en mai par la cave : 8 km à pied avec des pauses gourmandes dans le vignoble pour goûter *Terroir Calisso* 2014 (6,90 €), frais sous son manteau de vieilles vignes de carignan, *Terre de Loup* 2013 (9,20 €) ou *Château des Albières* 2013 (9,40 €), aux tanins poudrés.

## Domaine la Madura

CYRIL ET NADIA BOURGNE

Cyril a mis la main à quelques millésimes de Lynch Bages, dans le Médoc, et de Fieuzal, dans les Graves, avant de revenir au pays en 1998. Nadia travaillait à Air France mais les pieds sur terre, c'est mieux pour déguster ! Schistes, argilo-calcaire, grès se partagent les 12 ha orientés mourvèdre et carignan. Fermes dans leur jeunesse, les vins prennent leur temps pour laisser apparaître les parfums d'épices et de garrigues. *Classic* 2015 (11,50 €) à ne pas ouvrir avant 4 ans, *Classic* 2014 (11,50 €) et *Grand Vin* 2014 (18,90 €).



## Clos Bagatelle

CHRISTINE SIMON-DELEUZE

Ce domaine de 60 ha s'est transmis par les femmes; la troisième génération joue la parité: Christine et Luc Simon sont frère et sœur. Lui à la vigne, elle au commerce et tous les deux en cave pour produire des vins radieux. Tous les types de sols sont mis en valeur dans une gamme au charme fou. Superbe *Colline* 2015 (7,90 €), grenache, carignan et syrah sur les grès, à la matière généreuse et aux effluves de réglisse ; *Donnadieu* 2015 (9 €), minéral, aux tanins croquants et poudrés du terroir de schiste ; *Au fil de Soi* 2014 (12 €), classique d'une belle finesse et d'une tendre intensité.

# Dans les vignes

## Notre sélection

### Les Éminades Cebenna

2014 - 12,50 €

Le nez de ce rouge de syrah, grenache et mourvèdre sent la roche chauffée au soleil et les épices. La bouche racée doit beaucoup à une vinification en adéquation avec son terroir de grès. La cuvée a pris la garrigue à plein nez et signe la gourmandise des vins de ce jeune domaine créé en 2002.

### Domaine Canet Valette

Une et Mille Nuits 2014 - 12,50 €

Grâce à son domaine créé en 1992 et passé en bio en 1999, Marc Valette est devenu un ambassadeur de choix pour Saint-Chinian. Les épices, le fruit, les notes de garrigue et de curry, et le boisé soigné issu d'un élevage en demi-muids donnent son tempérament lumineux à cet assemblage mourvèdre, syrah, grenache, carignan et cinsault.

### Château La Dournie

Étienne 2013 - 13 €

Dans la famille Étienne depuis six générations, le domaine se partage entre vins d'appellation sur les coteaux de schiste et vins de pays dans la plaine. Au total, 45 ha, dont 20 en AOC. Violette, Zan, fruits noirs et moka, une parfaite amplitude et une très belle tension pour ce rouge qui a passé 12 mois en fûts de chêne et 12 en cuves.

### Domaine du Vieux Chai Roquebrun

Mille et un Ceps 2013 - 15 €

Un fruit tendre dans les vins de ce domaine familial de 10 ha repris par les sœurs Florence et Sophie Jean. Sur les marchés, les foires, les salons, elles proposent des rouges intimes et croquants, aux notes de garrigues en finale. Laurier et épices pour *Terrasses de Ceps* (8,50 €), et un tendre *Joli Ceps* (7,50 €).



Le village d'Assignan  
(à gauche).

Ci-dessus, Roquebrun,  
village du parc naturel  
régional du Haut  
Languedoc.

## LE VIGNOBLE EN BREF

**Situation :** à 30 km au nord-ouest de Béziers.

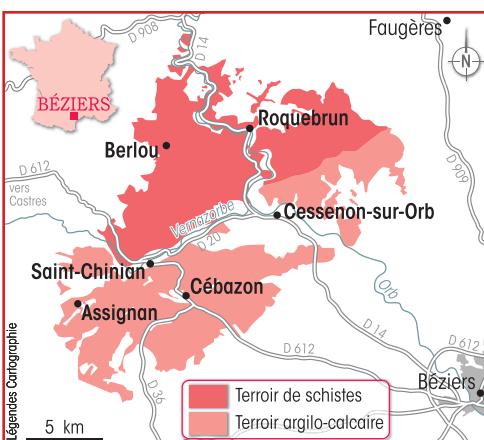
**Le relief :** il se compose de deux montagnes, le Caroux et l'Espinousse, et de deux cours d'eau, l'Orb et le Vernazobres, à une altitude de 100 à 400 mètres.

**Le terroir :** il est de schistes et de grès de l'aire primaire au nord, d'argilo-calcaires au sud.

**L'aire d'appellation :** elle recoupe 6 500 ha sur 20 villages, mais seuls 3 100 ha en production.

**Les raisins rouges :** syrah, grenache, mourvèdre, carignan et cinsault.

**Les cépages blancs :** grenache blanc, marsanne, roussanne, vermentino, viognier, clairette, carignan blanc, maccabeu, bourboulenc.



## UN PEU DE TOURISME

**Village Castigno.** Avec leur hôtel "éclaté", déployé dans tout le village, Tine et Marc Verstraete, un couple belge amoureux du vin, ont réveillé Assignan, petit bourg endormi de moins de 200 âmes. Tombé sous le charme du vignoble de Saint-Chinian, le couple a d'abord acquis le domaine viticole du Château de Castigno, puis acheté et retapé des maisons en ruine, créant des chambres d'hôte au confort douillet, une épicerie, une école du vin, un restaurant thaï et, surtout, une maison d'amis à la déco ébouriffante avec ses tonalités lie de vin, fuchsia, rouge, violet, signature du Village (de 125 à 295 € la nuit).

**Château les Carrasses.** À Quarante, ce château du xix<sup>e</sup> siècle, magnifiquement rénové, abrite une excellente table, des chambres aux très beaux volumes et de petites maisons avec piscine en location. Un lieu de villégiature luxueux et raffiné (à partir de 159 €).

## LA CURIOSITÉ DU VIGNOBLE

**La maison du Cambrien.** Intime et émouvant musée préhistorique, qui regroupe la plus formidable collection de trilobites du Cambrien. Ouvert sur rendez-vous, prix d'entrée laissé à l'appréciation des visiteurs.

## POUR ACHETER LES VINS

Les vins des vigneron cités dans notre article sont en vente à la maison des vins de Saint-Chinian et sur son site Internet.

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL

*Dans ces pages, tous les prix sont donnés à titre indicatif.*

# TARTES, TOURTES, FRIANDS... NOUS FONT CRAQUER!

Composées de légumes, de viande ou de poisson, nos recettes, si faciles à réaliser, se posent dans leur écrin de pâte au centre de la table pour être dégustées en entrée ou en faire tout un plat. Croustillantes et délicieuses...



## Tourte de Pâques aux blettes

ASSEZ FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 40 min  
Cuisson : 1 h

POUR 6 PERSONNES

600 g de pâte brisée (doublez les proportions de notre recette ci-dessous) • 1 botte de blettes (500 g) • 3 œufs • 500 g de ricotta • 1 gousse d'ail • 4 cuil. à soupe de raisins secs blonds • 4 cuil. à soupe de pignons de pin • 50 g de parmesan fraîchement râpé • 20 g de beurre • noix de muscade râpée • sel • poivre

**1 Faites un peu griller** les pignons à sec dans une poêle. Pelez et hachez finement l'ail.

**2 Séparez** les côtes du vert des blettes. Effilez les côtes si nécessaire, détaillez-les en bâtonnets. Coupez le vert en lanières. Rincez et épongez le tout.

**Plongez** les côtes 5 min dans de l'eau bouillante salée, ajoutez les lanières de vert et prolongez la cuisson 5 min. Égouttez à fond en pressant entre vos mains.

**Dans une cocotte**, faites-les revenir avec le beurre et l'ail à feu doux 10 min. Laissez refroidir.

**3 Dans une jatte**, mélangez la ricotta, les blettes, les raisins, 2 œufs, les pignons et le parmesan. Salez, poivrez, parfumez de muscade et remuez pour obtenir une farce homogène.

**4 Préchauffez le four** à 180°. Partagez la pâte en 2 pâtons et étalez-les au rouleau en 2 disques. Disposez-en un dans un moule à manqué tapissé de papier cuisson. Versez la farce dans le moule, égalisez-la, puis recouvrez avec l'autre disque de pâte. Soudez les bords en les pinçant, piquez le dessus de la tourte à la fourchette. Vous pouvez aussi former des "feuilles" de pâte à l'emporte-pièce et les disposer sur la farce.

**5 Badigeonnez** le dessus avec le dernier œuf battu et enfournez pour 40 min. Servez la tourte bien dorée à la sortie du four.

**NOTRE BON ACCORD : un saint-joseph blanc (Rhône).**

## Pâté en croûte

ASSEZ FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 40 min  
Cuisson : 2 h  
Réfrigération : 3 h  
Attente : 1 h

Prêt à l'avance

POUR 8 À 10 PERSONNES  
600 g de pâte à pâté (voir notre recette p. 59) • 5 œufs • 450 g d'épaule de veau désossée • 450 g de jambon blanc en tranches épaisse • 1 bouquet de persil plat • 25 g de farine • 1/2 sachet de gelée instantanée (type Maggi) • sel • poivre

**1 Sur un plan de travail fariné**, étalez les 2/3 de la pâte en un grand rectangle. Garnissez-en aussitôt un moule à cake tapissé de papier sulfurisé (environ 30 x 11 cm) en laissant la pâte dépasser des bords. Étalez le reste de pâte en un rectangle à la dimension du moule, réservez-le.

Détaillez la viande de veau et le jambon en tout petits dés, ciselez le persil. Mélangez-les dans un saladier avec sel et poivre.

**2 Faites durcir 4 œufs** 10 min dans une casserole d'eau bouillante salée (le sel facilite "l'écalage"), rafraîchissez-les sous l'eau froide, puis écalez-les.

**3 Préchauffez** le four à 180°. Disposez une couche épaisse de viande dans le moule, couchez les œufs durs, recouvrez avec le reste de viande et tassez un peu.

**Couvrez avec la pâte** réservée, pincez les bords entre les doigts pour les souder. Découpez l'excédent au couteau et faites-en des décors pour poser sur le pâté.

Pratiquez 2 cheminées et maintenez-les avec de petites bandes de papier-alu repliées sur elles-mêmes pour les consolider.

**4 Badigeonnez** le pâté avec le dernier œuf battu et enfournez pour 30 min, puis baissez le four à 160° et poursuivez la cuisson 1 h 30. Couvrez le pâté avec du papier-alu s'il colore trop vite.

**5 Sortez le pâté** du four et laissez-le reposer 15 min, pendant que vous préparez la gelée selon les instructions du sachet. Versez-en petit à petit par les cheminées. Laissez le pâté refroidir complètement. Mettez-le au moins 3 h au réfrigérateur, puis sortez-le 1 h avant de le couper en tranches pour le déguster.

**NOTRE BON ACCORD : un beaujolais-villages.**

VEGGIE



Prêt à l'avance

## Pâte brisée

Pour 300 g de pâte

Coupez 100 g de beurre en petits dés, mettez-les dans la cuve d'un robot avec 200 g de farine, 1 pincée de sel et 1 cuil. à soupe rase de sucre. Pétrissez par à-coups (pour éviter que la pâte ne durcisse) en incorporant environ 10 cl d'eau. Formez une boule. Filmez-la et laissez reposer au moins 2 h au frais.

VEGGIE



## Friand à la viande

### FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 15 min  
Cuisson : 40 min

### POUR 4 PERSONNES

- 1 rouleau de pâte feuilletée** ●  
**300 g de viande de veau hachée**  
 ● **100 g d'allumettes de lard fumé** ● **1 oignon** ● **1 œuf** ●  
**5 brins d'aneth** ● **25 g de beurre**  
 ● **1 cuil. à soupe de paprika** ● **sel** ●  
**poivre**

**1** Pelez et hachez l'oignon, faites-le blondir dans une poêle avec le beurre pendant 5 min.

**Ajoutez les lardons**, laissez un peu doré puis ajoutez la viande hachée et continuez la cuisson encore 5 min. Ajoutez les brins d'aneth ciselés, le paprika, sel et poivre. Laissez refroidir.

**2** Préchauffez le four à 200°. Battez l'œuf en omelette, réservez-en 2 cuillerées à soupe pour doré la pâte et mélangez le reste au contenu refroidi de la poêle.

**3** Déroulez la pâte sur une plaque à four avec son papier cuisson. Disposez la farce dessus et repliez la pâte sur elle-même. À l'aide d'un pinceau, badigeonnez la pâte avec le reste d'œuf battu. Enfournez pour 30 min. Servez chaud.

**NOTRE BON ACCORD :** un côtes-du-rhône-villages Gadagne (rouge).

### L'astuce de CVF

Vous pouvez réaliser des croisillons sur le friand avec la pointe d'un couteau après avoir doré la pâte.

## Friand au chou et au fromage

### ASSEZ FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 30 min  
Cuisson : 55 min

### POUR 4 À 6 PERSONNES

- 1 paquet de pâte filo** ● **1 quart de chou frisé** ● **2 pommes de terre**  
 ● **180 g de feta** ● **1 oignon rouge**  
 ● **10 brins d'aneth** ● **2 œufs** ●  
**1 cuil. à soupe de sésame blond**  
 ● **2 cuil. à soupe de crème épaisse** ● **2 cuil. à soupe d'huile**  
 ● **30 g de beurre** ● **le jus de 1 citron** ● **sel** ● **poivre**

**1** Émincez finement le chou. Pelez les pommes de terre et coupez-les en cubes. Plongez le tout dans un faitout d'eau froide, salez et portez à ébullition. Comptez alors 15 min de cuisson. Égouttez et réservez.

**2** Préchauffez le four à 200°. Pelez l'oignon et coupez-le en dés. Faites-le blondir 5 min dans une grande poêle avec l'huile.

**Ajoutez les légumes réservés** et continuez la cuisson 2 min. Ciselez l'aneth, ajoutez-le avec la crème épaisse et le jus du citron. Salez et poivrez et laissez 5 min sur feu doux.

**3** Cassez les œufs et ajoutez-les, hors du feu, dans la poêle des légumes ainsi que la feta émiettée. Mélangez bien en écrasant le tout à la fourchette.

**4** Faites fondre le beurre (sur feu doux ou au micro-ondes). Superposez 4 feuilles de filo en les badigeonnant de beurre fondu au fur et à mesure. Déposez de la farce sur la longueur de la pâte et roulez les 4 feuilles sur elles-mêmes en boudin.

**Recommencez** l'opération avec les autres feuilles.

**5** Beurrez un moule à manqué et déposez les boudins dans un plat de façon à former un escargot. Parsemez de graines de sésame et enfournez pour 25 min jusqu'à ce que le friand soit bien doré. Servez chaud.

**NOTRE BON ACCORD :** un crémant d'Alsace.

### Prêt à l'avance

Pour vous organiser, vous pouvez préparer la garniture quelques heures à l'avance mais n'assembliez le friand qu'au moment d'enfourner.



## Feuilletés aux champignons et au jambon

### FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 15 min  
Cuisson : 25 min

### POUR 4 PERSONNES

- 250 g de pâte feuilletée en pâton (à commander chez votre pâtissier, ou décongelée)** ● **400 g de champignons de Paris** ● **100 g de mascarpone** ● **3 œufs** ● **75 g d'allumettes de jambon** ● **150 g de comté** ● **25 g de beurre** ● **sel** ● **poivre**

**1** Préchauffez le four à 180 °. Lavez rapidement les champignons, émincez-les. Dans une poêle, faites mousser le beurre et faites-y sauter les champignons environ 10 min, jusqu'à ce qu'ils perdent leur eau de végétation.

**2** Râpez le comté. Dans un saladier, cassez 2 œufs et battez-les avec le mascarpone. Ajoutez le fromage râpé, salez et poivrez.

**3** Étalez la pâte feuilletée en un grand carré. Détaillez-le en 4 carrés égaux (environ 12 x 12 cm). Tapissez une plaque à four de papier cuisson. Posez les carrés de pâte dessus. Répartissez la préparation au fromage au centre. Parsemez de jambon et de champignons. Ramenez les 4 coins de pâte vers le centre en les pinçant.

**4** Dorez les feuilletés avec le dernier œuf battu, à l'aide d'un pinceau. Enfournez pour 15 min de cuisson. Servez chaud.

**NOTRE BON ACCORD :** un touraine rouge (Vallée de la Loire).



## Koulibiac de saumon

### UN PEU DÉLICAT ET ABORDABLE

Préparation : 45 min  
Cuisson : 1 h 15

### POUR 6 PERSONNES

**500 g de pâte feuilletée (décongelée ou commandée chez le pâtissier)** • **600 g de filet de saumon frais** • **250 g de champignons de Paris** • **500 g d'épinards** • **250 g de riz blanc** • **6 œufs + 2 jaunes** • **5 brins d'aneth** • **1 sachet de court-bouillon** • **le jus de 1 citron** • **100 g de beurre** • **sel** • **poivre**

**1 Dans un faitout**, délayez le court-bouillon dans 1,5 litre d'eau froide. Portez à ébullition et faites-y pocher le saumon 15 min.

**2 Pendant ce temps**, lavez les champignons, éliminez les pieds et émincez-les. Faites-les cuire à feu moyen dans une poêle avec 25 g de beurre environ 10 min, jusqu'à ce qu'il n'y ait plus d'eau.

**Lavez et triez** les épinards, hachez-les grossièrement au couteau, faites-les "tomber" dans une sauteuse avec 25 g de beurre. **Faites durcir** 5 œufs 10 min dans une casserole d'eau bouillante salée (le sel facilite «l'écaillage»), puis rafraîchissez-les sous l'eau froide. Écalez-les.

**C'est bon avec...**  
... une salade verte et de la crème épaisse battue avec le jus de 1 citron et des herbes fraîches ciselées.

**3 Sortez le saumon** du bouillon et dans le même faitout, faites cuire le riz 10 min, puis égouttez.

**4 Détachez** la chair du poisson en petits morceaux à la fourchette. Ciselez l'aneth. Faites fondre le beurre restant et battez les 2 jaunes d'œufs. Mélangez tous ces ingrédients dans un grand saladier avec les épinards, les champignons, le riz, le jus de citron, sel et poivre.

**5 Préchauffez le four** à 180°. Étalez la pâte en 2 rectangles. Placez-en un sur la plaque du four tapissée de papier cuisson. Disposez la moitié de la préparation. Couchez dessus les œufs durs. Recouvrez avec le reste de la préparation. Posez l'autre rectangle de pâte. Mouillez les bords et pincez-les pour les souder.

**6 Badigeonnez la surface** avec le dernier œuf battu. Enfournez pour 40 min de cuisson. Servez le koulibiac bien chaud.

**NOTRE BON ACCORD :** un muscadet-sèvre-et-maine (blanc de la Vallée de la Loire).

## Pie d'agneau aux petits pois

### ASSEZ FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 35 min  
Cuisson : 55 min

### POUR 6 PERSONNES

**300 g de pâte brisée** (voir notre recette p. 55) • **500 g d'épaule d'agneau désossée et dégraissée** • **250 g de petits pois écossetés** • **12 petits oignons frais** • **1 gros oignon** • **2 gousses d'ail** • **1 citron confit au sel** • **1 jaune d'œuf** • **1 cuil. à café de fond de veau en poudre** • **1 cuil. à café de sucre** • **50 g de beurre** • **sel** • **poivre**

**1 Beurrez** un moule à manqué. Pelez et hachez le gros oignon et l'ail. Détaillez la viande en lamelles. Pelez les petits oignons en laissant un peu de tige verte. Coupez le citron confit en petits dés.

**2 Faites fondre** 20 g de beurre dans une poêle, mettez les petits oignons à fondre doucement, poudrez-les de sucre et laissez mijoter à feu doux jusqu'à ce qu'ils soient dorés.

**Dans le même temps**, plongez les petits pois 2 min dans une casserole d'eau bouillante salée, égouttez-les.

**3 Faites fondre** le reste de beurre dans une sauteuse. Mettez l'oignon et l'ail hachés à fondre doucement, puis ajoutez les lamelles de viande et le citron. Salez, poivrez, poudrez de fond de veau, versez 10 cl d'eau, mélangez et laissez réduire 10 min (il ne doit plus rester de liquide).

**Ajoutez** alors les petits oignons et les petits pois, vérifiez l'assaisonnement, mélangez. Versez cette préparation dans le moule. Laissez refroidir.

**4 Préchauffez le four** à 180°. Étalez la pâte au rouleau, couvrez-en le moule en rentrant les bords à l'intérieur. À l'aide d'un pinceau, badigeonnez la surface avec le jaune d'œuf battu. Enfournez pour 30 min environ. Servez très chaud.

**NOTRE BON ACCORD :** un saint-véran (blanc de Bourgogne).

## Tourte à la saucisse de Toulouse et aux pommes

### ASSEZ FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 40 min  
Cuisson : 40 min

### POUR 4 PERSONNES

**450 g de pâte à pâté** (cf. notre recette ci-contre) • **450 g de saucisse de Toulouse** • **2 gros oignons rouges** • **2 petites pommes fermes** • **2 cuil. à soupe de moutarde de Meaux** • **1 petit bouquet de sauge** • **2 cuil. à soupe de calvados** • **1 œuf** • **20 g de beurre** • **20 g de farine** • **sel** • **poivre**

**1 Sur un plan de travail fariné**, étalez les 2/3 de la pâte en un grand disque. Garnissez-en aussitôt un moule à manqué tapissé de papier cuisson. Étalez le reste de pâte, détaillez-le en une dizaine de longues bandes (1,5 cm de large).

**2 Pelez et hachez** les oignons. Effeuillez et ciselez la sauge. Ôtez la peau de la saucisse. Épluchez les pommes, coupez-les en pe-

tits dés en éliminant le cœur et les pépins.

**3 Faites chauffer** le beurre dans une grande poêle, mettez les oignons à fondre sans colorer, 5 min, puis ajoutez la chair de la saucisse en l'écrasant à la spatule et mélangez sur feu moyen jusqu'à ce qu'elle commence à dorer. Hors du feu, ajoutez la moutarde, les pommes, le calvados et la sauge. Salez, poivrez, mélangez et laissez refroidir.

**4 Préchauffez le four** à 200°. Versez la farce à la saucisse dans le moule à manqué. Disposez dessus les bandes de pâte en croisillons. Pincez leurs extrémités avec la pâte du dessous pour les souder.

**Badigeonnez** avec l'œuf battu et enfournez pour 30 min environ, jusqu'à ce que la pâte soit bien dorée. Servez chaud.

**NOTRE BON ACCORD :** un irancy (rouge de Bourgogne).



## Pâte à pâté

Pour 600 g de pâte

Dans un grand saladier, mélangez

450 g de farine avec 1 grosse pincée de sel et 1 cuil. à soupe rase de sucre glace. Faites un puits au milieu. Versez-y 1 œuf battu, rabattez la farine dessus. Dans une petite casserole, faites chauffer 20 cl d'eau. Ajoutez 80 g de beurre en dés et 80 g de saindoux. Portez à ébullition. Versez dans le saladier en remuant à la spatule, jusqu'à ce que la pâte soit homogène.

Utilisez-la aussitôt pour garnir le moule car elle durcit en refroidissant.

Pour notre recette de tourte (ci-contre), il faut 450 g de pâte, les proportions sont donc 340 g de farine, 60 g de beurre, 60 g de saindoux, 1/2 cuil. à soupe de sucre glace, et toujours 1 pincée de sel.

VEGGIE

VEGGIE

+ DE RECETTES DE TARTES,  
TOURTES, FRIANDS... SUR  
[cuisineetvinsdefrance.com](http://cuisineetvinsdefrance.com)

## Quiche aux poireaux, miel et curry

**FACILE ET BON MARCHÉ**

Préparation : 20 min  
Cuisson : 35 min

**POUR 6 PERSONNES**

- 300 g de pâte brisée (voir notre recette p. 55) • 4 gros poireaux
- 2 cuil. à soupe de miel liquide
- 2 cuil. à soupe rase de curry en poudre • 20 cl de crème épaisse
- 2 œufs • 20 g de beurre • sel

**1** Supprimez les 2/3 du vert des poireaux. Coupez le reste en rondelles, rincez-les soigneusement, épongez-les.

**Faites fondre le beurre** dans une cocotte. Mettez les poireaux à

fondre doucement, salez, poivrez, laissez mijoter jusqu'à ce qu'il n'y ait plus d'eau (environ 10 min), puis laissez tiédir.

**2 Préchauffez le four** à 180°. Étalez la pâte en disque, garnissez-en un moule à tarte tapissé de papier cuisson.

**3 Dans un bol**, fouettez à la fourchette les œufs avec la crème, le miel et le curry. Salez. Répartissez les poireaux sur la pâte, versez dessus la crème au curry et enfournez pour 25 min environ, jusqu'à ce que la quiche soit dorée. Servez chaud ou tiède.

**NOTRE BON ACCORD :** un mont-louis-sur-loire sec.



## Tarte aux artichauts sans bords

**UN PEU DÉLICAT MAIS BON MARCHÉ**

Préparation : 30 min  
Cuisson : 35 min

**POUR 4 PERSONNES**

- 1 rouleau de pâte feuilletée (rectangulaire de préférence) • 8 artichauts poivrade • 3 oignons frais • 1 gousse d'ail • 200 g de fromage de chèvre frais (type Chavroux ou Petit Billy) • 50 g d'olives noires dénoyautées • 1 brin de thym • 1 brin de romarin • 1 brin de basilic • le jus de 2 citrons • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel • poivre

**1 Enlevez** les premières feuilles des artichauts et, à l'aide d'un couteau pointu, tournez autour du cœur pour enlever les feuilles dures. Coupez le haut des feuilles, puis recoupez chaque

artichaut en deux puis en fines lamelles. Citronnez-les afin d'éviter qu'elles ne noircissent.

**2 Préchauffez le four** à 200°. Épluchez les oignons et émincez-les. Faites-les "suer" 3 min dans une poêle avec l'huile puis ajoutez les artichauts. Continuez la cuisson encore 10 min.

**3 Pelez et hachez** la gousse d'ail. Ciselez toutes les herbes. Dans un saladier, écrasez le fromage à la fourchette. Ajoutez l'ail et les herbes ciselées, et mélangez le tout. Coupez les olives en 2 ou 3 rondelles.

**4 Déroulez la pâte** et étalez le fromage parfumé sur toute la surface et répartissez le contenu de la poêle. Ajoutez les olives. Enfournez pour 20 à 25 min de cuisson. Servez chaud.

**NOTRE BON ACCORD :** un côtes-de-provence rosé.

**Abonnez-vous !** p. 69, p. 105, p. 115  
et sur [www.magazines.fr](http://www.magazines.fr)

## Tartelettes aux morilles et aux asperges

**UN PEU CHER MAIS ASSEZ FACILE**

Préparation : 30 min  
Cuisson : 20 min

**POUR 6 PERSONNES**

- 2 rouleaux de pâte feuilletée • 250 g de morilles fraîches • 2 bottes d'asperges vertes • 3 échalotes • 3 cuil. à soupe de crème liquide • 1 cuil. à café de fond de veau en poudre • 25 g de beurre • 3 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel • poivre

**1 Préchauffez le four** à 200°. Détaillez 6 disques de 12 cm de diamètre dans les pâtes feuilletées. Déposez-les sur une plaque à four tapissée de papier cuisson. Recouvrez-les d'un papier de cuisson et posez une autre plaque à four sur les disques de pâte afin qu'elle ne gonfle pas durant la cuisson.

**Enfournez** pour 20 min de cuisson "à blanc".

**2 Pendant ce temps**, nettoyez soigneusement les morilles sous

un filet d'eau. Épongez-les dans du papier absorbant.

**3 Lavez les asperges**, ôtez les extrémités. Faites-les cuire dans une casserole d'eau bouillante, tête en haut, 8 à 10 min selon leur grosseur. Égouttez et rafraîchissez sous l'eau froide (pour qu'elles gardent leur belle couleur).

**Coupez-les en tronçons** de 5 cm et faites-les revenir tout doux à la poêle avec la moitié de l'huile.

**4 Pelez et émincez** les échalotes. Dans une sauteuse, faites-les blondir avec le beurre et le reste d'huile. Au bout de 3 min, ajoutez les morilles et faites-les sauter 5 min. Versez ensuite la crème liquide et le fond de veau. Faites réduire 5 min.

**5 Répartissez** cette préparation sur les fonds de tartelette cuits. Disposez harmonieusement les asperges, salez peu, poivrez et servez aussitôt.

**NOTRE BON ACCORD :** un pacherenc-du-vic-bilh sec (blanc du Sud-Ouest).

# Bien accompagner LE GIGOT D'AGNEAU

Aujourd’hui, nous nous réunissons autour d’un gigot d’agneau cuit en cocotte et au foin. Avec quel vin marier ce classique de Pâques ? Lequel des flacons choisis va emporter l’accord ?

Photos : Jean-Luc Barde - texte : Sophie Menut



**R**endez-vous est pris chez Christophe Saintagne, le chef et propriétaire du restaurant Papillon dans le 17<sup>e</sup> arrondissement de Paris. Après avoir fait partie pendant longtemps de la galaxie d’Alain Ducasse, il a décidé de voler de ses propres ailes et d’ouvrir son affaire. Le Tout-Paris y accourt pour s’y régaler d’une cuisine juste, simple et généreuse. Est-t-il besoin de présenter Pierre Hermé ? Le grand public le connaît comme le roi du macaron et le maître de la pâtisserie, mais ignore

sans doute, qu’en bon épicurien, il est aussi grand amateur de vins.

Pour les accompagner, Karine Valentin et moi-même. Karine est allée chercher son accord sur la rive droite de Bordeaux, Christophe a choisi une autre rive droite, celle du Rhône, pour dénicher un saint-joseph. Pierre et moi avons misé sur le Sud. Lui a traversé la Méditerranée pour rapporter son flacon de Corse. Je me suis arrêtée en Provence, à Bandol précisément, pour trouver ma bouteille. ■



### Équilibré Le choix de Pierre Hermé

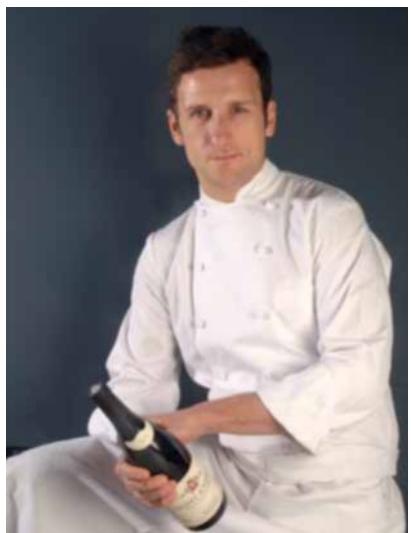
**Corse Figari Clos Canarelli, Amphora 2014 - 35 €**

Pierre a envie d'un vin de caractère aux arômes fins et complexes. Il espère que ce corse cultivé en biodynamie aura suffisamment de trempe et de tanins pour tenir tête au plat. Issu de cinq cépages autochtones, *Amphora* délivre des notes de cuir, un côté animal et une pointe de rose fanée, il pourrait bien s'harmoniser avec l'agneau qui a du goût tout en restant délicat.

### Chaleureux Le choix de Sophie Menut

**Bandol Château de Pibarnon 2013 - 32 €**

Je mise sur ce magnifique millésime à l'accent provençal produit par cette propriété qui voit la mer et parle sur la puissance du mourvèdre assorti d'une pointe de grenache. Même s'il est peut-être un peu jeune pour se marier avec l'agneau, j'espère que sa fraîcheur, sa minéralité et son amplitude vont tenir tête au gigot.



### Moderne Le choix de Christophe Saintagne

**Saint-Joseph Pierre Gonon 2014 - 28 €**

Christophe défend les produits de mêmes terroirs. L'agneau qu'il nous sert aujourd'hui a été élevé non loin du vignoble dont est issu ce vin 100 % syrah cultivé selon les méthodes bios par les deux frères Gonon. Il espère que le côté fleuri s'accordera avec les saveurs de l'agneau délicatement imprégné de celles du foin dans lequel il l'a blotti pour le cuire. Il conseille de le carafer pour le laisser s'épanouir.

### Classique Le choix de Karine Valentin

**Blaye Côtes de Bordeaux Château Magdeleine Bouhou 2011 - 13,50 €**

Karine a pris le parti de la rive droite de la Gironde pour trouver son accord à Blaye et sortir ainsi des sentiers battus du pauillac, l'allié traditionnel de l'agneau pascal. Elle défend le côté tendre, doux et épice de cet assemblage merlot et malbec qui apporte de la finesse et de la fraîcheur capables de contrebalancer un plat au caractère affirmé.



Cette fois-ci, les 4 choix sont judicieux. Nous sommes en présence de 4 vins magnifiques qui, chacun à leur façon, s'allient avec l'agneau fondant.

**Le bordeaux de Karine** est d'une grande douceur, il se révèle assez fin, souple et fondu avec des notes de cassis. Il pourrait être le vin à choisir sans aucun risque.

**Le bandol** que j'ai apporté se montre chaud et sucré avec une note sucrée en fin de bouche. Son côté épices et cuir s'accorde divinement avec les feuilles de menthe que le chef a glissé dans son plat.

## Le verdict

**Le vin de Christophe**, syrah de toute splendeur avec son côté réglisse, graphite et mine de crayon, offre un accord très contemporain. Ses arômes de fruits frais, d'épices et sa belle structure tannique collent parfaitement au caractère de l'agneau.

**Le vin corse de Pierre** est une merveilleuse surprise. Il est rustique tout en étant élégant. Un rouge de grande classe qui apporte toute la chaleur du Sud sans aucune lourdeur, à la fois doux et enveloppé. Dans cet accord, rien ne dépasse, tout est en équilibre.



# La double vie de BEAUMES-DE-VENISE



Au cœur de la Vallée du Rhône méridionale, le même vignoble produit un vin doux naturel blanc et un rouge sec.

Photos : Laurent Rouvrais - réalisation et stylisme : Judith Clavel  
recettes : Pascale Mosnier - texte et accords vins : Karine Valentin

**B**eaumes-de-Venise, un nom qui sonne comme une promesse de douceur et de tempérance, de couleur chatoyante et de chaleur intense. Un nom qui sonne comme la Provence, celle de Mistral, celle des papes installés en Avignon : Venise... de Venisse tiré de Comtat Venaissin. Quant à Beaumes, le nom vient des grottes entourant le village : grotte, *baumo* pour les Provençaux, Beaumes pour le reste du monde. Une étymologie à deux entrées pour une appellation qui boit double, rouge et blanc. Mais pas n'importe quel blanc : moelleux, unique, vin doux naturel né du mutage du muscat à petits grains ou muscat d'Alexandrie.

## VIEUX SAGE ET JEUNOT

Le blanc est né voilà plus de 70 ans alors que le rouge sec affiche tout au plus 10 printemps au compteur. Grenache, syrah, mourvèdre, cinsault, carignan, voilà pour la main de raisins que peut s'offrir le cru du Rhône au tempérament méditerranéen. En version classique, le rouge a le tanin haut perché, il faut l'ouvrir au bout de trois ans sur les viandes en sauce, marinées, des champignons, sans oublier la star locale, la truffe. On évite les fromages et on privilégie les gibiers et même un lièvre à la royale si le cœur et l'estomac vous en dit. Lorsqu'ils sont de facture plus moderne, moins extraits, ces vins-là se dévoilent plus jeunes et préfèrent les viandes à chair douce comme le veau. Quant au fluide doré qu'est ce bon vieux muscat, plus ou moins riche, il est d'usage, comme tous les liqueurs, de l'ouvrir avec du foie gras, ou sur des fromages persillés, la cuisine exotique et les recettes à base de fruits. ■

## Poitrine de veau farcie

ASSEZ FACILE ET ABORDABLE

Préparation : 40 min

Cuisson : 1 h 45

POUR 6 PERSONNES

- 1,5 kg de poitrine de veau (ouverte par le boucher) ●
- 2 tranches de pain de mie ●
- 200 g de jambon de Paris ● 150 g de jambon de Parme ● 100 g de jeunes pousses d'épinard ● 75 g de pistaches décortiquées ● 15 cl de crème liquide ● 10 cl de vin blanc sec ● 2 échalotes ● 30 g de beurre ● 1 cuil. à soupe d'huile ● sel ● poivre

**1** Demandez à votre boucher d'ouvrir la poitrine pour y faire une "poche" afin de la farcir.

**2** Préchauffez le four à 160°. Ôtez la croûte du pain de mie, émiettez-le dans un bol, versez la crème et laissez gonfler.

**3** Pelez les échalotes. Triez, équeutez, rincez et épandez les épinards. Coupez-les en lanières. Hachez les deux jambons avec les échalotes, mettez-les dans un saladier avec les épinards, les pistaches, le pain et la crème. Salez, poivrez, mélangez longuement pour obtenir une farce homogène.

Remplissez la poche de poitrine avec cette farce et recousez les bords avec du fil de cuisine pour obtenir un "oreiller" bien dodu.

**4** Faites chauffer l'huile et le beurre dans une cocotte. Faites-y dorer la viande sur ses deux faces en la retournant sans la piquer. Mouillez avec le vin allongé de 10 cl d'eau, salez (peu), poivrez, couvrez et enfournez pour 1 h 30, en arrosant de temps en temps la viande avec son jus.

**5** Laissez la viande reposer dans la cocotte 10 min hors du four.

Disposez-la dans un plat, coupez-la en tranches avec un grand couteau et servez très chaud avec le jus.

### Notre bon accord

Beaumes-de-Venise Domaine La Ferme Saint-Martin *Les Terres Jaunes* 2015 - 10,70 €

Une vinification tout ce qu'il y a de plus simple pour un vin moderne qui respecte sa nature. On sent le souffle des Dentelles de Montmirail, la chaleur du Sud et le grain particulier du grenache, dans la matière tannique et le charme des saveurs de fruits rouges. Un nez aux accents rocaillous mais avec une tendre douceur et une belle tension sur une pointe mentholée. Parfait pour les épinards qui réclament de l'équilibre entre le fruit et les tanins souples sur la fraîcheur. *Au domaine.*

## Notre bon accord

Beaumes-de-Venise Château Redortier Monsieur le Comte 2011 - 16,50 €

Superbe propriété aux arbres centenaires, le Château offre de goûter au classicisme provençal. Ce beau millésime sudiste apporte son bouquet de fruits qui réclame un lieu feutré, douillet pour profiter de sa pointe de tabac, de sa complexité, de ses notes boisées et d'une lichette de réglisse en finale. Le cumin, la coriandre et la cannelle sont faits pour ce vin aux tanins serrés mais à la matière ennoblie par le temps. Un vin qui commence à s'ouvrir et se gardera 10 ans. *Au domaine.*

## Fricassée d'agneau aux navets confits

### ASSEZ FACILE ET ABORDABLE

Préparation : 40 min  
Cuisson : 1 h 20

### POUR 4 PERSONNES

- 800 g d'épaule d'agneau désossée ● 16 petits navets ● 1 oignon rouge ● 2 gousses d'ail ● 2 échalotes ● 1 cuil. à soupe de graines de cumin ● 1 pincée de cannelle ● 1 bouquet de coriandre ● 1 cuil. à soupe de sucre ● 2 cuil. à soupe d'huile d'olive ● 20 g de beurre ● sel ● poivre

**1** Pelez et hachez l'oignon, l'ail et les échalotes. Coupez la viande en cubes réguliers, pas trop petits. Pelez les navets.

**2** Faites chauffer le beurre dans une grande sauteuse, mettez les navets à dorer doucement en les remuant régulièrement pendant 10 min.

**3** Faites chauffer l'huile dans une cocotte et saisissez-y les cubes de viande pour les colorer.

**Égouttez-les** avec une écumoire et, à leur place, mettez les aromates hachés. Faites-les fondre à feu doux pendant 10 min, puis remettez la viande. Salez, poivrez, ajoutez le cumin et la cannelle. Mouillez avec 15 cl d'eau, couvrez et laissez mijoter 1 h.

**4** Pendant ce temps, poudrez les navets de sucre, salez et poivrez-les. Versez 5 cl d'eau dans la sauteuse. Couvrez les navets d'un disque de papier cuisson découpé à la taille de la sauteuse et percé de quelques trous. Laissez les navets cuire jusqu'à ce qu'ils soient tendres à cœur, en remettant un peu d'eau si nécessaire.

**5** Au dernier moment, effeuillez et ciselez la coriandre. Versez la viande et son jus dans un plat de service, disposez les navets dorés autour, parsemez le plat de coriandre et servez aussitôt.

# À déguster dans La RVF de mars

## Vins rouges et rosés de Provence, blancs secs de Bordeaux, vins centenaires de Madère...

LA REVUE DU VIN DE FRANCE larvf.com

**BORDEAUX INSOLITE**  
Le premier panorama des vins blancs secs

Vous fêtez vos 30, 40, 50 ou 60 ans ? Les meilleurs flacons des millésimes en "7"

Madère Offrez-vous des vins centenaires

**EXCLUSIF**  
**LE SCANDALE DES PESTICIDES**

- Notre enquête dans le vignoble
- Six bordeaux et champagnes analysés en laboratoire

Rouges et rosés  
**PROVENCE**  
70 cuvées authentiques à goûter en 2017

De Tournus à Saint-Vérand Le pays où est né le roi chardonnay

À télécharger sur votre smartphone ou tablette sur



Téléchargez sur  
l'App Store



DISPONIBLE SUR  
Google play



DISPONIBLE SUR PC OU MAC  
magazines.fr



## Notre bon accord

**Muscat de Beaumes-de-Venise**  
Domaine du Paparotier  
2015 - 19,40 € (par carton de 6)

Ce muscat est issu d'un domaine appartenant à l'un des Artisans Vignerons de Rhône, union entre les caves de Vacqueyras et de Beaumes-de-Venise. L'amertume du pomélo réclame de la douceur dans le respect de son fruit. Pour cela, le vin doit évoquer le sucre sans empêcher le palais et finir sur les agrumes. Ce jeune 2015 offre un nez de cire et de résine assez fin et des parfums de pamplemousse et citron confit. La bouche expose un joli volume, une fraîcheur intense et une finale en pleine forme pour un moelleux sans lourdeur. À servir aussi très frais en apéritif. Sur Internet.



## Croustillants au pomélo

### ASSEZ FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 30 min  
Cuisson : 15 min

### POUR 4 PERSONNES

- 4 feuilles de brick ● 4 pomélos roses ● 60 g de beurre ● 80 g de sucre en poudre ● 1 cuil. à soupe de sucre glace

#### 1 Préchauffez le four à 180°.

Pelez les pomélos à vif en éliminant bien la membrane blanche, séparez les quartiers. Procédez au-dessus d'un saladier pour récupérer le jus qui s'écoule.

#### 2 Coupez

chaque feuille de brick en quatre (avec une paire de ciseaux, c'est facile) et recoupez-les en carrés égaux.

**Faites fondre** le beurre dans une petite casserole ou au micro-ondes. Écumez le petit-lait qui s'est formé au-dessus et versez doucement le beurre fondu dans un bol, en éliminant le reste de petit-lait au fond.

**À l'aide d'un pinceau,** badigeonnez les carrés de brick de beurre fondu et enfournez-les environ 5 min, jusqu'à ce qu'ils soient croustillants et dorés. Laissez-les refroidir sur une grille.

**3 Faites chauffer** le reste de beurre dans une grande poêle, ajoutez le sucre et le jus des pomélos que vous avez récupéré. Laissez caraméliser à feu vif, puis posez les quartiers de pomélo dans la poêle et faites-les également caraméliser en les retournant souvent jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de jus dans la poêle.

**4 Montez 4 mille-feuilles** dans 4 assiettes de service en intercalant les carrés de brick dorés et les quartiers de pomélo caramélisés. Terminez par un carré de brick, poudrez d'un nuage de sucre glace et servez aussitôt.

# ABONNEZ-VOUS À

# Cuisine et Vins DE FRANCE

25€  
90  
seulement  
au lieu de 52,15€  
Soit 50 % d'économie !

# 1 an d'abonnement + le Cooler Bag

reisenthal.



6 numéros  
(valeur 22,20 €\*)  
Version digitale incluse



Pratique  
et tendance

L'allié idéal pour faire ses courses.

- Il se replie à plat pour se ranger facilement.
- Isolation très épaisse pour une performance réfrigérante optimale
  - Abattant hermétique avec fermeture zippée à double sens
  - Doublure isotherme en feuille d'aluminium haut de gamme facile d'entretien
  - 2 anses et fond stable et robuste
- Matière : polyester de haute qualité, déperlant
- Dimensions (L x H x P) : 44,5 x 24,5 x 25 cm, volume : 20 l (valeur 29,95 €)

Photos non contractuelles

## JE M'ABONNE ! + simple + rapide sur [www.magazines.fr](http://www.magazines.fr)



Par internet : [www.magazines.fr/cuisineetvinsdefrance](http://www.magazines.fr/cuisineetvinsdefrance)



Par téléphone : 01 84 888 222 (prix d'un appel local)



Par courrier : en retournant le bulletin ci-dessous avec votre règlement sous enveloppe non affranchie à : CVF - Libre réponse n° 92467 - 93509 Pantin Cedex

Code EXPRESS : TCC153

Oui, Je m'abonne 1 an à :

- Cuisine et Vins de France (6 numéros)  
+ le Cooler Bag Reisenthal = 25,90 € au lieu de 52,15 €
- Cuisine et Vins de France (6 numéros)  
= 16,90 € au lieu de 22,20 €

E75A

E75B

Si vous souhaitez abonner un(e) ami(e), recopiez ses coordonnées sur papier libre.

Mme       M.      Nom \_\_\_\_\_

Prénom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Code postal \_\_\_\_\_

Ville \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_

Téléphone \_\_\_\_\_

J'accepte de recevoir par e-mail les offres des sites partenaires sélectionnés par le Groupe Marie Claire

Je règle par :

- Chèque bancaire à l'ordre de Cuisine et Vins de France  
 Carte bancaire :

N° \_\_\_\_\_

Exire fin \_\_\_\_\_

Date et signature obligatoires

Notez les 3 derniers chiffres du n° au dos de votre carte  
\_\_\_\_\_

\* Prix de vente en kiosque : 3,70 € au numéro. Photos non contractuelles. Offre valable 3 mois en France métropolitaine dans la limite des stocks disponibles. Vous pouvez acheter séparément Cuisine et Vins de France au prix unitaire de 3,70 € + 2,50 € de frais de port et le Cooler Bag Reisenthal à 29,95 € + 8 € de frais de port. Pour l'étranger, nous consulter. Vous receverez votre abonnement dans un délai de 2 mois maximum à compter de la réception de votre règlement. Conformément à la loi «Informatique et libertés» vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification des données vous concernant. Sauf refus écrit de votre part auprès du service abonnement, ces informations pourront être utilisées par des tiers.

## Un crottin nommé CHAVIGNOL

Célèbre membre de la grande famille des chèvres, ce petit fromage de la région Centre offre plusieurs versions selon son affinage.

Photo : Laurent Rouvrais - texte : Pascale Mosnier



### Drôle de nom

On dit que le crottin de Chavignol tire son nom du terme berrichon *crot* qui signifie «trou». On appelait ainsi les lieux au bord des rivières où les femmes lavaient le linge. Les paysans utilisèrent d'abord la terre argileuse qui bordait ces *crots* pour fabriquer des lampes à huile, puis des moules à fromages destinés à l'égouttage du caillé. *Crot* aurait évolué en «crottin», le contenant donnant son nom au contenu.

Dans la région du Sancerrois, l'élevage des chèvres était traditionnel depuis le XVI<sup>e</sup> siècle, mais à la fin du XIX<sup>e</sup>, l'épidémie de phylloxéra, dévastant les vignes, conduit à recycler une part importante des parcelles dans l'élevage. Le Sancerrois, le Giennois, la campagne berrichonne forment désormais le terroir du crottin de Chavignol, réparti sur les départements du Cher, de la Nièvre et du Loiret.

Sa taille est liée à son histoire, le peu de lait produit par les chèvres ne permettant pas de faire de gros fromages. Le crottin de Chavignol, fromage à pâte molle non pressée et non cuite, bénéficie d'une AOC depuis 1976, devenue AOP en 1996. L'affinage doit être effectué dans la zone géographique de l'AOP et durer un minimum de dix jours. Les crottins pèsent environ 60 g après cet affinage. La saison du chavignol ? C'est toute l'année, comme la plupart des chèvres. On choisit son affinage chez le fromager ou on le mène soi-même.

● **Jeune, mi-sec**, il révèle une discrète saveur de chèvre. On aime sa douceur et sa fraîcheur.

● **Bleuté**, légèrement fleuri d'un *pénicillium* blanc ou bleu, il gagne en maturité et en finesse.

● **Bleu**, sa saveur s'enrichit d'arômes de champignons et de sous-bois. Un peu plus sec, il dévoile des arômes de noix et de noisette.

● **“Repassé”**, il est à réserver aux amateurs de sensations fortes : après une phase d'affinage classique, il est conservé dans des pots en grès, ce qui lui confère une pâte moelleuse et un caractère très affirmé.

Accompagnez le chavignol d'un vin blanc issu du même terroir. L'association avec un sancerre ou tout autre vin blanc sec de Loire est parfaite.

Du 16 au 28 mai 2017\*, Intermarché vous présente sa

# FOIRE AUX VINS DE PRINTEMPS



Venez découvrir  
**NOTRE  
SÉLECTION  
DE SAISON  
À PRIX  
D'EXCEPTION\*\***



**3€  
,45**

Côtes de Provence  
Rosé Triplette  
2016  
la bouteille de 75 cl  
A.O.P.  
4,60 € le litre

**Intermarché**

TOUS UNIS CONTRE LA VIE CHÈRE

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

\*Selon horaires et jours d'ouverture. Informations sur [www.intermarche.com](http://www.intermarche.com) \*\* Voir modalités et magasins participants sur [www.intermarche.com](http://www.intermarche.com)

Annonceur : ITM Alimentaire International - RCS PARIS 341 192 227 - SAS au capital de 149 184 € - Siège social : 24, rue Auguste Chabrières 75737 Paris Cedex 15 - Production : Gutenberg networks RCS NANTERRE 403 179 781 - Siège social : 6, place Jean Zay - CS90040 - 92300 Levallois-Perret Cedex - Sous réserve d'erreurs typographiques - Suggestion de présentation - 2017.

# Dégustation



## Cahors Château La Coustarelle Allégresse 2014 - 3,90 €

C'est un cahors à petit prix, d'un style résolument rond et fruité, loin des cahors râpeux d'antan. Il s'est choisi une forme de bouteille atypique pour l'appellation, histoire de bien signifier sa différence. Avec sa générosité et ses tanins souples, il est parfait pour les brochettes d'agneau et le fondant au chocolat. **Auchan (foire aux vins du 21 mars au 4 avril)**



## Ventoux La Pierre du Diable 2015 - 4,25 €

Cap au sud-est de la Vallée du Rhône avec ce rouge qui fleure bon la garrigue, les fruits bien mûrs et la réglisse. Puissant, avec des notes compotées et grillées, ce ventoux a su garder de la fraîcheur pour éviter d'empêtrer les papilles. Il s'ouvre sur des grillades marinées aux épices, une tatin de navet ou un filet mignon au bacon et thym. **Leclerc**



## Muscadet Sèvre-et-Maine sur lie Manoir de la Grelière Vieilles Vignes Réserve 2015 - 4,75 €

Avec sa fine amertume et son léger gras, c'est un joli muscadet classique. Parfumé, vif, acidulé, citronné, iodé, il peut sortir de son rôle tradi aux côtés des fruits de mer pour s'inviter sur des légumes nouveaux : salade de petits pois, asperges vinaigrette au citron confit... **Carrefour Market (foire aux vins du 17 mars au 2 avril)**

# 12 BOUTEILLES

Une sélection de vins à prix doux pour accompagner les de Pâques. La plupart sont promus pendant les

## Côtes du Rhône Dauvergne Ravier De Natura Rerum 2015 - 4,95 €

Son nom reprend le titre d'un poème de Lucrèce, poète latin disciple d'Épicure. Autant dire que ce rouge bio vise un plaisir franc et immédiat. Il a de la générosité, des tanins souples et une pointe de fraîcheur finale qui appelle les légumes farcis, les desserts au chocolat. **Monoprix (foire aux vins du 19 avril au 2 mai)**



## Yecla (Espagne) Almez, monastrell 2015 - 5,50 €

Un rouge bio pour voyager en Espagne, au sud de Valence, dans une appellation méconnue. Son cépage, le monastrell, est, lui, bien connu des amateurs de rouges de Bandol puisqu'il n'est autre que le mourvèdre. Pour bien profiter de sa suavité, servez ce vin légèrement frais, sur un riz au safran, poulet et chorizo, par exemple. **Monoprix (foire aux vins du 19 avril au 2 mai)**



## Côtes du Rhône Tardieu Laurent 2014 - 5,80 €

En le dégustant, la première sensation de puissance, soutenue par des notes cacaofées, réglissées et vanillées, laisse place à un caractère racé, porté par des notes de fruits croquants, des tanins musclés mais fins et une agréable finale mentholée. Ne manque plus qu'à réussir la cuisson de la côte de bœuf et la béarnaise maison ! **Magasins U (foire aux vins du 3 au 13 mai)**



### Anjou La Roulerie, chenin 2016 - 6,50 €

Son nez presque exubérant donne le ton. C'est un vin étincelant, tonique, désaltérant, vivifiant, bien en phase avec l'humeur du printemps. S'il s'ouvre dès l'apéritif et sur les poissons grillés, son caractère fruité et vif est aussi parfait pour les petites frites, les tempuras de légumes, les beignets de fleurs de courgette et les cromesquis. *Magasins U (foires aux vins du 3 au 13 mai)*



### Rueda (Espagne) Herrero Bodega Erre 2015 - 7,90 €

L'Espagne fait aussi des vins blancs et légers ! Celui-ci met en vedette le cépage verdejo dont le style aromatique rappelle le sauvignon. Parfumé, croquant et vif, c'est le vin à partager dans la bonne humeur sur les poissons crus en sushis, carpaccio et ceviche ou les gambas grillées. *Le Petit Ballon, boutiques et site (foire aux vins du 1<sup>er</sup> au 31 mars)*

### Côtes de Provence Winenot Graine de Fille 2016 - 7,90 €

Un rosé tout en séduction pour faire venir les beaux jours comme une sorte d'incantation. En bouche, il trouve le bon équilibre entre légèreté et intensité. Les notes gourmandes de fruits rouges et celles, vigoureuses, de l'agrumé se répondent. À partager dès l'apéritif et sur une salade d'épeautre aux légumes et chèvre frais. *Système U, Monoprix, Cora*

# à moins de 10 €

légumes nouveaux, les premières grillades et les repas foires aux vins de printemps des grandes surfaces.

Sélection et texte : Catherine Gerbod

### Saint-Joseph Cave de Tain Terre de Violette 2015 - 7,95 €

Le charme de la syrah est au rendez-vous dans cette cuvée sortie de cette coopérative de qualité. On retrouve son caractère très aromatique sur le poivre et la réglisse, une pointe fumée et des tanins fins. Puissant et persistant, il a la carrure pour des plats relevés comme un tournedos au poivre ou un curry d'agneau. *Carrefour Market (foire aux vins du 17 mars au 2 avril)*

### Terrasses du Larzac Château la Sauvageonne, Gérard Bertrand, Cuvée Les Ruffes 2014 - 8,90 €

Grâce à sa situation géographique, cette appellation languedocienne produit des vins aériens. Associé aux notes intenses de fruits et d'épices, ce caractère donne au vin la capacité d'accompagner un grand nombre de mets : grillades, tajines épices, aubergines farcies, pâtes all'arrabbiata... *Intermarché, Carrefour Market*

### Saint-Émilion Sélection Enrico Bernardo 2015 - 9,45 €

Puissance et finesse réunies dans une bouteille pour les barbecues chics. On achète ce 2015 d'abord pour la signature EB, pour Enrico Bernardo, Meilleur Sommelier du monde 2004, dont la finesse de nez n'est plus à prouver, et surtout parce que le vin a la gourmandise de son millésime et la pointe tannique qu'apprécient les amateurs de bordeaux. *Intermarché (foire aux vins du 16 au 28 mai)*





# SAINTE-FOY CÔTES DE BORDEAUX, la cinquième côte

Dix-neuf communes se donnent les moyens de sortir de l'ombre après avoir rejoint en 2016 l'Union des Côtes de Bordeaux.

Texte : Karine Valentin - photos : Jean-Luc Barde



Aux confins de la Gironde, à l'embouchure de la Dordogne et du Lot-et-Garonne, un terroir de calcaire à la gloire du merlot.

**U**ne cinquième côte est née dans le vignoble girondin. Elle se nomme Sainte-Foy et vient grossir les rangs des Côtes bordelaises aux vignobles en pentes douces, plateaux et vallées comprenant déjà Blaye, Castillon, Francs et Cadillac. L'union faisant la force, la jeune impératrice jubile à l'idée de pouvoir enfin, grâce à cette dynamique famille, faire ses preuves.

Presque encastré dans le Bergeracois, le vignoble foyen a enfin reçu la bénédiction de l'Inao. Il a fallu sept ans de réflexion, d'études, d'enquête, d'identification des parcelles et de compromis pour que 19 communes soient ainsi adoubées.

## FORTUNE BORDELAISE

L'alignement des modes de production sur celles des autres Côtes s'est fait progressivement et, désormais, les 21 propriétaires qui déclarent leurs vins en Sainte-Foy Côtes de Bordeaux respectent un cahier des charges similaire à leurs compagnons de fortune. Fortune qui, on l'espère, viendra bientôt pour cette oubliée lointaine, enfin amarrée à la flotte bordelaise, dont le vignoble n'est pourtant pas né de la dernière récolte : il est même l'un des premiers vignobles reconnus en 1937 !

S'il reste encore une majorité de propriétés familiales ancrées depuis des générations, certaines ont été vendues. En cause, la fiscalité française en matière de transmission. Le prix relativement bas du foncier de ce vignoble entourant la pittoresque cité médiévale de Sainte-Foy créée par Alfonse de Poitiers en 1255, attire des néo-producteurs venus d'autres univers et d'autres pays comme la Chine, à la recherche de propriétés à valoriser.

## Notre sélection

### Château des Chapelains rouge 2014 - 6 €

Le merlot donne aux rouges d'ici la rondeur délicate et la profondeur des bordeaux avec, en plus, cette légèreté venue des vignes en pente douce. Le paysage transpire dans la trame presque ouatée de ce vin évocateur des brumes matinales qui s'attardent dans les vallons.



### Château Tour de Goupin

blanc liquoreux 2015 - 8,80 €

La présidente de l'AOC, Christiane Deggange, possède un vignoble de 74 ha, dont une partie des parcelles au service de l'appellation. Outre un rouge léger à la matière fluide, son liquoreux possède la simplicité d'un panier de fruits et la douceur du printemps.



### Château La Tour de Chollet

rouge Cuvée Classique 2015 - 9 €

Les Rowbotham ont posé leurs valises toutes british à Sainte-Foy en 2006. Passionné de vin, le couple, formé dans le Lot, retape le chai et engage une conversion en bio, pour signer aujourd'hui un rouge jovial et joufflu avec la finesse et le fruit vif des vins de soif.





## Fiche d'identité

Sainte-Foy Côtes de Bordeaux couvre environ 400 hectares sur les coteaux de la rive gauche de la Dordogne. Une vingtaine d'adhérents produisent ses rouges, blancs secs, moelleux et liquoreux. La population vigneronne, est composée de vignerons de souche et d'étrangers, et de deux coopératives, qui produisent environ 10 000 hectolitres. Une goutte de vin dans l'océan mondial qui, rattaché à l'Union des Côtes de Bordeaux, deviendra rivière de rouges issus de merlot en grande majorité, et, à parts quasi égales de cabernet-sauvignon, cabernet franc et malbec. Il faut aussi compter sur des blancs secs, moelleux et liquoreux produits avec des sauvignon, sémillon et muscadelle.



**Nadine et Yves Hostens-Picant**  
couvrent pour l'appellation depuis 1990 avec leurs 40 ha d'un seul tenant.

*“J'ai toujours cru dans l'appellation. Quand nous sommes arrivés ici en 1990, nous avons déclaré toute notre récolte en Sainte-Foy Côtes de Bordeaux, alors que les autres étaient en Bordeaux et Bordeaux Supérieur. Le premier à trouver ça génial a été Dominique Fenouil, fondateur du Repaire de Bacchus. Il fut notre premier client à Paris. Après 27 ans, Hostens-Picant est devenu une marque, mais je ne pourrais me passer de l'AOC Sainte-Foy Côtes de Bordeaux, c'est un coup de projecteur idéal pour la région.”*

Nadine Hostens-Picant

### Château L'Enclos

rouge *Triple A* 2014 - 15 €

Depuis 2013 aux mains du Haichang Group, le domaine fait partie de la centaine de propriétés bordelaises sous drapeau chinois. Sous une allure assez simple, le vin offre les épices et le velours du merlot associé aux cabernets pour un milieu de bouche gras.



### Château Hostens-Picant

rouge *Lucullus* 2014 - 34 €

Fleuron du vignoble, Hostens Picant a toujours défendu l'appellation en apposant, dès ses débuts, Sainte-Foy sur son étiquette. Conseillé par Stéphane Derenoncourt, il signe la Cuvée des Demoiselles, un blanc radieux, et ce rouge d'excellence d'une densité de rêve.



### Château Martet

rouge *Grande Réserve* 2014 - 35 €

La famille Coninck s'est investie depuis plusieurs décennies dans cette propriété remarquable faisant grandir les vins avec les conseils de Louis Mitjavile. Le rouge *Grande Réserve* possède du coffre et une belle tension veloutée dans le déroulé intense de ses tanins.



VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL



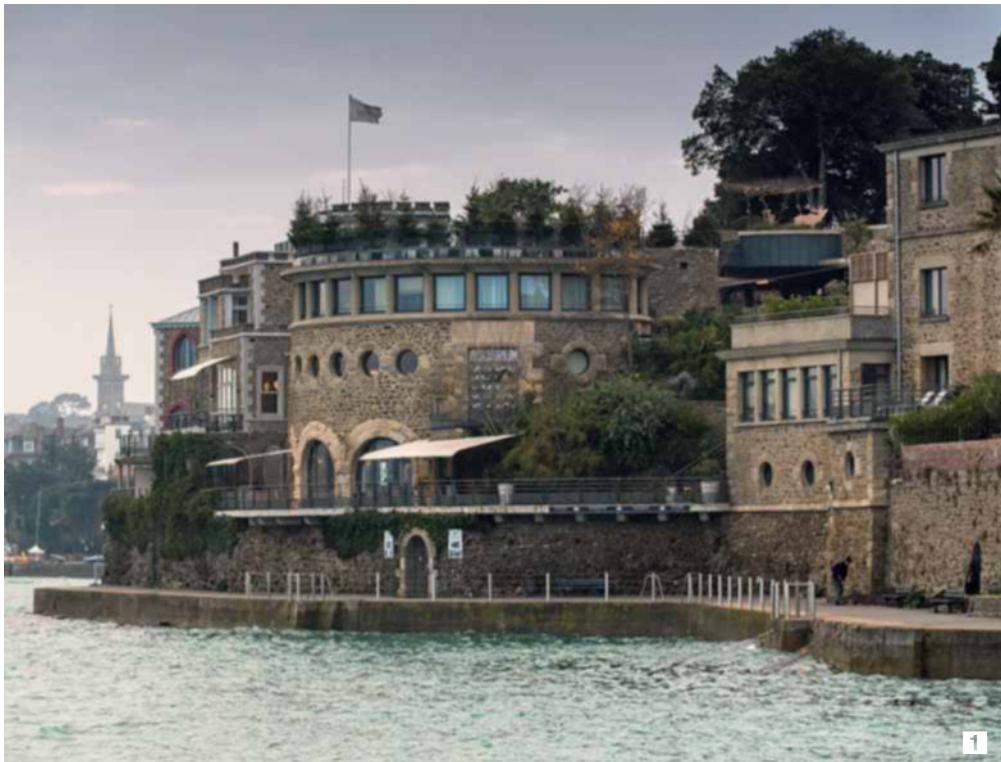
CASTELBRAC  
ROUEN HARBOUR  
★★★★★  
Julien Hennote

# JULIEN HENNOTE

## *Le Pourquoi pas à Dinard*

La mer, partout. En face, Saint-Malo. Dans cette belle maison pittoresque, le chef, enfant du pays, cuisine local, marin et simple, tout ce qu'on aime...

Reportage : Pascale Mosnier - photos : Marc Rosaz



1



2



3

1 La grosse villa normande typique abrite le délicieux hôtel *Castelbrac* et le restaurant.

2 Même restaurée, l'entrée du bar reste «dans son jus».

3 Le bar, superbe, est installé dans l'ancien aquarium.

4 La salle à manger était jadis le bureau du commandant Charcot.



4

**R**ien ne se perd, rien ne se crée, tout se transforme... *Le Pourquoi pas* était le nom du bateau du commandant Charcot, grand explorateur polaire, qui installa en 1935 l'aquarium de la ville de Dinard dans cette villa construite un siècle plus tôt par des Britanniques qui l'appelaient la villa Bric à brac... Transformé en hôtel depuis près de deux ans par une équipe de bon goût décidée à restituer l'âme magique du lieu, le *Castelbrac*, aux 25 chambres, est entièrement tourné vers la mer. Vue magnifique des marées qui changent le paysage et délicieuses assiettes de produits, marins eux aussi pour la plupart.

## LE MEILLEUR DU TERROIR

Julien Hennote, né à Dinan il y a 33 ans, a vécu l'aventure dès le départ. Du plus loin qu'il se souvienne, il a toujours eu envie de cuisiner. Parcours classique dans de belles maisons, puis deux ans en Polynésie. Retour au pays, juste au bon moment, pour s'impliquer avec passion dans l'ouverture du *Pourquoi pas*. Sélectionner des producteurs locaux exceptionnels, composer une équipe aussi investie que lui, et faire une cuisine simple (c'est compliqué...), au plus près des belles spécialités du terroir. "Chez moi, pas de rougets de Méditerranée, mais de la pêche locale, des plats que nous changeons en fonction des saisons et de nos envies. Une recette, même réussie, ne doit pas devenir automatique", affirme ce jeune chef calme, authentique, doué de bon sens, dont le talent devrait assez vite attirer une belle étoile, on le lui souhaite... ■



## 11 questions à Julien Hennote

*Votre principal trait de caractère ?*

Ma bonne humeur

*Avez-vous une devise ?*

Travailler paye toujours

*Si vous n'emportez que 3 produits sur une île déserte...*

Du pain, du fromage et du vin

*Votre ustensile de cuisine préféré ?*

Mes râpes Microplane

*Si vous étiez un ingrédient ?*

Le citron, je suis fan d'une touche d'acidité

*Si vous n'aviez pas été cuisinier ?*

J'aurais aimé travailler dans le monde du sport

*Un plat que vous auriez aimé inventer ?*

Le lièvre à la royale, la technique est tellement passionnante

*Le cuisinier qui vous inspire ?*

Tous les chefs pour lesquels j'ai travaillé et qui m'ont beaucoup appris

*Vous avez toujours dans votre frigo...*

Du fromage et du beurre salé

*Votre plat du dimanche soir ?*

Des langoustines achetées vivantes, sautées au wok avec un peu d'ail et de citron vert

*Où vous sentez-vous bien ?*

Avec ma femme, mes enfants, mes amis, autour d'une table.

## SES PRODUITS CULTE

**Ramassées par des plongeurs** entre 12 et 20 m de profondeur dans la baie de Saint-Malo. Leurs très grosses noix pèsent en moyenne 60 g. Leur fraîcheur absolue me permet de les cuisiner en tartare, en carpaccio, arrosées d'un bouillon chaud, rôties dans la coquille...



Les saint-jacques de plongée



L'andouille de Dinan

**Depuis tout petit, je mange cette andouille** préparée par un seul charcutier de Dinan. La entrée de porc de Bretagne est fumée et embossée dans du boyau naturel avant d'être longuement cuite. Son goût est puissant, j'aime le marier avec des produits de la mer.



Les pommes de terre



Le sarrasin

**Emblématique de la Bretagne,** facile à associer en salé ou en sucré, le sarrasin est un produit que j'aime accomoder, mais je le torréfie toujours afin qu'il donne avec son croquant un bon goût de grillé à un risotto, ou infusé dans de la crème pour une chantilly, une crème brûlée...



Mathieu, le fidèle second



Saisir vite les encornets



Goûter l'assaisonnement



La salle sur mer...

# SA RECETTE DE COPAINS

## Poêlée d'encornets à l'andouille

### ASSEZ FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 30 min

Cuisson : 20 min

#### POUR 4 PERSONNES

800 g de blancs d'encornets •  
 200 g d'andouille de Dinan • 75 g  
 de sarrasin (magasins bios) •  
 2 échalotes • 10 cl de vin blanc  
 sec • 20 cl de crème liquide •  
 1 bouquet de ciboulette • 2 cuil. à  
 soupe d'huile d'olive • sel

**1** Torréfiez le sarrasin à sec dans une poêle jusqu'à ce qu'il soit doré et dégage une odeur de grillé, laissez refroidir.

**2** Pelez et hachez les échalotes, ciselez la ciboulette. Ôtez la peau de l'andouille, coupez-la en tranches de 0,5 cm d'épaisseur et détaillez-les en tout petits dés.

**3** Préparez la sauce : faites suer dans une petite casserole les échalotes avec la moitié des dés d'andouille. Versez le vin, laissez réduire à sec, puis ajoutez la crème et laissez frémir 5 min. Mixez la préparation, filtrerez et réservez cette sauce au chaud.

**4** Coupez les encornets sur le côté pour les "déplier". Quadrillez légèrement la chair sur les deux faces avec la pointe d'un couteau pour éviter qu'elle ne se rétracte à la cuisson. Coupez les encornets en morceaux réguliers.

**5** Faites chauffer l'huile à feu vif dans une poêle. Mettez-y les morceaux d'encornets à revenir 2 min en remuant, salez. Ajoutez le reste des dés d'andouille, faites sauter encore 1 min, puis versez la préparation dans un plat de service chaud. Parsemez de sarrasin grillé et de ciboulette.

**6** Faites mousser la sauce réservée au chaud à l'aide d'un



mixeur-plongeant, versez-la sur les encornets et servez très chaud.

**LE BON ACCORD DU SOMMELIER :** un givry blanc (Bourgogne). Il conseille celui du Domaine Joblot, "Pied de Chaume" 2014, un 100 % chardonnay élevé en fût.

### Le conseil du chef

L'andouille de Dinan est assez poivrée, il n'est donc pas nécessaire de rajouter du poivre dans cette recette. Vous pouvez la remplacer par de l'andouille de Vire, très proche en mode de fabrication et en goût.

Retrouvez nos  
**offres spéciales d'abonnement** p. 69 p. 105,  
 p. 115 et sur [www.magazines.fr/cuisineetvinsdefrance](http://www.magazines.fr/cuisineetvinsdefrance)

# 4 RECETTES SIMPLISSIMES

Le pari de la rédaction ? Juste trois petites courses et les basiques du placard pour des idées gourmandes qui donnent envie.

Photos : Aimery Chemin - réalisation et stylisme : Coralie Ferreira - recettes : Pascale Mosnier



Pommes, cabécou et mesclun

## FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 20 min  
Cuisson : 25 min

### POUR 4 PERSONNES

**VOUS DEVEZ ACCHETER :** 4 pommes fermes (type ariane, pink lady) • 4 cabécous (pas trop faits) • 150 g de mesclun  
**VOUS AVEZ CHEZ VOUS :** 5 cuil. à soupe d'huile d'olive • 1 cuil. à soupe de vinaigre balsamique • sel • poivre du moulin

## Pommes rôties au fromage

### 1 Préchauffez le four à 180°.

Lavez et essuyez les pommes, videz-les (avec un vide-pomme), coupez-les horizontalement en deux. Badigeonnez d'huile les surfaces coupées, salez, poivrez, et enfournez les demi-pommes pour 15 min.

**2 Pendant ce temps,** coupez les fromages en deux dans l'épaisseur.

**3 Sortez les pommes** du four (ne l'éteignez pas), posez un demi-

cabécou sur chaque demi-pomme, donnez un tour de moulin à poivre et remettez 10 min au four (le fromage doit être souple et fondant).

**4 Préparez une vinaigrette** en émulsionnant à la fourchette le vinaigre et le reste d'huile, du sel et du poivre. Assaisonnez-en le mesclun, servez-le avec les pommes rôties chaudes.

**NOTRE BON ACCORD :** un sancerre blanc (Vallée de la Loire).

# Asperges vertes aux œufs mollets

## UN PEU DÉLICAT ET ABORDABLE

Préparation : 30 min  
Cuisson : 15 min

### POUR 4 PERSONNES

**VOUS DEVEZ ACCHETER :** 16 asperges vertes • 4 très fines tranches de jambon de Parme • 80 g de parmesan

**VOUS AVEZ CHEZ VOUS :** 4 œufs • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • poivre du moulin

**1** Lavez et épongez les asperges, grattez-les un peu, sup-

primez un petit morceau du pied s'il vous paraît fibreux et coupez les asperges en deux dans la longueur sans les briser.

**2** Plongez délicatement les œufs dans une casserole d'eau bouillante, comptez 6 min de cuisson, égouttez-les et rafraîchissez-les aussitôt sous l'eau froide.

**3** Détaillez le parmesan en fins copeaux avec un économie ou à la mandoline. Écalez les œufs sans les abîmer. Détaillez le jambon en lanières.

**4** Faites chauffer l'huile dans une poêle. Faites-y rôtir les asperges à feu moyen en les retournant souvent, environ 8 min.

**5** Répartissez les asperges grillées dans des assiettes, posez un œuf au centre, parsemez de copeaux de parmesan et de lanières de jambon. Donnez un tour de moulin à poivre. Servez rapidement.

Accompagnez éventuellement ce plat de gressins.

**NOTRE BON ACCORD :** un anjou blanc (Vallée de la Loire).



Asperges vertes, jambon de Parme et parmesan





Échine de porc désossée,  
sauce soja et sésame doré

## Porc au caramel et sésame

### ASSEZ FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 25 min  
Marinade : 1 h  
Cuisson : 1 h 30

### POUR 4 PERSONNES

**VOUS DEVEZ ACHETER :** 600 g d'échine de porc désossée • 30 cl de sauce soja • 3 cuil. à soupe de sésame doré  
**VOUS AVEZ CHEZ VOUS :** 80 g de sucre • 2 gousses d'ail • 1 oignon • 3 cuil. à soupe d'huile • poivre

**1** Détaillez le porc en cubes d'environ 2 cm de côté. Mettez-

les dans un saladier, arrosez de sauce soja, remuez, couvrez de film éthirable et laissez mariner au moins 1 h au réfrigérateur.

**2 Passé ce temps,** pelez et émincez l'oignon et l'ail.

**Égouttez et épandez** les cubes de viande. Faites chauffer l'huile dans une sauteuse. Faites-y colorer la viande à feu vif en remuant. Égouttez-la à l'écumoire. Réservez. Dans la même sauteuse, faites fondre le hachis ail-oignons.

**3 Dans le même temps,** faites un caramel avec le sucre à sec

dans une petite casserole à fond épais. Dès qu'il est blond, versez-le dans la sauteuse et remuez. Remettez la viande dans la sauteuse, remuez à nouveau.

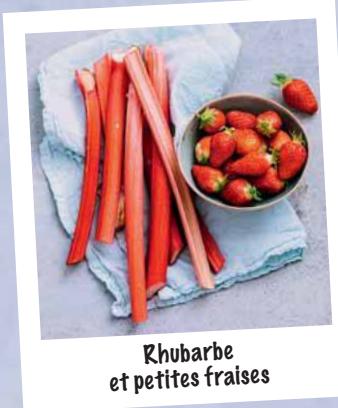
**Poivrez** (ou relevez de piment si vous aimez), mais ne salez pas (la sauce soja suffit). Versez 15 cl d'eau dans la sauteuse, couvrez et laissez mijoter 1 h.

**4 Versez le porc** dans un plat de service, parsemez de sésame et servez chaud avec du riz blanc.

**NOTRE BON ACCORD :** un gigondas (rouge de la Vallée du Rhône).



# 3 ingrédients maxi



## Confit de rhubarbe aux fraises

Prêt à l'avance

**FACILE ET BON MARCHÉ**  
Préparation : 20 min  
Cuisson : 35 min

**POUR 4 PERSONNES**  
**VOUS DEVEZ ACHETER :** 600 g de rhubarbe • 250 g de petites fraises  
**VOUS AVEZ CHEZ VOUS :** 200 g de sucre • 30 g de beurre salé

**1 Préchauffez** le four à 180°. Supprimez les feuilles de rhubarbe, effilez un peu les tiges, coupez-les en tronçons de 10 cm environ. Recoupez les tiges les plus larges dans la longueur.

**2 Beurrez** un plat à four, rangez les morceaux de rhubarbe les uns à côté des autres, poudrez

de sucre et parsemez de noisettes de beurre. Couvrez de papier sulfurisé et enfournez pour 30 min.

**3 Découvrez** le plat de rhubarbe, vérifiez la cuisson, les tiges doivent être tendres à cœur sous la pointe d'un couteau. Placez le plat sous le gril du four et faites caraméliser la rhubarbe (surveillez-la). Laissez refroidir.

**4 Pendant ce temps**, lavez et équeutez les fraises, coupez-les en deux dans la hauteur.

**Disposez** les tiges de rhubarbe dans des assiettes, décorez de fraises et servez à température ambiante.

**NOTRE BON ACCORD :** un champagne rosé.

*C'est du gâteau !*

# LE CAKE AUX PISTACHES ET GRIOTTES d'Arnaud Larher

Dans ses trois boutiques parisiennes, Arnaud Larher fait rêver les becs sucrés, qui s'y régale de ses créations pâtissières et chocolatées.  
Illustration avec ce cake bien coiffé !

Photos : Laurent Rouvrais - texte : Sophie Menut



## **Le matériel**

- 4 petits moules à cake en fer (environ 20 x 5 cm)
- 1 poche à douille lisse
- 1 thermomètre de cuisson

## **Le secret d'Arnaud**

Commencez à battre très doucement les blancs d'œufs afin d'incorporer le moins d'air possible et qu'ils restent bien fermes.

## ASSEZ FACILE ET ABORDABLE

Préparation : 40 min  
Cuisson : 20 min



### POUR 6-8 PERSONNES

- 5 œufs • 1 bocal de Griottines de 35 cl • 100 g de pistaches non salées entières • 125 g de poudre d'amandes émondées • 125 g de poudre de pistaches brutes • 175 g de sucre • 1/2 cuil. à café de vanille en poudre
- 4 cl de vanille liquide • 100 g de beurre mou + 25 g pour les moules • 25 g de pâte de pistaches • 50 g de confiture de cerises • 25 g de Maïzena
- 2,5 g de levure chimique

**1 Cassez les œufs** en séparant les blancs des jaunes. Battez en neige ferme les blancs d'œufs en leur ajoutant 50 g de sucre. Réservez.

**2 Dans une petite casserole**, préparez un sirop avec le reste de sucre et 10 cl d'eau. Laissez chauffer jusqu'à 120°.

**Dans un saladier**, commencez à battre très doucement (fouet électrique) les jaunes d'œufs. Versez en filet le sirop de sucre sans cesser de battre. Continuez de battre jusqu'à ce que le mélange refroidisse (environ 5 min).

**Ajoutez les blancs d'œufs** en neige et mélangez délicatement. Ajoutez les deux vanilles et mélangez encore délicatement.

**3 Dans un saladier**, mélangez au fouet la poudre d'amandes, la poudre de pistaches, la Maïzena, la levure chimique. Incorporez le tout dans le mélange aux œufs.

**4 Préchauffez le four** à 160°. Fouettez le beurre pour le rendre pommade et incorporez-le à la pâte de pistaches. Ajoutez un peu de pâte aux œufs pour "détendre" le mélange, puis versez-le dans le saladier de pâte et mélangez encore.

**5 Beurrez** légèrement 4 petits moules à cake et tapissez-les avec du papier cuisson.

**Remplissez** chaque moule à moitié avec la pâte. Répartissez les Griottines égouttées sur la surface de la pâte. Recouvrez avec de la pâte jusqu'aux 3/4 des moules. Enfournez pour 20 min de cuisson.

**6 Pendant ce temps**, concassez les pistaches. Liquéfiez légèrement la confiture avec un peu d'eau.



Battez les blancs d'œufs en neige avec du sucre



Battez les jaunes d'œufs avec le sirop de sucre



Mélangez les blancs en neige et les jaunes battus au sirop



Ajoutez les deux vanilles



Mélangez les matières «sèches»



Ajoutez-les au mélange d'œufs



Mélangez le beurre pommade et la pâte de pistaches



Garnissez les moules avec la pâte et les Griottines



Décorez les cakes avec la confiture et les pistaches

**7 À la sortie du four**, attendez 5 min avant de démouler les cakes. Badigeonnez leur surface au pinceau avec un peu de confiture et parsemez avec les pistaches concassées. Servez à température ambiante.

**NOTRE BON ACCORD : un rosé-des-riceys (vin tranquille rosé de Champagne).**

## Les conseils de CVF

• Si vous utilisez un grand moule à cake, prolongez la cuisson d'environ 15 min, vérifiez-la à l'aide de la pointe d'un couteau, elle doit ressortir à peine humide.

• Vous trouverez les Griottines en vente chez votre caviste ou sur Internet.

# Avantages, le magazine qui simplifie la vie

www.magazine-avantages.fr

N° 343 / AVRIL

**avantages**

**Ca change !**  
NOS RECETTES  
DE POULET  
CRÉATIVES

**BONS PLANS**  
*Nouvelles  
pistes pour  
consommer  
futé*

**JARDIN FLEURI**  
EN AVANT  
LA COULEUR!

**DO IT  
YOURSELF**  
LE PRINTEMPS  
NOUS  
INSPIRE

**Cuisine, déco, sorties...**  
**120 idées**  
**pour se**  
**réinventer**

**NUTRITION**  
MON  
PROGRAMME  
ENERGIE

**Beauté**  
OBJECTIF  
FERMETÉ

**CERVEAU**  
*Je réveille*

**Ca change !**  
NOS RECETTES  
DE POULET  
CRÉATIVES

**BONS PLANS**  
*Nouvelles  
pistes pour  
consommer  
futé*

**JARDIN FLEURI**  
EN AVANT  
LA COULEUR!

**DO IT  
YOURSELF**  
LE PRINTEMPS  
NOUS  
INSPIRE

**Cuisine, déco, sorties...**  
**120 idées**  
**pour se**  
**réinventer**

N° 343 / AVRIL

www.magazine-avantages.fr

**avantages**

**Ca change !**  
NOS RECETTES  
DE POULET  
CRÉATIVES

**BONS PLANS**  
*Nouvelles  
pistes pour  
consommer  
futé*

**JARDIN FLEURI**  
EN AVANT  
LA COULEUR!

**DO IT  
YOURSELF**  
LE PRINTEMPS  
NOUS  
INSPIRE

**Cuisine, déco, sorties...**  
**120 idées**  
**pour se**  
**réinventer**

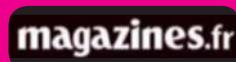
**NUTRITION**  
MON  
PROGRAMME  
ENERGIE

**Beauté**  
OBJECTIF  
FERMETÉ

**CERVEAU**  
*Je réveille* ma bonne humeur

## En kiosque actuellement

ou télécharger sur votre ordinateur, smartphone ou tablette





*Pour que cuisiner soit chaque jour un plaisir, découvrez nos recettes faciles, nos astuces et nos coups de cœur !*

**Une semaine en cuisine**

**Les bons plans vin du moment**

**Banc d'essai : les cornichons au vinaigre**

**Envie de... meringue**

**La rédaction a testé pour vous les batteurs**

**... et plein d'autres infos**

## UNE SEMAINE EN CUISINE

*Pas facile de trouver chaque jour des idées pour cuisiner vite et bon !*

*Avec nos recettes express, petit budget, ultra-faciles, classiques ou originales, on vous promet des repas gourmands sans avoir à attendre le grand soir...*

Photos : Valéry Guedes - réalisation et stylisme : Valéry Drouet  
recettes : Pascale Mosnier



### Asperges et poireaux sauce verte

FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 30 min

Cuisson : 15 min

POUR 4 PERSONNES

8 jeunes poireaux (ou 4 gros) ●  
12 asperges vertes ● 2 œufs ●  
1 bouquet de cerfeuil ● 6 petits cornichons ● 3 petits oignons blancs frais ● 1 cuil. à soupe de moutarde à l'ancienne ● 1 cuil. à soupe de Melfor (ou, à défaut, de vinaigre de cidre) ● 5 cuil. à soupe d'huile d'olive ● sel ● poivre

les légumes doivent être tendres à cœur.

**1 Dans le même temps,** faites durcir les œufs 10 min dans de l'eau bouillante salée (le sel facilite «l'écalage»), rafraîchissez-les sous l'eau froide, puis écalez-les. Hachez-les grossièrement au couteau. Pelez et émincez les oignons. Détaillez les cornichons en tout petits dés. Effeuillez et ciselez le cerfeuil.

**2 Dans un grand bol,** préparez une vinaigrette épaisse avec du sel, du poivre, la moutarde et le Melfor. Mélangez à la fourchette, ajoutez les œufs, les cornichons et le cerfeuil, puis, toujours en remuant, incorporez l'huile.

**3 Servez les légumes** tièdes avec la vinaigrette.

**NOTRE BON ACCORD :** un arbois blanc (Jura).

# Une semaine en cuisine

## Rillettes aux deux saumons et à la vodka



### FACILE ET ABORDABLE

Préparation : 30 min  
Cuisson : 30 min

#### POUR 4 PERSONNES

300 g de pavés de saumon frais

200 g de saumon fumé • 1/4 de petit bulbe de fenouil • 125 g de mascarpone • 3 cuil. à soupe de vodka • poivre du Sichuan

**1** Posez les pavés de saumon dans un plat à four et enfournez-les à froid. Réglez le four à 80°, et laissez cuire 30 min. Passé ce temps, sortez le saumon du four et laissez-le refroidir.

**2** Pendant la cuisson, détaillez (avec des ciseaux) le saumon fumé en tout petits morceaux. Prélevez le plumet vert

du fenouil et réservez-le. Hachez finement le bulbe au couteau. Mettez-le dans un saladier avec le saumon fumé, le mascarpone et la vodka.

**3** Détachez la peau du saumon au four et émiettez la chair avec les doigts, mettez-la dans le saladier. Travaillez le mélange délicatement et longuement.

Disposez-le dans une grosse verrine, poivrez copieusement la surface, décorez avec les pluches du plumet de fenouil et réservez au frais jusqu'au moment de servir.

Accompagnez de fines tranches de pain grillé.

**NOTRE BON ACCORD:** une vodka Beluga (Russie).



## Fricassée express de crevettes aux légumes verts

### FACILE ET ABORDABLE

Préparation : 30 min  
Cuisson : 10 min

#### POUR 4 PERSONNES

500 g de grosses crevettes roses cuites • 400 g de pois gourmands (frais ou surgelés)

• 400 g d'edamame épicés surgelés (fèves immatures de soja), type Picard

• 1 oignon • 1 gousse d'ail • 1 morceau de

2 cm de gingembre frais • 1 bouquet de coriandre

• 3 cuil. à soupe de sauce soja • 3 cuil. à soupe d'huile d'olive • Tabasco

tez les oignons, l'ail et le gingembre à revenir sans colorer, en remuant souvent, puis ajoutez les pois gourmands et les edamame. Arrosez de sauce soja et faites revenir l'ensemble à feu moyen pendant 5 min en remuant souvent.

**3** Ajoutez les crevettes décortiquées dans la sauteuse, mélangez 2 min, relevez de quelques gouttes de Tabasco, parsemez de coriandre et servez aussitôt.

**NOTRE BON ACCORD :** un alsace-riesling.

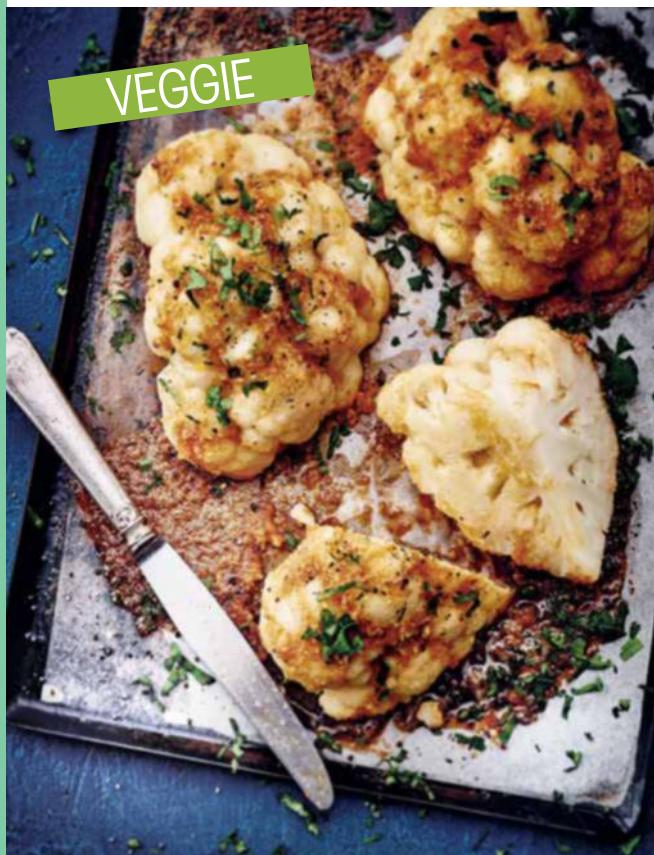
### Le conseil de CVF

Vous pouvez accompagner ce plat de riz thaï cuit à l'eau ou, mieux, au rice-cooker.

**1** Dé cortiquez les crevettes. Pelez et hachez l'oignon, l'ail et le gingembre. Effeuillez et ciselez la coriandre.

**2** Faites chauffer l'huile dans un wok ou une sauteuse. Met-

# Une semaine en cuisine



## Chou-fleur rôti au paprika

**FACILE ET BON MARCHÉ**

Préparation : 10 min  
Cuisson : 45 min

**POUR 4 PERSONNES**

1 chou-fleur • 2 cuil. à soupe de chapelure • 1 cuil. à café de paprika • 1/2 bouquet de persil plat • 15 cl d'huile d'olive • 40 g de beurre • sel • poivre

**1** Éliminez les feuilles vertes du chou-fleur. Lavez et esuyez-le. Coupez-le en quartiers. Faites-les cuire 15 min à la vapeur.

Préchauffez le four à 180°.

**2** Posez les quartiers de chou-fleur sur la plaque du four tapissée de papier cuisson, une face coupée contre le papier.

**3** Effeuillez et ciselez le persil. Faites fondre le beurre au mi-

cro-ondes, dans un bol. Ajoutez le paprika et la chapelure. Salez, poivrez, mélangez.

**4** Enduez uniformément les choux avec cette préparation et enfournez-les pour 30 min environ, jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Servez aussitôt.

**NOTRE BON ACCORD :** un anjou blanc (Vallée de la Loire).

### Le conseil de CVF

Si vous achetez votre chapelure dans le commerce, lisez bien l'étiquette et choisissez une chapelure à base de farine, de sel et de levure uniquement (certaines marques rajoutent tout un tas d'additifs !). Vous pouvez aussi la réaliser avec du pain rassis passé au four 30 min à 90° et mixé.

## Sauté de dinde façon axoa

**FACILE ET BON MARCHÉ**

Préparation : 35 min  
Cuisson : 45 min

**POUR 4 PERSONNES**

600 g de sauté de dinde • 2 poivrons rouges • 2 poivrons verts • 12 petites pommes de terre à chair ferme • 4 gousses d'ail • 3 oignons • 3 cuil. à soupe d'huile d'olive • 1 tablette de bouillon de bœuf • 1 cuil. à soupe de piment d'Espelette • sel • poivre

**1** Pelez et émincez ail et oignons. Rincez et coupez les poivrons en lanières en ôtant pépins et filaments blancs. Faites chauffer la moitié de l'huile dans une cocotte et mettez la dinde à dorer à feu vif. Égouttez à l'écumoire.

**2** Faites revenir dans la cocotte avec le reste d'huile le mélange oignons-ail et les poivrons à feu moyen pendant 10 min, en remuant souvent.

Remettez la viande dans la cocotte, salez, poivrez, relevez de la moitié du piment, ajoutez la tablette de bouillon émiettée et 30 cl d'eau bouillante. Remuez, couvrez et laissez mijoter 20 min.

**3** Pendant ce temps, pelez les pommes de terre. Ajoutez-les dans la cocotte au bout des 20 min et poursuivez la cuisson 20 min.

**Au moment de servir,** (très chaud), goûtez et relevez éventuellement avec le reste de piment si vous aimez les plats épicés.

**NOTRE BON ACCORD :** un irouléguy rosé (Sud-Ouest).

### Le saviez-vous ?

L'axoa (prononcez «atchoa») est un plat typique du Pays basque, à base de veau ou de bœuf, que l'on prépare les jours de foire car il mijote sans qu'on s'en occupe.





## Crèmes moelleuses choco-café

**FACILE ET BON MARCHÉ**

Préparation : 20 min  
Cuisson : 1 h  
Réfrigération : 3 h

**POUR 4 PERSONNES**

180 g de chocolat au café (type Nestlé dessert) ● 20 cl de crème liquide ● 20 cl de lait ● 4 jaunes d'œufs ● 60 g de sucre

**1** Préchauffez le four à 90°. Dans une casserole, faites bouillir le lait et la crème. Dans une jatte, cassez le chocolat en morceaux. Versez le liquide bouillant sur le chocolat, laissez.

**2** Dans un bol, fouettez les jaunes d'œufs avec le sucre. Versez sur la préparation au

chocolat sans cesser de fouetter.

**3** Répartissez la crème dans des ramequins, posez-les dans un plat à four à demi-rempli d'eau et enfournez pour 1 h de cuisson au bain-marie.

**4** Laissez refroidir hors du four, puis placez les crèmes au moins 3 h au réfrigérateur.

Servez frais, avec éventuellement de fines baguettes au chocolat (type Mikado).

**NOTRE BON ACCORD :** un banuyls rimage (jeune vin doux naturel du Roussillon).

**Vous aimez le café ?**  
Ajoutez quelques gouttes d'extrait de café à la crème.

Retrouvez nos  
**offres spéciales d'abonnement** p. 69, p. 105  
p. 115 et sur [www.magazines.fr/cuisineetvinsdefrance](http://www.magazines.fr/cuisineetvinsdefrance)

## Cake marocain sans farine

**FACILE ET BON MARCHÉ**

Préparation : 20 min  
Cuisson : 55 min

**POUR 8 PERSONNES**

1 citron bio ● 1 orange bio ●  
100 g de poudre d'amandes ●  
130 g de sucre en poudre + 50 g  
● 50 g de chapelure ● 4 œufs ●  
15 cl d'huile de tournesol ●  
1 grosse pincée de cannelle ●  
1 sachet de levure chimique ● sel

poudre d'amandes, la cannelle et une pincée de sel. Mélangez. Dans un bol, battez les œufs avec l'huile, puis incorporez-les petit à petit au mélange précédent.

**3** Versez la pâte dans le moule à cake et enfournez pour environ 45 min. Vérifiez la cuisson : un couteau planté au centre du cake doit ressortir à peine humide.

**4** Laissez le cake tiédir. Pendant ce temps, préparez un sirop dans une casserole avec les 50 g de sucre et le jus des agrumes. Laissez-le frémir jusqu'à ce qu'il épaississe. Démoulez le cake. Badigeonnez-le plusieurs fois avec le sirop, laissez refroidir complètement avant de déguster.

**NOTRE BON ACCORD :** un jurançon (moelleux du Sud-Ouest).



# Quésaco ?

## L'AIL DES OURS LE ROI DES FORÊTS

*Son nom évoquant les contes pour enfants lui donne un petit côté magique... Il fait partie des plaisirs culinaires à redécouvrir aux premiers beaux jours.*

Texte : Catherine Gerbod

### PRINTANIER

L'ail des ours – *Allium ursinum* – est le plus connu des nombreuses variétés d'aulx (ou ails) sauvages repérés en France. En mars, ses feuilles larges de 3 à 5 cm sortent de terre pour coloniser les zones ombragées et humides. Sa tige puis ses fleurs blanches apparaissent en avril. En 10 à 12 semaines, sa saison est terminée. Caché dans la terre, le bulbe se prépare alors à l'année suivante ! On l'imagine prospérant en montagne et régalant les ours... En fait, s'il pousse jusqu'à 1500 m, il tapisse aussi les sous-bois du Jura, de Charente, d'Alsace, du Berry, d'Île-de-France...

### MODE D'EMPLOI

Les feuilles ramassées avant floraison sont les plus savoureuses et tendres. Ensuite, elles deviennent plus fibreuses et doivent être hachées. «Les boutons floraux peuvent se confire dans le vinaigre comme les câpres», explique Philippe Fleuriet, de la conserverie-vinaigrerie Françoise Fleuriet. Les fleurs se glissent dans les salades. «Elles ont un goût très puissant», souligne Anick, du blog Les Papilles estomaquées et fan de cette plante.



### Où en trouver ?

Il est disponible en poudre en épicerie fine. Frais, on en trouve parfois sur les marchés ou dans certains magasins bios. À ne pas confondre avec l'aillet, très jeune pousse d'ail. L'idéal est de le cueillir soi-même. «N'arrachez pas le bulbe, mais coupez les feuilles à la base pour préserver l'espèce», conseille Anick qui en donne de multiples recettes sur son blog. Attention, lors de la cueillette, il est à bien distinguer du muguet et de la colchique qui, eux, sont toxiques. Leurs feuilles sont souvent plus épaisses et ne sentent pas l'ail si on les froisse !

### AULX SAUVAGES

Dans *Ail des ours* (éditions de Terran), Bernard Bertrand avance l'idée que les anciens l'ont baptisé ainsi pour évoquer la puissance qu'il procure. C'est vrai qu'il a fort caractère ! «Son goût est moins brûlant, plus subtil que l'ail sec. Il a un petit côté végétal», tempère Philippe Fleuriet qui en parfume un délicieux vinaigre de pineau-des-charentes.

«Son goût assez fin rappelle le poireau», souligne Anick. Sa force est aussi nutritionnelle : il est bien doté en oligoéléments, minéraux et vitamine C. Il est également dépuratif, vermifuge, régulateur du cholestérol et antiseptique.

### INSPIRATIONS CULINAIRES

Haché, il parfume du beurre à poser sur une viande rouge ou des pommes vapeur, assaisonne une farce, une soupe ou simplement une omelette ou une poêlée de légumes. En pesto, il parfume les salades de tomates ou de pommes de terre, du chèvre frais, des pâtes... En vinaigre parfumé, il relève les salades de crabe, de fruits de mer, de lentilles, les poireaux vinaigrette, ou déglace les poissons à la plancha. Anick aime utiliser les fleurs en tempura (pâte à frire japonaise très légère).



# LES BONS PLANS DU MOMENT

*Une bulle, un blanc bio en coup de cœur et des vins rouges sur le fruit qui réveillent le printemps.*

Texte : Karine Valentin

## Classique

### BORDEAUX Château Sainte-Barbe merlot 2014 - 6,50 €

Un beau merlot charnu et ample avec du gras et un milieu de bouche réconfortant et moelleux, avec un coffre bourré de saveurs gourmandes de fruits mûrs, unis dans une même fraîcheur.

**Avec qui :** des adeptes du « bordeaux baching » pour les faire changer d'avis

**Avec quoi :** toutes les recettes de viandes rouges, rosées et blanches

**Quand :** maintenant et pendant dix ans

**Où l'acheter :** chez le caviste, au domaine et sur Internet.

## Biodynamique

### CHEVERNY Domaine des Huard, Envol 2014 - 10 €

Toute la délicatesse d'un gamay produit au plus près et dans le respect de la nature et donc du sol. Une définition lumineuse de ses arômes pour un vin qui exprime la tendresse et la grâce des beaux raisins rouges mûrs avec, en fin de bouche, le croquant indispensable à la convivialité.

**Avec qui :** des amoureux de la nature

**Avec quoi :** de la viande rouge, mais aussi du poisson tant le vin est frais

**Quand :** dès que l'hiver se termine, pour le boire légèrement frais

**Où l'acheter :** au domaine et chez le caviste.

## Découverte

### ARDÈCHE IGP Vignerons ardéchois, syrah Basalte 2015 - 6,50 €

Une petite syrah pour les jeunes qui aiment le raisin, le fruit rouge et le vin. Un vin pour un hamburger et ses frites, sur lequel on peut même rajouter un œuf à cheval tant les tanins délicats de ce rouge ardéchois au cœur fidèle de fruits mûrs tend vers la gourmandise.

**Avec qui :** tout le monde

**Avec quoi :** steak frites ou hamburger

**Quand :** maintenant, après un léger passage au frais

**Où l'acheter :** au caveau.

## Coup de cœur

### PACHERENC-DU-VIC-BILH SEC Clos Les Mets d'Âmes L'Ove 2014 - 14 €

Des agrumes, de la délicatesse, de la tension et une pointe presque fannique pour ce vin bio qui se déguste sur le caillou. On aime aussi le 2015 encore plus riche, dense et minéral, et son petit frère madiran *Le Sens de la Vie* (12 €), un rouge lumineux. Le tout sur 3 ha.

**Avec qui :** peu importe, mais avec amour

**Avec quoi :** des produits bios comme le vin !

**Quand :** tout de suite

**Où acheter le coffret :** chez les cavistes spécialisés en vins bios et au domaine.

## Rigolo

### SAINTPOURÇAIN Les Vignerons de Saint-Pourçain, La Ficelle 2016 - 7,35 €

La cave de Saint-Pourçain-sur-Sioule affuble sa cuvée d'un dessin d'humouriste depuis trente ans. On y apprend que la ficelle plongée dans les bouteilles servait à mesurer ce que buvaient les clients. Gamay et pinot noir, juste du fruit pour un vin qui fait glouglou.

**Avec qui :** des amateurs de BD

**Avec quoi :** un bon saucisson, du pâté de tête ou des rillettes

**Quand :** pour l'apéritif et tous les jours

**Où l'acheter :** sur Internet ou directement à la cave.

## La bulle

### CRÉMANT D'ALSACE Cave de Ribeauvillé, La Grande Cuvée - 17 €

Produit par la coopérative, ce crémant bouscule les codes. Il a la finesse du chardonnay et le fruit du pinot noir, ses raisins. La salinité de la cuvée donne à goûter un vin différent par la qualité de sa pétillance et la justesse de son équilibre.

**Avec qui :** des buveurs de bulles pas bégueules

**Avec quoi :** des saint-jacques sur un lit d'épinards

**Quand :** tant qu'il y a des saint-jacques

**Où l'acheter :** à la cave, chez les cavistes et sur Internet.

## Banc d'essai

# LES CORNICHONS AU VINAIGRE

*Ils sont les alliés des charcuteries, des viandes froides, de la sauce gribiche et des casse-croûte, ou se croquent tout seuls avec délice !  
Nous avons testé 8 références.*

Texte et réalisation : Catherine Gerbod



Photo DR.

### Notre jury

Pierre Cheucle (au fond à gauche), patron du restaurant *Chez Marcel* et auteur du livre *Chez Marcel* (éditions Albin Michel), hommage à la culture toujours vivace du bistro, Catherine Gerbod (CVF), Pierre Maunoury, directeur de la rédaction de *M.P.A.*, *Merci pour l'adresse*, magazine d'art de vivre 100% Instagram, Sophie Menut (CVF), Marc de Laubier, amateur de cornichons, Maryse Sargis, journaliste spécialisée, auteure du blog *Vin & Chère* (absente de la photo).

Les cornichons au vinaigre sont les plus traditionnels en France et sont à distinguer des cornichons aigres-doux, typiques de l'est et du nord de l'Europe, également présents en rayon.

### À CROQUER

Nous nous sommes concentrés sur les extra-fins ou mini. Un code des bonnes pratiques des industriels du secteur prévoit qu'il y a au moins

150 cornichons par kilo pour des cornichons extra-fins, et entre 120 et 149 par kilo pour les très fins. Les autres calibres sont les fins, les moyens et les gros. Le calibre a un fort impact sur la sensation de croquant, à tel point que nous avons éliminé du test un pot de cornichons présentés comme «petits». Il était trop désavantageux sur le critère du croquant.

Autre critère, la sensation vinaigrée. Elle fait partie de l'attrait du cornichon : elle doit aviver les papilles sans agressivité. L'aromatisation a parfois divisé les jurés. La graine de moutarde aromatise tous les pots, ainsi que le petit oignon blanc,



Photo Mizina / fotolia.com

parfois très présent. Certaines marques ajoutent graines de coriandre, estragon, piment de la Jamaïque, poivre noir. Tous les bocaux contiennent de l'«arôme» ou «arôme naturel» (Freshona, Amora, Maille) sans plus de précisions.

### UN PRODUIT STANDARD

Toutes les étiquettes (sauf Freshona) mentionnent l'usage d'un conservateur (sulfites). Certaines signalent un additif destiné à raffermir le cornichon (Carrefour, Auchan, Bouton d'or).

En dehors des choix d'aromatisation, nous avons constaté peu de différence d'un produit à l'autre, d'où des notes très proches. Un seul produit s'est vraiment distingué. La taille des bocaux n'étant pas standard, il est impératif de regarder le prix au kilo. Dans notre échantillon, il était de 3,22 € à 9,13 €. Même avec cet écart de 1 à 3, le pot de cornichons reste un petit plaisir à prix doux, à déguster sans modération !

L'origine des cornichons n'est pas un critère de goût, mais il faut souligner que les industriels les importent principalement d'Inde et de Roumanie. Seul le bocal Charles Christ indique l'origine de ses cornichons (Inde) même s'il affiche aussi... un bandeau tricolore ! ■

## Banc d'essai

MAILLE

**L'Original - cornichons extra-fins**

2,01 € les 220 g (9,13 €/kg)

chez Intermarché

Ils ont fait l'unanimité pour leur croquant et leur finesse de goût. Prix au kilo le plus élevé de l'échantillon.

**Pour :** bel aspect. Notes florales et fraîches. Très croquants. Saveur vinaigrée mais sans agressivité. Goût fin, bien équilibré entre vinaigre, cornichons et aromates.

**Contre :** goût un peu «monolithique».



**16/20**

CHARLES CHRIST

**Mini - Cornichons aux deux vinaigres**

2,51 € les 380 g (6,61 €/kg)

chez Intermarché

Très croquants. Beaucoup d'oignons.

**Pour :** bel aspect. Petits cornichons très fins, super croquants et additifs... Bon équilibre entre vinaigre, cornichons et aromates.

**Contre :** aromatisation un peu ordinaire. Goût un peu neutre. Arômes trop discrets.



**14,5/20**

MONOPRIX

**Cornichons extra-fins croquants au vinaigre**

1,37 € les 185 g (7,41 €/kg)

chez Monoprix

Un bon standard.

**Pour :** bien croquants. Oignons blancs assez présents. Estragon visible et parfumé, qui donne un côté artisanal. Du caractère. Tonique.

**Contre :** trop forte présence de l'oignon blanc et de l'estragon. Vinaigre un peu agressif.



**14/20**

BOUTON D'OR

**Les cornichons croquants extra-fins**

1,12 € les 185 g (6,05 €/kg)

chez Intermarché

Un bon rapport qualité/prix (l'un des moins chers de notre échantillon).

**Pour :** bel aspect. Bien croquants. Goût bien équilibré entre vinaigre et aromates. Plait à ceux que le caractère très vinaigré ne dérange pas.

**Contre :** peu d'oignons blancs. Nez très vinaigré. Trop vinaigré en bouche. Texture parfois un peu dure et ligneuse.



**14/20**

### Déroulement du test

Le restaurant *Chez Marcel*, authentique bistro parisien du quartier de Montparnasse, nous a accueillis pour cette dégustation. Les marques ont été cachées. Les cornichons ont été dégustés dans un ordre aléatoire.



**14/20**

AUCHAN  
**Cornichons extra-fins aux 5 aromates**

1,18 € les 185 g (6,38 €/kg)

chez Simply market

Un style très aromatisé avec oignons, coriandre, moutarde, piment de la Jamaïque et poivre.

**Pour :** bel aspect. Nez très aromatique. Texture croquante. Aromatisation de caractère. Bien parfumés. Bien équilibrés. Bien vinaigrés.

**Contre :** vinaigre un peu trop présent. Une pointe d'amertume.



**14/20**

FRESHONA  
**Cornichons extra-fins**

1,19 € les 370 g (3,22 €/kg)

chez Lidl

Un style peu aromatisé (qui plaît ou déplaît). Un côté basique tout simple. Le meilleur rapport qualité/prix.

**Pour :** bel aspect. Pas d'aromatisation compliquée. Texture assez croquante. Un côté tonique.

**Contre :** nez très vinaigré. Vinaigre assez présent en finale. Un peu basique. Certains cornichons, un peu plus gros, sont moins croquants.



**14/20**

CARREFOUR  
**Cornichons à croquer extra-fins**

1,43 € les 185 g (7,73 €/kg)

chez Carrefour

Aromatisation assez accentuée avec des graines de coriandre, de moutarde et de l'estragon. La forte présence de la coriandre a divisé.

**Pour :** bel aspect. Parfum agréable d'aromates au nez. Texture assez croquante. Vivacité.

**Contre :** vinaigre un peu agressif. Goût de coriandre trop prononcé.



**13/20**

AMORA  
**Croq'vert extra-fins aux 5 épices et aromates**

1,50 € les 210 g (7,14 €/kg)

chez Simply Market

Son aromatisation est très présente (oignons, graines de moutarde, de coriandre, piment de la Jamaïque, poivre noir, arôme naturel).

**Pour :** bel aspect. Oignons blancs assez nombreux. Texture croquante. Bien vinaigrés. Sensation de vivacité.

**Contre :** le goût des cornichons est couvert par des notes rappelant le clou de girofle. Oignon très présent.

Photos produits Thierry Leyay

# Bonnes idées

## ENVIE DE MERINGUE

*Aériens, craquants et fondants à la fois, ces nuages de douceur sont beaucoup plus faciles à réaliser qu'on ne l'imagine. Laissez-vous tenter...*

Recettes : Sophie Menut

### LES RECETTES DE BASE

#### Meringue française

C'est la plus classique et la plus simple, elle sert à réaliser des décors ou les petites (ou grosses) meringues à croquer.

Préchauffez le four à 120°. Dans un grand saladier, commencez à monter **4 blancs d'œufs** à vitesse lente au batteur électrique. Au bout de 3 min, ajoutez peu à peu **120 g de sucre en poudre** en le versant entre la paroi du saladier et la masse de blancs. Continuez de battre jusqu'à ce que la neige soit très ferme. Ajoutez alors peu à peu délicatement **120 g de sucre glace** à la spatule souple. Remplissez une poche à douille avec la neige.

Formez des rosaces sur une plaque à four tapissée de papier cuisson. Enfournez et laissez cuire entre 45 min (pour des petites bouchées) et 2 h (pour des grosses meringues). Laissez refroidir entièrement dans le four porte entrouverte.



Prêt à l'avance

#### Meringue italienne

Elle décore la fameuse tarte au citron, allège les crèmes au beurre, est indispensable dans les soufflés glacés ou les macarons... Munissez-vous d'un thermomètre à sucre. Dans une petite casserole, préparez un sirop avec **200 g de sucre en poudre** et 5 cuil. à soupe d'eau. Dans un saladier, faites mousser **4 blancs d'œufs** au fouet électrique. Lorsque le sirop atteint

120°, versez-le en filet sur les blancs sans cesser de fouetter jusqu'à complet refroidissement (environ 10 min). La meringue doit être lisse, ferme et brillante.

#### Meringues au chocolat

POUR 6 PERSONNES

Faites fondre **200 g de chocolat noir**, ajoutez **4 jaunes d'œufs extra-frais** un à un. Montez **4 blancs d'œufs extra-frais** en neige très ferme et incorporez-la délicatement au chocolat. Laissez prendre au réfrigérateur au moins 2 h. Préparez une meringue française (cf. notre recette) et formez 12 demi-sphères (5 cm de diam.) à la poche à douille. Enfournez pour 1 h 30. Collez les demi-sphères avec un peu de mousse au chocolat et recouvrez-les de mousse. Poudrez-les de **cacao en poudre amer**.

Prêt à l'avance

#### Pavlovas à la rhubarbe

POUR 6 PERSONNES

Faites dégorger 30 min **4 tiges de rhubarbe** éffilées et coupées en tronçons avec **40 g de sucre** dans une passoire. Égouttez et faites compoter dans une casserole avec **40 g de sucre** et **1 gousse de vanille** fendue, à couvert et à feu doux 20 min. Laissez refroidir.

Préparez une meringue française (cf. notre recette) en ajoutant **1 cuil. à soupe de Maïzena** petit à petit. Formez 6 nids de meringue à la spatule sur la plaque à four et enfournez pour 1 h 15. Montez **25 cl de crème liquide très froide** en chantilly au batteur électrique et ajoutez à la fin **50 g de sucre glace** en pluie. Garnissez les pavlovas avec la compote de rhubarbe, la chantilly et des **framboises**.

# Bonnes idées

## Vacherin express

POUR 6 À 8 PERSONNES

Montez **40 cl de crème liquide très froide** en chantilly au batteur électrique et ajoutez à la fin **60 g de sucre glace** en pluie. Incorporez délicatement **4 grosses meringues françaises** (cf. notre recette) émiettées entre vos doigts. Versez dans un moule à cake tapissé de film étirable et placez au moins 2 h au congélateur. Pour servir, démóulez le vacherin, tranchez-le et servez avec **un coulis de fruits**.

## Crumble meringué

POUR 8 PERSONNES

Pelez et coupez **2 pommes** en dés. Pelez et coupez en rondelles **2 kiwis** et **2 bananes**. Mélangez les fruits dans un moule à four **beurré**. Arrosez du jus de **1 citron** et poudrez de **60 g de sucre roux**, enfournez (180°) pour 20 min. Brisez **6 petites meringues françaises** (cf. notre recette) et **6 spéculoos** entre vos doigts. Mélangez avec **50 g de flocons d'avoine** et **50 g de poudre de noisettes**. Parsemez-en les fruits encore chauds. Servez.

## Soufflé à l'ananas

POUR 6 PERSONNES

Récupérez la chair de **1/2 ananas** et mixez-la grossièrement dans le bol d'un robot avec **1 cuil. à café de vanille liquide** et **2 cuil. à soupe de rhum ambré**. Préparez une **meringue italienne** (cf. notre recette) et mélangez-la délicatement à la purée d'ananas. Versez le tout dans un moule à soufflé **beurré** et enfournez (180°) pour 25 min. Servez rapidement.

## Nos secrets de réussite

- Pensez à séparer les blancs des jaunes (en évitant toute trace de jaune dans vos blancs) 1 ou 2 jours à l'avance et conservez-les dans une boîte hermétique au réfrigérateur, sortez-les à l'avance pour les ramener à température ambiante.
  - Pour monter les blancs, démarrez toujours à vitesse lente.
  - La neige n'attend pas, ne montez pas vos blancs à l'avance.
- L'utilité de la pincée de sel est controversée... À chacun sa religion.
- Si vous montez beaucoup de blancs, vous pouvez ajouter quelques gouttes d'acide (jus de citron ou vinaigre blanc) pour retarder la liquéfaction des blancs.

## Eton mess

POUR 4 PERSONNES

Faites cuire **250 g de fraises** avec **50 g de sucre** 5 min dans une petite casserole. Mixez et laissez refroidir ce coulis. Coupez **250 g de fraises** en 2. Battez au fouet électrique **25 cl de crème liquide très froide** et **4 cuil. à soupe de mascarpone** avec **30 g de sucre glace**. Ajoutez la moitié du coulis dans cette crème. Brisez entre vos doigts **2 grosses meringues françaises** (cf. notre recette). Déposez un peu de meringue dans 4 verres, puis mettez quelques fraises, couvrez de crème et de coulis. Montez en couches jusqu'à épuisement des ingrédients en terminant par des demi-fraises. Servez bien frais.

## Tarte au citron meringuée

POUR 8 PERSONNES

Étalez 1 rouleau de pâte sablée dans un moule à tarte. Piquez la pâte et enfournez (180°) pour 20 min de cuisson à blanc. Dans une petite casserole, mélangez **2 œufs entiers** et **1 jaune** avec **100 g de sucre**, le zeste râpé et le jus de **2 citrons bios**. Faites chauffer à feu très doux sans cesser de mélanger. Ajoutez **100 g de beurre** et remuez sur le feu jusqu'à ce que le mélange épaisse. Laissez tiédir avant d'en garnir le fond de tarte. Recouvrez de **meringue italienne** (cf. notre recette), à la poche à douille en formant des pics. Dorez la surface avec un petit chalumeau ou quelques secondes sous le gril du four.

## Meringues à la saveur d'orange

POUR 6 PERSONNES

Préparez une **meringue française** (cf. notre recette) en ajoutant **3 gouttes de colorant alimentaire orange**. Formez 2 disques (15 cm de diam.) à la poche à douille sur une plaque tapissée de papier cuisson. Enfournez pour 2 h. Pendant ce temps, faites chauffer **15 cl de lait** avec le jus de **1 orange** et **2 cuil. à soupe d'eau de fleur d'oranger**. Battez **2 jaunes d'œufs** avec **50 g de sucre en poudre** et **2 cuil. à soupe de Maïzena**, ajoutez-les au lait chaud et mélangez sur feu doux jusqu'à ce que le mélange épaisse. Laissez refroidir puis ajoutez **10 cl de crème liquide très froide** montée en chantilly. Étalez la crème entre les 2 meringues. Servez frais.

## Vacherin au café

POUR 6 PERSONNES

Sortez du congélateur **50 cl de glace au café**. Cassez **4 œufs** en séparant les jaunes des blancs. Battez les jaunes avec **100 g de sucre en poudre** et **1 cuil. à café d'extrait de café**. Battez les blancs en neige ferme et incorporez-les délicatement aux jaunes avec **10 cl de crème épaisse**. Versez 1/3 de ce mélange dans un moule à cake tapissé de film étirable. Couvrez avec de la **meringue française** (cf. notre recette) émiettée entre vos doigts et le 1/3 de la glace au café. Répétez 2 fois l'opération pour remplir le moule. Placez au congélateur 2 h. Montez **25 cl de crème liquide très froide** en chantilly avec **1 cuil. à soupe de café instantané** et ajoutez à la fin **30 g de sucre glace** en pluie. Démoulez le vacherin, recouvrez-le de chantilly et remettez 20 min au congélateur avant de servir.

+ DE RECETTES AVEC  
DE LA MERINGUE SUR  
[cuisineetvinsdefrance.com](http://cuisineetvinsdefrance.com)

# Le b.a.-ba du vin

## LE PRINTEMPS DES VIGNES

*La vigne sort enfin de l'hiver et nous aussi ! La bonne saison pour regarder autour de nous, l'observer et la comprendre.*

Texte : Karine Valentin

### Le printemps, saison de tous les dangers

La vigne se réveille lentement de sa dormance, c'est alors que les gelées printanières risquent de griller les bourgeons. Même si on peut se protéger en taillant plus tard les vignes gélives, nul n'est à l'abri d'une gelée de printemps. Puis, la fleur apparaît, elle est déterminante pour le futur fruit, normalement le ban des vendanges sera déclaré 100 jours après. Si elle coule à cause du vent ou de la pluie, il y aura moins de raisin.

### Réchauffement climatique et viticulture

Les températures enregistrées en juillet 2016 ont été les plus chaudes constatées depuis 137 ans !

Les vignerons doivent s'adapter au nord comme au sud. Les fortes températures les

obligent à ramasser les raisins plus tôt ou à imaginer des clones résistants à la chaleur et à la sécheresse. Les viticultures biologique et biodynamique ont montré que les plantes dont les racines plongent en profondeur résistent mieux au stress hydrique. Dans le Nord, les raisins rouges arrivent à maturité, certains producteurs français traversent même la Manche pour s'intéresser aux vignobles de Grande-Bretagne. Les séquences climatiques violentes des dernières années – gelées noires, inondations, orages de grêle... – jouent aussi sur la productivité, diminuent fortement les rendements et entament le moral des producteurs.

### L'herbe entre les rangs de vigne, c'est négligé

Faux. L'herbe qui pousse entre les vignes est favorable à la qualité,

c'est pour cela que certains vignerons en sèment. Elle pompe l'eau en excédent, aère le sol, crée un environnement favorable au développement de la biodiversité et produit de l'engrais naturel... Le vigneron doit juste veiller à ne pas se laisser déborder.

### Les rosiers au bout des rangs de vignes, c'est joli...

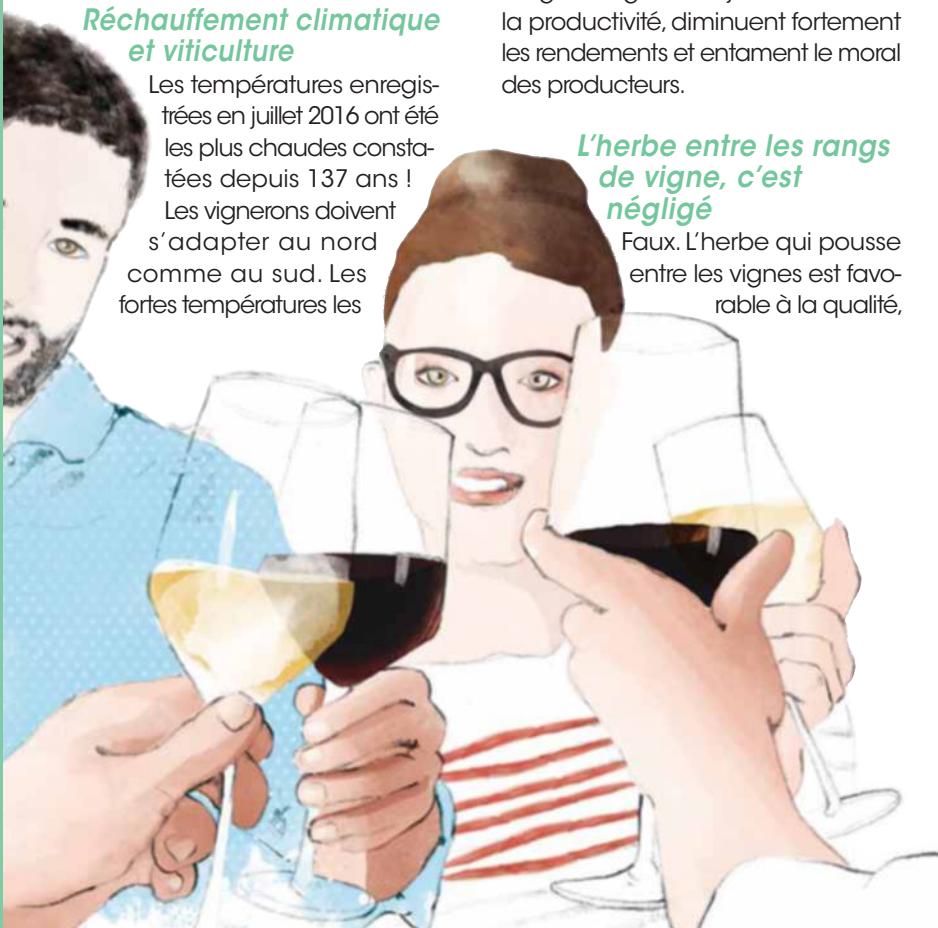
Oui mais pas que... Quand le vigneron travaille sa vigne au cheval, afin d'éviter que l'équidé n'écrase le dernier pied alors qu'il tourne, on plante un rosier. L'animal s'y frotte et s'y pique faisant attention au prochain tournant d'arrondir sa courbe. Les rosiers sont aussi d'excellents avertisseurs en cas de certaines maladies qui s'attaquent aux roses avant d'envahir la vigne.

### Coteaux ou plaine ?

Moins la vigne en a, mieux elle se porte. Il lui faut de l'eau mais pas trop et surtout un sol riche de minéraux, le calcaire sous toutes ses formes et de toutes les époques, est son socle de prédilection. Elle préfère les coteaux plus frais et ventés aux sols plus maigres que dans les plaines.

### Qu'est-ce que la densité de plantation ?

C'est le nombre de pieds plantés par hectare, elle va de 12000 à 4500. Une densité élevée est favorable à la qualité car les vignes esquichées entrent en concurrence et produisent moins de raisin. Mais planter à haute densité réclame davantage de travail et coûte plus cher. CQFD.



*1 produit, 11 recettes*

# UNE BOÎTE DE CHAIR DE CRABE

*On en pince pour lui en boîte, en bocal ou surgelé. Le crabe apporte fraîcheur et exotisme à nos salades, soupes, rouleaux de printemps, omelettes...*

Recettes : Sophie Menut et Pascale Mosnier



## Galettes croustillantes

**POUR 4 PERSONNES**

Faites cuire (départ à l'eau froide) **400 g de pommes de terre** pelées et coupées en dés, 15 min. Égouttez et écrasez à la fourchette avec **20 g de beurre**. Faites dorer au **beurre 2 échalotes** finement hachées. Mélangez-les soigneusement avec les

**pommes de terre, 400 g de miettes de crabe** bien égouttées, **3 cuil. à soupe de farine, 3 cuil. à soupe de mayonnaise (maison), 4 brins de ciboulette** ciselée et relevez de **Tabasco**. Placez au moins 1 h au frais. Façonnez de petits palets dans vos mains, poudrez-les de **farine**, trempez-les rapidement dans **2 œufs battus**, puis panez-les à

**la chapelure**. Faites-les dorer à la poêle avec **de l'huile**. Servez chaud avec des **quartiers de citron**.

## Soufflé au crabe

**POUR 4 PERSONNES**

Dans une casserole, fouetez **30 g de farine** avec **30 g de beurre**, laissez cuire 1 min et versez **30 cl de lait** sans cesser

de fouetter pour obtenir une béchamel épaisse. **Salez, poivrez**, ajoutez **1 pointe de muscade**. Hors du feu, incorporez **3 jaunes d'œufs, 150 g de miettes de crabe** bien égouttées, puis **3 blancs d'œufs** montés en neige. Versez dans un moule à soufflé bien beurré et enfouez (four à 200°) pour environ 20 min. Servez dès que le soufflé est monté et doré.

# 1 produit, 11 recettes

## Soupe de crabe exotique

### POUR 4 PERSONNES

Dans une casserole, faites fondre au **beurre** **1 oignon rouge** haché finement. Mouillez avec **10 cl de lait de coco** et **30 cl d'eau chaude**. Ajoutez **1 petit bâton de citronnelle** haché, **1 tablette de bouillon de volaille** et **1 pincée de curry**. Laissez frémir 10 min, ajoutez **50 g de vermicelle de soja** et laissez cuire encore 2 min en remuant. Hors du feu, ajoutez **200 g de chair de crabe** bien égouttée et **6 brins de coriandre** ciselés. Relevez d'un peu de piment et servez chaud.

## Cake au crabe et crevettes

### POUR 8 PERSONNES

Dans une jatte, mélangez **150 g de farine**, **3 œufs**, **1 sachet de levure chimique**, **15 cl de lait**, **4 cuil. à soupe d'huile d'olive**, **1/2 bouquet d'aneth** ciselé et **200 g de miettes de crabe** bien égouttées. Versez la moitié de la pâte dans un moule à cake en silicone, posez **250 g de grosses crevettes roses cuites** décortiquées, versez le reste de pâte. Enfournez (four à 180°) pour 45 min. Laissez tiédir, démoulez et servez froid.

## Mousse de crabe

### POUR 4 PERSONNES

Dans un robot équipé d'un couteau, mixez **200 g de miettes de crabe** bien égouttées avec **1/4 de petit bulbe de fenouil** émincé, **3 cuil. à soupe de mayonnaise** (maison ou en bocal) et **1 pincée de**

**piment d'Espelette**. Servez bien frais à l'apéritif sur des **crackers** ou dans des **petites feuilles d'endives**.

## Rouleaux de printemps au crabe

Prêt à l'avance

### POUR 6 PERSONNES

Faites gonfler **75 g de vermicelle de riz** 2 min dans un grand bol d'eau bouillante, égouttez. Trempez **6 feuilles de riz** dans un saladier d'eau chaude, attendez quelques secondes qu'elles ramollissent, posez-les sur un torchon propre. Dans un saladier, mélangez le vermicelle, **50 g de haricots mungo** (appelés souvent à tort germes de soja), **1 concombre** pelé, égrené et détaillé en bâtonnets, **6 feuilles de laitue** en lanières, **6 cuil. à soupe de chair de crabe** égouttées, **3 brins de menthe** et **3 de coriandre** ciselés. Répartissez sur les feuilles de riz, roulez-les sur elles-mêmes en rabattant les extrémités et en serrant un peu. Servez frais avec un peu de **sauce nuoc-mâm**.

## Omelette thaïe au crabe

### POUR 4 PERSONNES

Battez **8 œufs** dans un saladier à la fourchette, ajoutez **1 petit piment** émincé, **1 boîte de miettes de crabe** bien égouttées, **1 échalote** hachée, **4 brins de ciboulette** ciselés, **1 cuil. à soupe de sauce d'huître**. Poivrez et mélangez. Faites cuire l'omelette dans une grande poêle avec **3 cuil. à soupe d'huile d'arachide** brûlante.

## Gratins de crabe New-York

### POUR 4 PERSONNES

Dans une casserole, faites réduire à sec **4 échalotes** hachées avec **10 cl de vin blanc sec**. Versez dans un saladier. Ajoutez **200 g de chair de crabe** bien égouttée, **2 cuil. à soupe de ketchup**, **2 cuil. à soupe de sauce Worcestershire**, **1 trait de Tabasco** et **15 cl de crème épaisse**. Versez dans 4 ramequins, poudrez de **parmesan râpé**, faites gratiner 10 min au four et servez chaud.

## Salade craquante au crabe

Prêt à l'avance

### POUR 4 PERSONNES

Lavez **2 bulbes de fenouil**, **8 champignons de Paris** et **2 pommes**. À la mandoline, émincez-les en fins copeaux sans pelier les pommes. Citonnez les champignons et les pommes. Dans un saladier, mélangez délicatement le tout. Égouttez et ajoutez **1 boîte de chair de crabe** bien égouttée. Arrosez l'ensemble avec **5 cl d'huile d'olive**. Salez, poivrez, mélangez délicatement et parsemez avec de **coriandre** ciselée. Servez bien frais.

## Pomélos farcis au crabe

### POUR 4 PERSONNES

Coupez **2 pomélos** en deux, prélevez la chair sans abîmer les demi-coques. Détaillez la chair en petits morceaux et mettez-les dans un saladier avec le jus. Ajoutez **1 boîte de chair de crabe** bien égouttée,

**1 cébette** ciselée, **1 tomate** pelée, épépinée et coupée en dés. Versez **3 cuil. à soupe d'huile d'olive**, **salez**, **poivrez** et mélangez bien. Garnissez-en les coques et servez frais.

## Toasts briochés au crabe

### POUR 4 PERSONNES

Mélangez **200 g de chair de crabe** bien égouttée avec **125 g de fromage frais** (type St Môret) et **1 cuil. à soupe de ciboulette** ciselée. Poivrez. Pelez **1 avocat**, coupez-le en lamelles, **citonnez-les**. Toastez **4 tranches de brioche**, tartinez-les avec la préparation au crabe, couvrez de lamelles d'avocat et servez aussitôt.

## Le crabe aux pinces d'or

Rien n'égalé la saveur d'un fourneau cuit maison et décortiqué à la main. Mais faute de temps (ou de patience), on peut acheter du crabe en boîte, en bocal ou surgelé. Attention, le poids net égoutté est bien inférieur au poids inscrit en plus gros sur la boîte...

- Les miettes... ce sont vraiment des miettes... à la texture cotonneuse.
- Chair et pattes : certaines étiquettes annoncent 40 à 60, voire 100% de pattes décortiquées entières, ce qui fait grimper les prix, mais garantit un produit de qualité (de 160 à 280 € le kilo).
- Quant aux «miettes saveur crabe», ce n'est que du surimi aromatisé au crabe, donc loin de la saveur du fourneau.

+ DE RECETTES AVEC UNE BOÎTE DE CHAIR DE CRABE sur [cuisineetvinsdefrance.com](http://cuisineetvinsdefrance.com)

Fan de...

# LE RIZ, PETIT GRAIN MAGIQUE

*Cette céréale ne se contente pas d'offrir de très nombreuses variétés.  
Elle possède aussi une étonnante faculté de transformation.*

Texte : Catherine Gerbod - photos : Thierry Legay



**1 Tagliatelles**



**2 Farine précuite,  
appelée aussi crème**



**3 Soufflé**



**4 Vinaigre**



**5 Feuilles**



**6 Boisson**

## **1 Tagliatelles**

La farine de riz se transforme en nouilles ou vermicelles, mais aussi en pâtes, façon tagliatelles (Autour du riz, 4,64 € les 400 g).

## **2 Farine de riz ou crème**

Nos grand-mères connaissaient déjà cette crème de riz (en fait de la farine de riz précuite) permettant d'épaissir des sauces, des potages, des desserts en remplacement de la féculle de maïs ou de pomme de terre (Markal, 1,73 € les 250 g).

## **3 Soufflé**

Le riz soufflé croustille dans des galettes légères en poids mais tout de même énergétiques (Bongran, 1,01 € les 130 g). À l'inverse, le riz peut s'aplatir en flocons.

## **4 Vinaigre**

D'une faible acidité, il assaisonne le riz des sushis et les salades, ou s'utilise pour une marinade. (Lima, 5,35 € les 25 cl, issu de riz complet). Le riz fermenté est aussi à l'origine du saké et du mirin, un alcool au goût sucré utilisé en cuisine pour mariner ou laquer.

## **5 Feuilles**

Ces très fines galettes se roulent en nems ou en rouleaux de printemps, ou invitent à la créativité. Le chef Julien Duboué (A. Nosie, à Paris) en fait de savoureux «rouleaux landais» à base de laitue, asperge blanche, foie gras et magret fumé.

## **6 Boisson**

Cuit, mixé avec de l'eau et un peu d'huile végétale, le riz devient une boisson nature ou parfumée, à l'amande par exemple (Bonneterre, 2,84 € le litre).

# Pêle-mêle

## LA LISTE DE NOS ENVIES

*Sélection non exhaustive des coups de cœur de la rédaction.*

Textes : Sophie Menut, Marie-Charlotte Mignucci et Karine Valentin



### GRAND PARIS GOURMAND

À Puteaux. *L'Escargot 1903*, avec, à sa tête, Paolo Boscaro, 30 ans, dont 15 déjà passées en cuisine et auréolé d'une étoile bien méritée, ravit les gourmands avec une cuisine d'émotions, épurée et poétique qui marie fleurs et herbes. Menus à 45, 75 et 79 €.

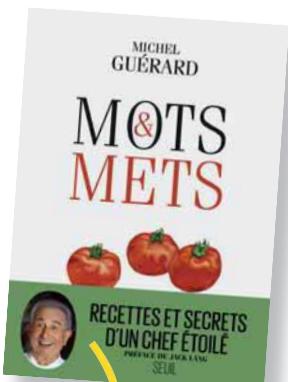
À Boulogne-Billancourt. *Plantxa* est né d'une idée du jeune chef colombien Juan Arbelaez, qui a fait confiance à son coéquipier et ami Maximilien Kuzniar, dit Max, pour y délivrer des plats audacieux et bourrés d'esprit. Un bistro gastro dans un cadre «Brooklyn». Carte environ 45 €.

### L'instagram qui nous plaît

#jujube\_en\_cuisine Amoureuse de caramel et de chocolat, Julie se revendique gourmande, curieuse et photographe. Suivez son fil, vous deviendrez accro aux photos de ses réalisations et à ses coups de cœur.

### LIVRE TRUCULENT

Derrière le magicien d'Eugénie-les-Bains et le chef triplement étoilé depuis 40 ans, se cache un homme plein d'esprit. Quelle jolie façon de se raconter que cet «abécédaire d'appétit» suivi de recettes égrenées comme des petits contes gourmands. Un livre qu'on ne lâche plus, bourré de poésie, d'humour et d'amour. *Mots & mets* de Michel Guérard, Éditions du Seuil, 17€ (144 p.).



### UN CHEF À DOMICILE

Invitez vos amis, le chef s'occupe de tout! Du marché, au dressage de la table en passant par la cuisine, il se charge de vous faire passer un moment exceptionnel autour de 3 champagnes millésimés *Palmes d'Or Nicolas Feuillatte*. Dîner pour 10 pers.: 1 500 €. Expérience proposée à Paris, Lyon, Bordeaux, Nice, Lille et Caen, et alentours.



# Pêle-mêle

## À vos macarons !

Quand on est gourmand, on ne compte pas ! C'est déjà la 7<sup>e</sup> édition du concours du macaron amateur, avec un succès grandissant. La finale aura lieu cette année à Bergerac, le 13 mai, en présence d'un jury composé notamment des chefs pâtissiers Pierre Hermé, Christophe Michalak et Philippe Conticini. Seront en lice les finalistes de 12 villes françaises et de 4 villes étrangères.



**“ Entre une mauvaise cuisinière et une empoisonneuse, il n'y a qu'une différence d'intention ”**

Charles Emil Hagdahl, médecin et écrivain suédois, XIX<sup>e</sup> siècle



## Dîner à 4 mains

Les deux chefs doublement étoilés, Julien Gatillon et Philippe Mille, se sont livrés en décembre dernier à l'exercice

du dîner à 4 mains, au Domaine des Crayères, à Reims. Un repas exceptionnel en 4 actes autour du gibier et de la truffe, sublimé par les champagnes Barons de Rothschild et les vins de la Compagnie vinicole Baron Edmond de Rothschild.



## Salon vin et terroirs, à Toulouse

Du 17 au 19 mars, des vignerons de toute la France, des artisans producteurs venus faire découvrir leurs produits, des ateliers où percer le mystère de la vinification et des accords mets-vins, et des dégustations imprimeront leur tempo gourmand à la Ville rose.

## Taste of Paris

Du 18 au 21 mai, à Paris, le Grand Palais réunit sous sa nef grands chefs et jeunes talents pour proposer au public le meilleur de la gastronomie parisienne à apprécier en bouchées. Cours de cuisine et dégustations de produits en bonus.

## La Fête du pain

«Bougez avec le pain !» Parce que le pain fait partie de notre quotidien alimentaire, du 15 au 21 mai, partout en France, les boulangers proposeront animations et manifestations gourmandes sur le thème, cette année, de l'activité physique.

## Coutellia, en Auvergne

Le festival international du couteau d'art et de tradition se tiendra les 20 et 21 mai. Quelque 200 exposants de 22 pays seront présents à Thiers, capitale mondiale de la coutellerie. Une plongée dans huit siècles d'histoire et de savoir-faire.

## Salon du vin de La Revue du vin de France

Ça se passe à Paris et ça dure deux jours, les 19 et 20 mai au palais Brongniart. On y croise quelques-uns des meilleurs vignerons français, des chefs de renom, des sommeliers en vogue et les cavistes qui comptent.

## Bordeaux en ligne

La Vinothèque de Bordeaux, grand caviste bordelais, a désormais son site de vente en ligne, adossé à l'une des maisons de négoce les plus réputées, la société Dubos. Le site propose du 16 mars au 13 avril sa foire aux vins de printemps avec 174 références de bordeaux de 2003 à 2015 et 49 références d'autres régions.

## À la carte comme à la cave

Du 1<sup>er</sup> au 31 mars, la société Duclot la Vinicole, lance l'opération «Carte sur table 2017» et propose une sélection de grands bordeaux



épanouis à prix caviste sur les tables étoilées et sur celles des meilleures brasseries et bistrots. Au total, 15 vins issus des plus beaux terroirs, du millésime 1996 au 2013.

*La rédaction a testé pour vous*

# PLEINS FEUX SUR LES BATTEURS ÉLECTRIQUES

*Presque 100 ans déjà que les batteurs électriques ont remplacé les fouets manuels. Portables, ils jouent de plus en plus la carte de la polyvalence.*

Texte : Sophie Menut - sélection : Carine Darmon - photos : Thierry Legay

## POURQUOI ?

S'il fallait en garder un, le batteur électrique ferait partie de nos ustensiles préférés. Parce que c'est beaucoup plus simple, plus facile et plus rapide de monter des blancs en neige avec un appareil qui travaille à notre place.

## IL SERT À QUOI ?

Très complet, il sert à émulsionner, raffermir, faire mousser, mélanger, pétrir sans se fatiguer. Chantilly, mousses, mayonnaises, crèmes, pâtes se préparent en un clin d'œil.

## BIEN LE CHOISIR

Plus le batteur est équipé d'accessoires (crochets pétrisseurs, malaxeur...), plus il est polyvalent. Faites attention toutefois à le choisir pour ce qu'il sait faire de mieux : fouetter et mélanger. Vérifiez sa puissance, sélectionnez un modèle à plusieurs vitesses et soyez attentif à son poids, à son ergonomie et au confort de sa poignée.

### 1 MOULINEX

#### L'avis de Karine

**Les +** Léger, simple d'utilisation et doté d'une bonne ergonomie. Encoches pour enruler le fil, fouets faciles à décrocher, entretien facile. Petit, il se range facilement.

**Les -** Manque un peu de puissance et ne possède que 2 vitesses.

Batteur Easy Max.  
200 W. 26,99 €



1

2

### 3 SEVERIN

#### L'avis de Carine

**Les +** Son très beau design en inox, ses 5 vitesses et sa fonction «turbo». Sa poignée au revêtement «soft touch» pour un très bon confort. Son câble spirale souple.

**Les -** Son poids. Difficile de ne pas faire de pause au bout de quelques minutes.

HM 3826. 400 W. 59,90 €



3

4

### 5 KENWOOD

#### L'avis de Sophie

**Les +** Fouets en acier assez longs évitant les éclaboussures et très efficaces. Bien équilibré et joli design. Bouton «pulse» très pratique.

**Les -** Fil d'alimentation un peu compliqué à enruler dans son habitat.

KMIX HM790BK. 350 W. 90 €



5

6

### 2 SEB

#### L'avis de Francis

**Les +** Très simple d'utilisation, astucieux avec son pied mixeur qui se fixe à l'arrière du batteur.

**Les -** Attention aux éclaboussures, démarre à toute vitesse. Mériterait d'être plus progressif.

Prep'Line HT4111.  
450 W. 39,99 €

### 4 BRAUN

#### L'avis de Pascale

**Les +** Crochets à pâte en plus des fouets, 5 vitesses + vitesse turbo. Batteur facile à utiliser, maniable, bonne prise en main et longueur de fil.

**Les -** Nombreux accessoires (pied mixeur, hachoir, bol) inutiles si l'on est déjà équipé et qui augmentent le prix.

Multimix 3 HM3135 WH.  
500W. 70 €

### 6 KITCHEN AID

#### L'avis de Claudia

**Les +** Il est beau ! Existe en plusieurs coloris. 9 vitesses, 4 accessoires et 1 sac de rangement, commandes faciles à utiliser d'une seule main.

**Les -** Son poids rédhibitoire (plus de 900 g) ! Abandon de la réalisation d'une pâte pour cause de crampe...

5KHM9212. 85 W. 149 €

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL

Dans cette page, tous les prix sont ceux conseillés par les fabricants.

# Abonnez-vous

## Une année 100 % plaisir !

**29€  
90**  
seulement

Au lieu de  
**74,19€**



### L'esprit gourmand !

Tout le savoir-faire et l'expertise de Cuisine et Vins de France pour partager de bons moments gourmands !

6 numéros  
(version digitale incluse)  
Valeur 22,20 €\*



### Dépenser moins Vivre mieux ! 80 idées futées pour y arriver

### L'optimisme au rendez-vous !

Forme, beauté, mode, cuisine... Toutes les idées, toutes les astuces pour cultiver votre mieux-être.

12 numéros  
(version digitale incluse)  
Valeur 30 €\*\*



### En cadeau Le coffret "Retour aux Traditions"

Le goût unique du foie gras de canard IGP Sud-Ouest Labeyrie accompagné de délicieux confits de figues et d'oignons.

- 1 foie gras de canard entier du Sud-Ouest (4/6 parts)
  - 1 confit de figues
  - 1 confit d'oignons
  - + 1 lyre + 1 ardoise
- Valeur 21,99 €

Photos non contractuelles.

# Abonnez-vous !

### PAR INTERNET

[www.magazines.fr/cuisineetvinsdefrance](http://www.magazines.fr/cuisineetvinsdefrance)

Code express : TCC154

### PAR TÉLÉPHONE

01 84 888 222

### PAR COURRIER

en retournant le bulletin ci-contre sous enveloppe non affranchie avec votre règlement à :  
CVF - Libre réponse 92467  
93509 Pantin cedex

\*Prix de vente en kiosque : 3,70 €/numéro. \*\*Prix de vente en kiosque : 2,50 €/numéro. Offre valable 3 mois en France métropolitaine dans la limite des stocks disponibles. Vous recevez votre abonnement dans un délai de 2 mois maximum à compter de la réception de votre règlement. Vous pouvez acheter séparément Avantages au prix unitaire de 2,50 € + 2,50 € de frais de port, Cuisine et Vins de France au prix unitaire de 3,70 € + 2,50 € de frais de port et le coffret Labeyrie au prix de 21,99 € + 5 € de frais de port. Pour l'étranger, nous consulter. Conformément à la loi «Informatique et libertés» vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification des données vous concernant. Sauf refus écrit de votre part auprès du service abonnement, ces informations pourront être utilisées par des tiers.

### OUI JE M'ABONNE 1 AN à :

**Cuisine et Vins de France (6 n°s) + Avantages (12 n°s)**  
+ le coffret «Retour aux Traditions» Labeyrie = **29,90 €** au lieu de ~~74,19€~~

E75C

**Cuisine et Vins de France (6 n°s) = 16,90 €** au lieu de ~~22,20€~~

E75D

### MES COORDONNÉES

M.  Mme Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Code postal \_\_\_\_\_ Ville \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_ Tél. \_\_\_\_\_

J'accepte de recevoir par e-mail les offres des sites partenaires sélectionnés par le Groupe Marie Claire.

**JE JOINS MON RÈGLEMENT PAR**  Chèque à l'ordre de Cuisine et vins de France

Carte bancaire : N° \_\_\_\_\_

Expire fin \_\_\_\_\_

Date et signature obligatoires

Cryptogramme \_\_\_\_\_ (3 derniers chiffres au dos de votre carte)

# marie claire

**Mode**  
Nos 120  
accessoires  
luxe et  
petits prix

**Société**  
A quoi rêvent  
les petites filles  
d'aujourd'hui ?

**Reportage**  
La vie des femmes  
nomades dans les  
montagnes d'Iran

**Belle peau**  
Des dermatologues  
nous livrent  
leur ordonnance  
personnelle

**Interview exclusive**  
Jacqueline Sauvage:  
*“Cette fois-ci, c'était  
lui ou moi”*

Spécial 8 mars  
**Merci aux 40 femmes  
qui ont changé nos vies**

+ Notre manifeste : après un viol,  
jamais trop tard pour porter plainte  
*Agnès B., Flavie Flament... témoignent*

En couverture  
**Maïwenn**

Avril 2017

**L'ESPRIT ET LE STYLE**  
[www.marieclaire.fr](http://www.marieclaire.fr)

En vente actuellement

*Balade gourmande*

# LA MARTINIQUE, métissée et gourmande

Envie de soleil et de dépaysement ? Direction cette perle des Caraïbes et ses saveurs exotiques. L'île mérite que l'on s'y attarde... et pas seulement pour ses plages.

Texte et photos : Sophie Menut

Tout au nord de l'île,  
les cocotiers de l'anse  
**Céron** se laissent  
admirer après quelques  
minutes de marche.

**Huit heures de vol depuis Paris** et environ 7 000 km parcourus, et vous voilà sous les tropiques, en France sans y être vraiment. Comme pour tous nos départements d'outre-mer, son éloignement donne à La Martinique un caractère bien à part. La fin de l'année 2016 a vu naître à Fort-de-France le premier "Martinique chefs festival" qui réunissait quelques chefs de la métropole venus se mélanger aux cuisiniers locaux. L'occasion pour nous de découvrir les richesses de la bien nommée île aux Fleurs.

Quel voyageur n'a pas rêvé de se faire "piloter" par un habitant du cru lorsqu'il visite un endroit pour la première fois ? Marcel Ravin, ambassadeur du festival, nous a fait le joli cadeau de partager quelques-unes de ses bonnes adresses. Si le chef martiniquais fait briller une étoile dans son restaurant monégasque, le *Blue Bay*, son cœur est resté dans son île natale. Il vient d'y ouvrir *La Table de Marcel* où il sublime les produits locaux. À chacun de ses retours au pays, il file au Diamant, direction le restaurant *Le Poisson rouge*. Là-bas, il se régale d'escargots de mer, de blaff d'oursin blanc et de palourdes de la mangrove.

## FIERTÉ CRÉOLE

Avant de piquer une tête dans la mer tiède des Caraïbes, il ne manque pas d'aller saluer Anthony. Sur la plage de Grande Anse, dans son restaurant qui ne paye pas de mine, *Le Fruit de la patience*, cela fait plus de 30 ans que le cuisinier pose sur la table de ses clients une bouteille de rhum, les meilleurs beignets de poissons de l'île et un poulet boucané tendre à souhait. Laissons les amis se retrouver et traversons l'île pour nous diriger du côté de Trinité. Au *French Coco*, c'est une toute autre cuisine qui nous attend. Le jeune chef Nathanaël Ducteil est fier de son île et puise dans ce qu'elle offre de mieux pour proposer une cuisine créole réinventée dans laquelle se côtoient loup des

Caraïbes, araignée de mer, christophine, maracuja et igname. Le tout servi dans un cadre qui allie matériaux locaux et modernité.

Même si l'île aux Fleurs fait moins de 80 km de long sur 40 de large, il faut oublier sa hâte de métropolitain... Les routes sont souvent sinuées, mais finalement pourquoi se presser ? Les bananeraies, les plages bordées de cocotiers, la forêt tropicale, le relief tantôt doux tantôt vif, la montagne Pelée qui culmine à 1397 mètres donnent à voir suffisamment pour ne pas lasser celui qui les découvre.

## LE GOÛT DE L'ÎLE

Filons tout au nord, non loin de l'anse Céron, pour une halte à l'Habitation Céron, l'une des plus anciennes exploitations sucrières de l'île. Laurence Marraud des Grottes, la maîtresse des lieux, y reçoit, aidée de quelques-uns de ses enfants aussi enthousiastes et accueillants qu'elle. Le domaine, tourné vers l'agrotourisme, est doté d'un immense parc à la végétation luxuriante au milieu duquel trône un imposant zamana tricentenaire. La rivière Céron permet l'élevage de grosses écrevisses, surnommées les "zabitants", que l'on déguste accommodées avec brio par le jeune chef Hugo Thierry, dans le restaurant de l'habitation. Le promeneur verra des cacaoyers replantés régulièrement et l'observateur attentif aura peut-être la chance d'apercevoir une matoutou falaise, mygale arboricole dont l'espèce est protégée.

On ne peut quitter l'île sans goûter son rhum. Protégé par l'AOC rhum agricole Martinique, il se décline en 17 marques. Il faudra donc s'arrêter dans l'une des distilleries comme celle de Clément ou Depaz. À travers l'alcool, c'est aussi l'histoire et la culture du pays que vous découvrirez. Enfin, gardez un peu de place dans vos valises, vous aurez, comme nous, envie de rapporter un peu de soleil chez vous ! ■



1



2



4



3

**1** Abricots pays, caramboles, fruits à pain, jacquiers... quelques-uns des trésors de l'île.

**2** Sur la plage des Anses-d'Arlet, on déjeune à la bonne franquette, les pieds dans l'eau.

**3** Au détour d'un chemin, on fait provision de bananes, ananas, jus de pastèque...

**4** Au French Coco, Nathanaël Ducteil, un jeune chef qui compte en Martinique, dans un écrin à sa mesure.

**5** La distillerie Depaz dont l'habitation fut édifiée il y a quatre siècles au pied de la montagne Pelée.





1 Thierry Lauzéa, au milieu des cacaoyers, régale les Martiniquais avec ses chocolats fabriqués avec des fèves locales.

2 Surnommé «arbre à pluie», l'exceptionnel zamana de l'Habitation Céron est l'un des plus gros arbres des Petites Antilles avec son tronc de 2,5 mètres de diamètre !

3 Marcel Ravin dans son restaurant *La Table de Marcel*, entouré de toute son équipe.

4 À Grande Anse, Anthony prépare les meilleurs beignets de balaou du coin.



## Carnet de voyage

### BONNES TABLES

*La Table de Marcel au Simon Hotel.* Seulement 24 couverts, un directeur de salle aux petits soins et des plats où épices et produits locaux s'assemblent avec maestria sous la main de Marcel Ravin. Entre 50 et 80 €. À Fort-de-France.

*Le Fruit de la patience.* Des tables en plastique les pieds dans l'eau, à Grande Anse. Ici, les habitués se régale de frire de balaou et d'accras préparés par Anthony. Environ 15 €.

*Pura Vida.* Bien nommé restaurant que celui-ci, au sud de l'île... On commence par un cocktail pour déguster ensuite

des langoustes ou des plats créoles revisités avec esprit, le tout dans un cadre raffiné. Environ 35 €. À Sainte-Luce.

### HALTES DE CHARME

*Cap Est Lagoon Resort & Spa.* Sur la côte est, un petit coin de paradis qui invite au farniente. Parc luxuriant, plage de sable blanc, grande piscine et suites meublées de teck. À partir de 359 €/jour (pension complète).

*Le French Coco.* Tout nouveau, tout beau, cet hôtel intimiste est situé non loin de La Trinité, dans l'est de l'île. Le voyageur se prendra à rêver dans le jardin aux 1 000 espèces ou au bord de la piscine. À partir de 300 €/jour.

### PANIERS GOURMANDS

*L'Habitation Céron.* La boutique du domaine propose les meilleurs rhums, des confitures maison réalisées avec les fruits du verger, des chocolats et du *pain caco* (bâton de cacao) fabriqués avec les fèves produites sur la propriété...

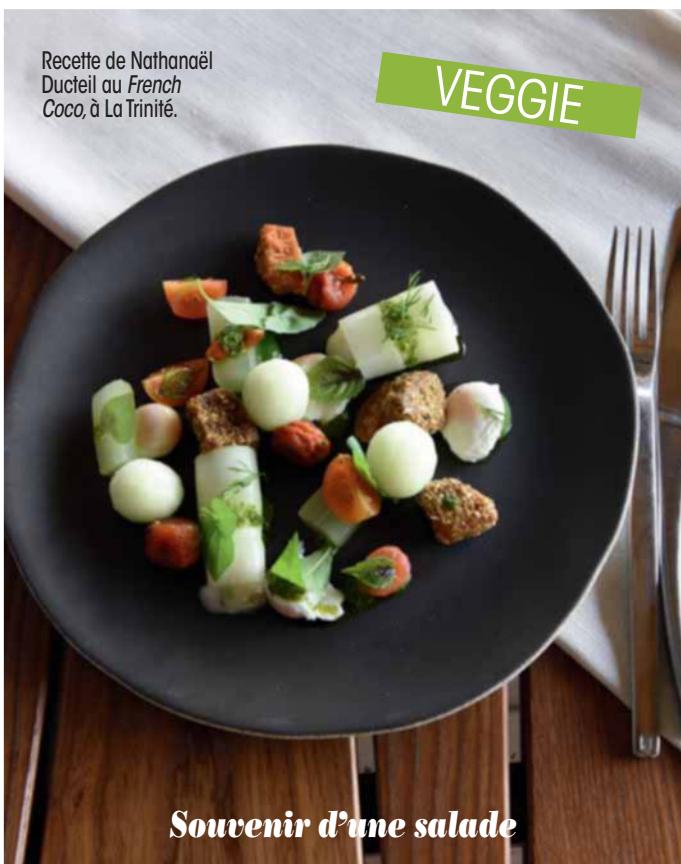
*Frères Lauzéa.* Cela fait 12 ans que Thierry et Jimmy, les frères Lauzéa, ont relancé la filière cacao sur l'île. Les habitants ne s'y sont pas trompés et leur succès est bien mérité.

*Clément.* Au François, au milieu des cannes à sucre, le domaine raconte l'histoire du rhum. Dégustation et balade dans le jardin botanique incontournables.

# *Les recettes de la balade*

Recette de Nathanaël  
Ducteil au French  
Coco, à La Trinité.

VEGGIE



**Souvenir d'une salade**

Recette de Nathanaël  
Ducteil au French  
Coco, à La Trinité.



**Crèmeux d'araignée de mer**



**Souskay de marlin,  
cœurs de palmier et avocat**



**Casarecce au lambi et au mandja**

VOIR NOS RECETTES PAGE SUIVANTE

# Les recettes de la balade

## Crèmeux d'araignée de mer



### UN PEU DÉLICAT ET UN PEU CHER

Préparation : 1 h  
Cuisson : 1 h 10

#### POUR 4 PERSONNES

- 2 grosses araignées de mer (ou tourteaux) • 1 carotte • 1 oignon • 1 bouquet garni • le vert de 1 poireau • 10 cl de vin blanc sec • 2 cuil. à soupe de concentré de tomates • 1 cuil. à soupe de pâte de colombo • 20 cl de crème liquide • 1 cuil. à soupe d'huile • sel**

**1** Dans un grand faitout d'eau bouillante très salée, faites cuire

les araignées 20 min. Égouttez-les, cassez les pinces et la carapace, concassez-les grossièrement. Décorez les corps pour récupérer la chair.

**2** **Épluchez la carotte**, l'oignon et le poireau, émincez-les. Dans une sauteuse, faites-les "suer" 3 min à l'huile avec le bouquet garni. Ajoutez les carapaces, pattes et cartilages, le vin, le concentré, le colombo et 50 cl d'eau. Mélangez et laissez mijoter 50 min à couvert.

**3** **Retirez le bouquet garni** de la sauteuse, ajoutez-y la crème, puis versez en plusieurs fois dans la cuve d'un robot et faites tourner pour broyer l'ensemble. Filtrez au-dessus d'un saladier, salez et tenez cette bisque au chaud.

**4** **Répartissez la chair** des araignées dans 4 assiettes creuses. Faites mousser la bisque au mixeur-plongeant et versez dans les assiettes. Servez aussitôt.

**NOTRE BON ACCORD :** un côtes-de-provence rosé.

## Souvenir d'une salade



**1** **La veille**, pelez 1 concombre. Prélevez 12 billes (sans pépins) à la cuillère parisienne. Faites-les mariner 12 h dans le jus de fruit.

**2** **Ébouillantez et pelez** 12 tomates. Pelez et hachez l'ail. Dans une poêle, faites-le sauter à l'huile d'olive avec les tomates 3 min.

**3** **Mélangez** la farine et les épices. Coupez la moitié du fromage en dés. Pansez-les dans la farine. Faites-les frire 30 secondes dans l'huile de friture bouillante.

**4** **Pelez** le 2<sup>e</sup> concombre, prélevez 8 rubans à la mandoline. Érassez le reste de chèvre. Répartissez-le sur les rubans et roulez-les sur eux-mêmes. Coupez les 8 tomates cerises restantes en 4.

**5** **Faites cuire** les œufs 2 min à l'eau frémissant pour qu'ils soient mollets. Rafraîchissez-les et écalez-les.

**6** **Répartissez** tous les éléments dans 4 assiettes. Décorez de basilic et d'aneth. Servez.

**NOTRE BON ACCORD :** un languedoc rosé.

### ASSEZ FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 40 min  
Marinade : 12 h  
Cuisson : 5 min

#### POUR 4 PERSONNES

- 2 concombres • 1 bûche de chèvre cendré • 12 œufs de caille • 20 tomates cerises • 15 cl de jus de fruit de la passion • 1 brin d'aneth • 1 brin de basilic • 1 gousse d'ail • 100 g de farine de manioc • 1 pincée de curry • 1 pincée de poudre à colombo • 10 cl d'huile de friture • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive**

## Casarecce au lambi



### ASSEZ FACILE ET ABORDABLE

Préparation : 30 min  
Cuisson : 1 h 15

#### POUR 4 PERSONNES

- 400 g de casarecce ou autres pâtes courtes • 500 g de lambi ou de poulpe • 2 cm de mandja frais (curcuma), en magasin bio ou sur Internet • 1 oignon • 15 cl de crème liquide • 10 cl de vin blanc sec • 60 g de parmesan • 1 poignée de pousses d'épinard • 1 brin de basilic • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel • poivre**

**1** Lavez le lambi (ou le poulpe) et faites-le pocher 1 h dans une

casserole d'eau bouillante salée pour l'attendrir. Récupérez 10 cl d'eau de cuisson. Égouttez le lambi et détaillez-le en petits dés.

**2** **Pelez et hachez** l'oignon. Pelez et émincez le mandja (à l'aide d'une mandoline ou d'un économie). Dans une sauteuse, faites-les suer avec l'huile 3 min. Versez le vin et l'eau de cuisson, laissez réduire 3 min. Ajoutez les dés de lambi et la crème liquide. Salez, poivrez et laissez au chaud.

**3** **Lavez et ciselez** les pousses d'épinard. Détaillez le parmesan en copeaux (à l'économie).

**4** **Faites cuire** les pâtes dans une grande quantité d'eau bouillante le temps indiqué sur le paquet (8 min pour les casarecce). Égouttez-les et mélangez-les aussitôt au contenu de la sauteuse avec les épinards ciselés.

**5** **Répartissez** les pâtes et leur sauce dans des assiettes creuses, décorez de basilic effeuillé et de parmesan et servez aussitôt.

**NOTRE BON ACCORD :** un rhum blanc.

## Souskay de marlin



### FACILE ET ABORDABLE

Préparation : 30 min  
Pas de cuisson

#### POUR 4 PERSONNES

- 400 g de filet de marlin (ou thon ou espadon) • 1 avocat • 150 g de cœurs de palmier • 2 citrons verts • 1 piquillo (ou piment doux) • 2 cuil. à soupe de graines de grenade • 10 cl d'huile d'olive • 1 brin de basilic • sel • poivre**

**1** **Pressez** 1 citron. Découpez le filet de poisson en petits dés, mettez-les dans un plat creux et versez dessus la moitié du jus de citron. Laissez mariner 5 min.

**2** **Détaillez** le piment en petits dés. Mélangez-les dans un saladier avec les graines de grenade, l'huile, le reste de jus de citron, du sel et du poivre. Pelez l'avocat, dénoyeuez-le, coupez-le en dés et mettez-les dans le saladier.

**3** **Pelez l'autre citron** à vif et détachez les quartiers. Émincez finement les cœurs de palmier. Efeuillez le basilic.

**4** **Pour servir**, répartissez les dés de poisson dans 4 assiettes. Ajoutez les dés d'avocat et la vinaigrette. Parsemez avec les cœurs de palmier émincés et les feuilles de basilic.

**NOTRE BON ACCORD :** un savenières sec (blanc de Loire).

Retrouvez nos  
**offres spéciales d'abonnement** p. 69, p. 105,  
p. 115, et sur [www.magazines.fr/cuisineetvinsdefrance](http://www.magazines.fr/cuisineetvinsdefrance)

10, bd des Frères-Voisin,  
92792 Issy-les-Moulineaux Cedex 9.  
Tél. 01 41 46 88 88.  
Internet : [www.cuisineetvinsdefrance.com](http://www.cuisineetvinsdefrance.com)  
E-mail rédaction : [cvfredac@gmc.tm.fr](mailto:cvfredac@gmc.tm.fr)  
E-mail abonnements :  
[leserviceclient@magnazines.fr](mailto:leserviceclient@magnazines.fr)  
Pour joindre votre correspondant par e-mail :  
**initial de prénom+nom+@gmc.tm.fr**

RÉDACTRICE EN CHEF :  
**Sophie Menut**

DIRECTION ARTISTIQUE :  
**Francis Seguin**

SERVICE CUISINE :  
**Pascale Mosnier (chef de service)**

SERVICE VINS :

**Karine Valentin (chef de service)**

**Marie-Charlotte Mignucci**

SECRÉTAIRE GÉNÉRALE DE LA RÉDACTION :  
**Claudia Renzo**

SECRÉTARIAT DE RÉDACTION :

**Guillemette Tracou, Isabelle Yaouanc**

MAQUETTE : **Sylvie Duval**

ASSISTANTE : **Carine Darmon**

Tél. 01 41 46 84 39

DIRECTRICE EXÉCUTIVE RÉGIE :  
**Élodie Bretaudeau-Fontelles**

PUBLICITÉ : Tél. 01 41 46 84 35

DIRECTRICE COMMERCIALE ADJOINTE :  
**Ghislaine Dichy**

DIRECTRICE DE CLIENTÈLE : **Candice Quantin**

CHEF DE PUBLICITÉ : **Annabelle Comin**

RETIENUE D'ESPACES : **Rosine André**

DIRECTRICE MARKETING : **Émilie Brandely**

SERVICE ABONNEMENTS : **Anne-Laure Gras**

(directrice),

**Angéline Pastre, Rose-Orlane Casseus**

MARIE-CLAIRE DIFFUSION : **Jean-Luc Filegon**

(directeur de la diffusion France et export),  
**David Belkowski** (responsable produit)

CHARGEÉE DE COMMUNICATION :  
**Elisabeth Provost**

Tél. 01 41 46 87 72

GMC CREATIVE : **Isabelle Hadida**  
(directrice) Tél. 01 41 46 87 92,

**Claire Mabire** (directrice de clientèle)  
Télé. 01 41 46 88 30

SITE INTERNET : Tél. 01 41 46 83 98

**Amaïric Poncet** (directeur digital),  
**Fanny Pommier**

GMC CONNECT : **Sabine Doutriaux** (directrice),

**Steve Saleyron** (directeur de publicité)

Tél. 01 41 46 83 95

ÉVÉNEMENTS ET PROMOTION :  
**Yvan Tran** (directeur)

DIRECTEUR COPYRIGHT ET DIVERSIFICATION :  
**Thierry Lamarre**, assisté de **Yolande Boulanger**

Tél. 01 41 46 89 44

**S. Kaim, P. Husband** Tél. 01 41 46 88 07

BOUTIQUE : **Laurence de Girardier, Béatrice Ferreira, Constance Louvet.** Tél. 01 41 46 88 69

SERVICE RELATIONS ABONNÉS :

Infos sur **magazines.fr** ou par courrier :  
**Cuisine et Vins de France**, 26 bis rue des

**Pommiers**, CS 30075, 93501 Pantin ou par tél.

au 01 84 888 222 ou par fax : 01 84 21 28 52

De l'étranger : (+33) 1 84 888 222

du lundi au samedi de 8 h à 20 h

FABRICATION : **Benoit Carlier** (directeur),

**Manuelle Guillambert**, tél. 01 41 46 88 28

**Thomas Descours** (assistant), tél. 01 41 46 88 06

PHOTOGRAPHIE : **Alliage/Groupe Amalthéa**

IMPRIMERIE : **Roto France Impression**

IMPRIMÉ EN FRANCE / PRINTED IN FRANCE

ÉDITRICE :

**Élisabeth Leurquin**

DIRECTEUR DE LA PUBLICATION :

**Arnaud de Contades**

**Cuisine et Vins de France** est édité par  
**marie claire Album S.A. Capital 4 347 640 €.**

Siège : 10, bd des Frères-Voisin, 92792 Issy-les-Moulineaux

Cédex 9. Tél. 01 41 46 88 88.

Durée 65 ans du 2.02.55, N° 552 062 770 R.C.S. Nanterre

Principale action : Holding Évelyne Proust.

SA. Président : Évelyne Proust-Berry.

Directeur général : Arnould de Contades.

Dépôt légal : 1<sup>er</sup> trimestre 2017. Commission paritaire : 0417 K 85024.

N° ISSN : 0337-8810. Distribué par Transports Presse.

Cuisine et Vins de France est adhérent à l'ARP.

Les marques et adresses figurant dans ces pages sont libres de toute

publicité. TVA : 2,10 %.

Abonnement France : 16,90 € (1 an) au lieu de 22,20 €, 29,90 € (2 ans)

au lieu de 44,40 €. Pour l'étranger, consultez le site [magazines.fr](http://magazines.fr)

# Votre courrier



Pour préparer des chips, il vous suffit, après avoir lavé les feuilles et éliminé leur tige centrale, de les huiler légèrement et de les enfourner pour 20 min de cuisson à 150°. Il ne reste plus ensuite qu'à les saler.



## FEMME(S) ÉTOILÉE(S)

*Dans votre article sur Anne-Sophie Pic, vous indiquez qu'elle est la "seule cuisinière française à avoir obtenu 3 étoiles au Guide Michelin". Cette distinction fut en fait aussi attribuée à Eugénie Brazier et Marie Bourgeois en 1933, et à Marguerite Bise en 1951.*

Bernard, Internet

Merci de nous le rappeler ! Eugénie Brazier et Marie Bourgeois, surnommées Les Mères, virent en effet leurs talents couronnés par 3 étoiles au Guide Michelin. Paul Bocuse fit ses classes chez la première et le général de Gaulle vint déjeuner chez la deuxième. Marguerite Bise fit, elle, briller les étoiles au fronton de L'Auberge du père Bise, à Talloires, qui devint le rendez-vous gastronomique des grands de ce monde. L'auberge vient d'être reprise par le chef Jean Sulpice et son épouse.

## PETIT COUP DE FROID

*J'ai rencontré un problème avec la crème de votre recette de sablés au citron du n° 174, au demeurant délicieuse : trop liquide pour décorer les sablés, elle s'est littéralement étalée sur la pâte.* Marie-France, Internet

La crème au citron contenant du beurre, elle doit impérativement être mise à refroidir avant utilisation. En durcissant, le beurre va lui donner la bonne consistance pour une utilisation avec ou sans poche à douille. Dans notre recette, nous indiquions d'ailleurs 1 heure de réfrigération, mais pour une garantie totale de réussite, vous pouvez allonger ce temps.

## CRAQUER POUR LE KALE

*J'ai lu avec intérêt votre article sur le chou kale dans le n° 174. Mais finalement d'où vient-il ? Je l'ai dégusté dernièrement en chips. Est-ce facile à réaliser ?* Anne-Lise, Chartres

Le chou kale était au Moyen Âge cultivé sur tout le pourtour du bassin méditerranéen. Longtemps oublié en France, il revient en force sur nos étales. Il est aussi très prisé des Anglo-Saxons et dans les pays d'Europe du Nord.

## UN ET UN FONT... UN

Suite à notre article sur les Fiefs Vendéens, dans notre dernier numéro, une lectrice nous signale qu'à Vix, il n'y a pas un, mais deux vignobles. Nous n'avons évoqué qu'un seul domaine (Vignoble Mercier), car il fait des vins en appellation AOC Fiefs Vendéens, l'objet de notre article. L'autre domaine (Prieuré la Chaume) produit des vins rouges, blancs et rosés en IGP Val de Loire - Vendée.

Écrivez-nous à : **Cuisine et Vins de France**,  
10, bd des Frères-Voisin, 92792 Issy-les-Moulineaux Cedex 9  
par e-mail : [cvfredac@gmc.tm.fr](mailto:cvfredac@gmc.tm.fr) ou via notre site internet : [www.cuisineetvinsdefrance.com](http://www.cuisineetvinsdefrance.com)



Audience mesurée par  
**AUDIOPRESSE**

HORS ENCARTS

# Notre carnet d'adresses

## NEWS GOURMANDES

p.10

**Al dente La Salsa :** [www.aldentalasalsa.com](http://www.aldentalasalsa.com)  
**À la Mère de Famille :** points de vente sur [www.lameredefamille.com](http://www.lameredefamille.com)  
**Le Baume de Bouteville :** tél. 05 45 64 92 76 ou [www.lebaumedebouteville.com](http://www.lebaumedebouteville.com)  
**Cookut :** service client au 04 72 31 63 55 ou [www.cookut.com](http://www.cookut.com)  
**Dalloyau :** tél. 01 55 51 83 18. Boutique en ligne sur [www.dalloyau.fr](http://www.dalloyau.fr)  
**François Doucet confiseur :** tél. 04 92 78 61 15. Boutique en ligne sur [www.francois-doucet.com](http://www.francois-doucet.com)  
**L'Infuseur :** Boutique en ligne sur [www.linfuseur.com](http://www.linfuseur.com)

**Lekué :** tél. 01 40 13 01 23 ou [www.leküe.com](http://www.leküe.com)  
**La Maison du Chocolat :** tél. 01 55 51 83 18. Points de vente sur [www.lamaisonduchocolat.fr](http://www.lamaisonduchocolat.fr)  
**Mas de Libian :** 07700 Saint-Marcel-d'Ardèche. Tél. 04 75 04 66 22 ou [www.masdelibian.com](http://www.masdelibian.com)  
**Pâtisseries Michalak :** 60, rue du Faubourg-Poissonnière 75010 Paris, tél. 01 42 46 10 45 - 6, rue de la Verrerie 75004 Paris, tél. 01 40 27 90 13 - 8, rue du Vieux-Colombier 75006 Paris, tél. 01 45 49 44 90. Boutique en ligne sur [www.christophemichalak.com](http://www.christophemichalak.com)  
**Michel Cluizel :** tél. 02 32 35 60 00. Boutique en ligne sur [www.cluizel.com](http://www.cluizel.com)  
**Opinel :** infos et points de vente au 04 79 69 46 18 ou sur [www.opinel.com](http://www.opinel.com)  
**L'Or Espresso :** [www.lorespresso.com](http://www.lorespresso.com)  
**La Petite Verveine de Pagès :** renseignements au 04 71 03 04 11 et sur [www.verveine.com](http://www.verveine.com) Boutique en ligne sur [www.premiumliqueur.com](http://www.premiumliqueur.com)  
**Champagne Philippe Gonet :** 51190 Le Mesnil-sur-Oger. Tél. 03 26 57 53 47. [www.champagne-philippe-gonet.com](http://www.champagne-philippe-gonet.com)  
**Quinoa d'Anjou :** tél. 02 41 38 14 67 ou [www.quinoadanjo.fr](http://www.quinoadanjo.fr)  
**Wilkin & Sons :** [www.tiptree.com](http://www.tiptree.com)

## RESTOS

p.28

**Les P'tits Fayots :** 8, rue de l'Esquile, 31000 Toulouse, tél. 05 61 23 20 71, du lundi au vendredi, midi et soir.  
**Les Apothicaires :** 23, rue de Sèze, 69006 Lyon, tél. 04 26 02 25 09, du lundi au vendredi, midi et soir.  
**Odette L'Auberge urbaine :** 25, rue du Pont-Neuf, 75001 Paris, tél. 01 44 88 92 78, tous les jours.  
**Racine :** 8, rue Colbert, 51100 Reims, tél. 03 26 35 16 95, du jeudi au dimanche, midi et soir.

## RENCONTRE

p.30

**David Ducourneau :** Labarrère, 40090 Saint-Martin-d'Oney. Tél. 05 58 52 01 70.

## Anciens numéros et service abonnement

Il vous manque un numéro de *Cuisine et Vins de France*? Vous avez des questions concernant votre abonnement? Retrouvez toutes ces informations sur **magazines.fr**. Vous pouvez également nous envoyer un mail à [leservicedclient@magazines.fr](mailto:leservicedclient@magazines.fr), ou nous téléphoner au 01 84 888 222 (du lundi au samedi de 8 h à 20 h) et, depuis l'étranger, au 00 33 1 84 888 222.



## RETROUVEZ L'ÉDITION DIGITALE DE VOTRE MAGAZINE SUR VOTRE SMARTPHONE OU TABLETTE

Abonné au magazine papier ?

L'édition digitale est incluse dans votre abonnement.

Télécharger dans  
l'App Store

DISPONIBLE SUR  
Google play

Disponible sur PC ou Mac  
**magazines.fr**

## AIR DU TEMPS Potagers en ville

p.32

**Le Cordon bleu :** infos au 01 85 65 15 00 et sur [www.cordonbleu.edu](http://www.cordonbleu.edu)  
**Fédération nationale des jardins familiaux et collectifs :** infos au 01 45 40 40 45 et sur [www.jardins-familiaux.asso.fr](http://www.jardins-familiaux.asso.fr)  
**Incro�ables comestibles :** infos sur [lesincroyablescomestibles.fr](http://lesincroyablescomestibles.fr)  
**Maillage potager :** infos sur [www.environnement.brussels](http://www.environnement.brussels)  
**Arcueil, ville comestible :** infos sur [arcueilcomestible.fr](http://arcueilcomestible.fr)

## LA RECETTE D'AILLEURS

p.35

Le vin  
**Château Lestignac :** 4 route de Sigoulès, 24240 Sigoulès. Tél. 05 53 23 74 86. [chateaulestignac@gmail.com](mailto:chateaulestignac@gmail.com)

## DANS MON BAR Crème de cassis

p.36

**Gabriel Boudier :** chez Nicolas. Infos au 03 80 74 33 33 et sur [www.boudier.com](http://www.boudier.com)  
**Edmond Briottet :** chez les cavistes. Infos au 03 80 66 18 59 et sur [www.briottet.fr](http://www.briottet.fr)  
**Lejay :** chez les cavistes. Infos au 03 80 78 43 43 et sur [lejay-lagoute.com](http://lejay-lagoute.com)  
**L'Héritier-Guyot :** en supermarché et à la boutique L'Héritier-Guyot, à Dijon, 2, place Notre-Dame. Tél. 03 80 43 41 65.

## TROUVAILLES DE KARINE 2 champagnes de vignerons

p.38

**Champagne Louis Nicaise :** 51160 Hautvillers. Tél. 03 26 59 40 21. [champagnelouisnicaise@hotmail.fr](mailto:champagnelouisnicaise@hotmail.fr)  
**Champagne Didier Herbst :** 51500 Rilly-la-Montagne. Tél. 03 26 03 41 53. Boutique en ligne sur [www.champagneherbst.fr](http://www.champagneherbst.fr)

## DANS LES VIGNES

Saint-Chinian

p.46

**Clos Bagatelle :** 34360 Saint-Chinian. Tél. 04 67 93 61 63. [www.closbagatelle.com](http://www.closbagatelle.com)



## Cave Les coteaux de Berlou : 34360 Berlou.

Tél. 04 67 89 58 58. Boutique en ligne sur [www.berloup.com](http://www.berloup.com)

**Domaine Borie La Vitarèle :** 34490 Causse-et-Veyran. Tél. 04 67 89 50 43. [www.borielavarele.fr](http://www.borielavarele.fr)

**Domaine Canet Valette :** 34460 Cessenon-sur-Orb. Tél. 04 67 89 51 83. Boutique en ligne sur [www.canetvallette.com](http://www.canetvallette.com)

**Cazal Viel, Laurent Miquel :** 34460 Cessenon-sur-Orb. Tél. 04 67 89 74 93. Boutique en ligne sur [www.laurent-miquel.com](http://www.laurent-miquel.com)

**Mas Champart :** 34360 Saint-Chinian. Tél. 04 67 38 20 09.

**Mas de Cynanque :** 34310 Cruzy. Tél. 04 67 25 01 34. [masde cynanque.com](http://masde cynanque.com)

**Domaine des Jouglas :** 34360 Prades-sur-Vernazobre. Tél. 04 67 38 06 02. [www.domainedesjouglas.com](http://www.domainedesjouglas.com)

**Domaine La Grange Léon :** 34360 Berlou. Tél. 06 73 83 37 68.

**Domaine La Madura :** 34360 Saint-Chinian. Tél. 04 67 38 17 85. Boutique en ligne sur [www.lamadura.com](http://www.lamadura.com)

**Domaine Les Éminades :** 34360 Cébazan. Tél. 04 67 36 14 38. [www.leseminades.fr](http://www.leseminades.fr)

**Domaine Les Païssels :** 34360 Babeau-Bouldoux. Tél. 06 22 74 24 51. [www.paisseis.fr](http://www.paisseis.fr)

**Domaine Navarre :** 34460 Roquebrun. Tél. 04 67 89 53 58. [www.thierrynavarre.com](http://www.thierrynavarre.com)

**Cave de Roquebrun :** avenue des orangers, 34460 Roquebrun. Tél. 04 67 89 64 35.

Boutique en ligne sur [www.cave-de-roquebrun.fr](http://www.cave-de-roquebrun.fr)

**Château La Dournie :** 34360 Saint Chinian. Tél. 04 67 38 19 43. Boutique en ligne sur [www.chateau ladournie.com](http://www.chateau ladournie.com)

**Clos La Rivière :** 34490 Causses-et-Veyran. Tél. 06 76 29 26 34 et 06 80 51 59 18

**Domaine du Vieux Chai :** montée du Pigeonnier, 34460 Roquebrun. Tél. 06 88 45 03 63.

**Les vignerons de Saint-Chinian :** 34360 Saint-Chinian. Tél. 04 67 38 28 40. Boutique en ligne sur [www.vin-saintchinian.com](http://www.vin-saintchinian.com)

Côté tourisme

**Maison du Cambrien :** 5, rue de Paillols, 34360 Berlou. Tél. 06 84 63 19 41. [lamaisonducambrien.wixsite.com](http://lamaisonducambrien.wixsite.com)

**Village Castigno :** 34360 Assignan. Tél. 04 67 05 50. [www.chateaucastigno.com](http://chateaucastigno.com)

**Château Les Carrasses :** Lieu-dit Les Carrasses, route de Capestang, 34310 Quarante. Tél. 04 67 00 00 67. [www.lescarrasses.com](http://www.lescarrasses.com)

**La Maison des vins de Saint-Chinian :** 1, avenue de la Promenade, 34360 Saint-Chinian. Tél. 04 67 38 11 69. [www.saint-chinian.pro](http://www.saint-chinian.pro)

## À CHACUN SA BOUTEILLE

p.62

Merci à l'équipe de **Papillon** pour son accueil : 8, rue Meissonier, 75017 Paris.

Tél. 01 56 79 81 88. [www.papillonparis.fr](http://www.papillonparis.fr)

Les vins

**Château Magdeleine Bouhou :** Vignobles Chaumet-Rousseau, 33390 Cars. Tél. 05 57 42 19 13. [www.magdeleine-bouhou.com](http://www.magdeleine-bouhou.com)

**Clos Canarelli :** Tarabuccetta, 20114 Figari. Tél. 04 95 71 07 55.

**Domaine Pierre Gonon :** 07300 Mauves. Tél. 04 75 08 45 27.

**Château de Pibarnon :** 83740 La Cadière-d'Azur. Tél. 04 94 90 12 73. [www.pibarnon.com](http://www.pibarnon.com)

## BEAUX MARIAGES avec un beaumes-de-venise

p.64

**Domaine La Ferme Saint Martin :** 84190 Suzette. Tél. 04 90 62 96 40. [www.fermesaintmartin.com](http://www.fermesaintmartin.com)

**Domaine du Paparotier :** 84190 Beaumes-de-Venise. Rens. à la Cave de Beaumes-de-Venise au 04 90 12 41 00. Boutique en ligne sur boutique.rhonea.fr

**Château Redortier :** 84190 Suzette. Tél. 04 90 62 96 43. [chateauderdortier.canalblog.com](http://chateauderdortier.canalblog.com)

## DÉGUSTATION

p.72

**Le Rueda de Herrero Bodega :** en vente sur [lepetitballon.com](http://lepetitballon.com)

## LE VIGNOBLE QUI MONTE Sainte-Foy Côtes de Bordeaux

p.74

**Château des Chapelains :** 33220 Saint-André-et-Appelles. Tél. 05 57 41 21 74. [www.chateaudeschapelains.com](http://www.chateaudeschapelains.com)

**Château Hostens Picant :** lieu-dit Grangeneuve Nord, 33220 Les Lèves-et-Thoumeyragues. Tél. 05 57 46 38 11. Boutique en ligne sur chateauhostens-picant.fr

**Château L'Enclos :** 33220 Pineuilh. Tél. 05 57 46 55 95.

**Château La Tour de Chollet :** 33220 Les Lèves-et-Thoumeyragues. Tél. 05 57 41 39 66.

**Château Martet :** 33220 Eynesse. Tél. 05 57 41 00 49.

**Château Tour de Goupin :** 33890 Gensac. Tél. 05 57 47 40 76.

## EN COULISSES avec Julien Hennote

p.76

**Pourquoi pas :** 17, av. Georges-V, 35800 Dinard. Tél. 02 57 54 62 42. [www.le-pourquoi-pas.com](http://www.le-pourquoi-pas.com)

Le vin

**Domaine Joblot :** 71640 Givry. Tél. 03 85 44 30 77.

## 3 INGRÉDIENTS MAXI

p.80

**Laurette Broll :** à la manufacture Pasteur, 82 av. Denfert Rochereau, 75014 Paris. Tél. 06 78 30 80 19. [www.laurettebroll.com](http://www.laurettebroll.com)

**Caravane La table :** 22, rue Saint-Nicolas, 75012 Paris. Tél. 01 53 17 18 55. [www.caravane.fr](http://www.caravane.fr)

## C'EST DU GÂTEAU

**Arnaud Larher**

p.84

**Trois boutiques :** 53 rue Caulaincourt, 75018 Paris, tél. 01 42 57 68 08 - 57 rue Damremont, 75018 Paris, tél. 01 42 55 57 97 - 93, rue de Seine, 75006 Paris, tél. 01 43 29 38 15. [arnaudlarher.com](http://arnaudlarher.com)

# OFFRE EXCLUSIVE

6 numéros  
+ 2 hors-séries



Version digitale incluse

- Par internet :** [www.magazines.fr/cuisineetvinsdefrance](http://www.magazines.fr/cuisineetvinsdefrance)
- Par téléphone :** 01 84 888 222 (prix d'un appel local)
- Par courrier :** en retournant ce bulletin avec votre règlement sous enveloppe non affranchie à : **CVF – Libre réponse n° 92467 – 93509 Pantin cedex**

Code EXPRESS : TCC155

**Oui, je m'abonne 1 an à**  
**Cuisine et Vins de France** (6 n°) + le hors-série cuisine d'été 2017 + le hors-série vins 2017 = **21,90 €** au lieu de 31,05 €

E75Y

<input type="checkbox"/> Mme	<input type="checkbox"/> M.	Nom _____
Prénom _____		
Adresse _____		
Code postal	Ville	_____
E-mail _____		
Téléphone _____		
<input type="checkbox"/> J'accepte de recevoir par e-mail les offres des sites partenaires sélectionnés par le Groupe Marie Claire		
<b>Je règle par :</b>		
<input type="checkbox"/> Chèque bancaire à l'ordre de Cuisine et Vins de France		
<input type="checkbox"/> Carte bancaire N° <input type="text"/>		
Expire fin <input type="text"/> <input type="text"/>		
Notez les 3 derniers chiffres du n° au dos de votre carte <input type="text"/>		
Date et signature obligatoires <input type="text"/>		

\* Prix de vente en kiosque: 3,70 € le magazine + 3,95 € le hors-série cuisine + 4,90 € le hors-série vin. Photos non contractuelles. Offre valable 3 mois en France métropolitaine. Vous pouvez acheter séparément Cuisine et Vins de France au prix unitaire de 3,70 € + 2,50 € de frais de port, le hors-série cuisine d'été 2017 au prix unitaire de 3,95 € + 2,50 € de frais de port et le hors-série vin 2017 au prix unitaire de 4,90 € + 2,50 € de frais de port. Pour l'étranger, nous consulter. Vous receverez votre abonnement dans un délai de 2 mois maximum à compter de la réception de votre règlement. Conformément à la loi «Informatique et libertés» vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification des données vous concernant. Sauf refus écrit de votre part auprès du service abonnement, ces informations pourront être utilisées par des tiers.

**Griottines** : en vente chez Nicolas. et sur [www.laboutiquegriottines.com](http://www.laboutiquegriottines.com)

**QUÉSACO l'ail des ours** p. 92

**Ail des ours en poudre** : disponible sur le site [www.bienmanger.com](http://www.bienmanger.com)

**Vinaigre à lail des ours** : à l'atelier de conserverie Françoise Fleuriel, 16170 Rouillac. Tél. 05 45 21 72 75.

**Le blog d'Anick** : [papillesestomaques.com](http://papillesestomaques.com)

**CÔTÉ VINS Les bons plans du moment** p. 93

**Château Sainte-Barbe** : 33810 Ambès, tél. 05 56 77 49 57 ou [www.chateausaintebarbe.fr](http://www.chateausaintebarbe.fr)

**Vignerons ardéchois** : 07120 Ruoms, tél. 04 75 39 98 00 ou [www.vignerons-ardechois.com](http://www.vignerons-ardechois.com)

**Cave de Saint-Pourçain** : 03500 Saint-Pourçain-sur-Sioule, tél. 04 70 45 42 82 ou [www.vignerons-saintpourcain.com](http://www.vignerons-saintpourcain.com)

**Club français du vin** : tél. 03 85 94 98 15, boutique en ligne sur [www.clubfrancaisduvin.com](http://www.clubfrancaisduvin.com)

**Domaine des Huards** : 41700 Cour-Cheverny, tél. 02 54 79 97 90, [www.domaineshuards.com](http://www.domaineshuards.com)

**Clos Les Mots d'Ames** : 64350 Aurions-Idernes, tél. 05 59 12 00 80. [lesmetsdames.com](http://lesmetsdames.com)

**Cave de Ribeauvillé** : 68150 Ribeauvillé, tél. 03 89 73 20 35. Boutique en ligne sur [www.vins-ribeauville.com](http://www.vins-ribeauville.com)

**BANC D'ESSAI Les cornichons** p. 94

Merci à l'équipe de **Chez Marcel** pour son accueil : 7, rue Stanislas, 75006 Paris, tél. 01 45 48 29 94. [www.restaurantmarcel.fr](http://www.restaurantmarcel.fr)

**M.P.A., Merci pour l'adresse :** [www.mercipourladresse.com](http://www.mercipourladresse.com)

**Blog Vin & chère** : [vinetchere.fr](http://vinetchere.fr)

**PÊLE-MÊLE** p. 102

**L'Escargot 1903** : 94, rue Sadi-Carnot, 92800 Puteaux, tél. 01 47 75 03 66. [www.lescargot1903.com](http://www.lescargot1903.com)

**Plantxa** : 58, rue Galieni, 92100 Boulogne-Billancourt, tél. 01 46 20 50 93. [www.plantxa.com](http://www.plantxa.com)

**Expérience Trilogie Palmes d'or de Nicolas Feuillatte** : résa sur [www.champmarket.com](http://www.champmarket.com)

**Salon vin et terroirs** : parc des expositions, hall 6, rond-point Michel-Bénech, 31400 Toulouse. Infos sur [www.salon-vins-terroirs-toulouse.com](http://www.salon-vins-terroirs-toulouse.com)

**La fête du pain** : infos sur [fetedupain.com](http://fetedupain.com)

**Taste of Paris** : Grand Palais, 3, av. du Général-Eisenhower, 75008 Paris. Infos sur [paris.tastefestivals.com](http://paris.tastefestivals.com)

**Festival Coutellia** : salle polyvalente Jo-Cognet, ZI du Breuil, 63300 Thiers. Infos sur [coutellia.over-blog.com](http://coutellia.over-blog.com)

**Salon de la Revue du Vin de France** : palais Brongniart, place de la Bourse, 75002 Paris. Infos sur [salon.larvf.com](http://salon.larvf.com)

**VOTRE MAGAZINE SUR INTERNET**

Des recettes et des actus...

Retrouvez Cuisine et Vins de France sur  
**[www.cuisineetvinsdefrance.com](http://www.cuisineetvinsdefrance.com)**

# La boutique

RETROUVEZ LA SÉLECTION DE LA BOUTIQUE **CUISINE ET VINS DE FRANCE** →

29,90 €\*  
au lieu de 71,93 €  
soit 58 %  
de réduction!

Réf. : 068916

## Box CAFÉ ET THÉ GOURMANDS

Pour faire de votre pause goûter un moment privilégié, nous avons sélectionné pour vous 12 produits de qualité !



### 1 L'Accademia Espresso Barista Caffè

L'espresso italien par excellence, puissant et onctueux, révélant une mousse intense, des notes chocolatées et épicées. Les palais les plus avisés apprécieront son équilibre tout en nuances et son caractère dynamique.

10 capsules. Prix de vente indicatif : 3,15 €

### 2 Thé gourmand Éditions Marie Claire

40 recettes de mini-pâtisseries pour accompagner chaque type de thé : léger, intense, fleuri, fruité... Une invitation à la gourmandise !

112 p., 180 x 230 mm. Prix de vente : 12 €

### 3 Thé «Je reviendrai à Montréal» Christine Daffner

Un magnifique thé noir de Chine aromatisé au sirop d'érable, parsemé de fleurs de souci et de feuilles d'érable. Toutes les saveurs du Canada dans un thé ! 3 saveurs aléatoires (Montréal, Rouge Brésil ou Breakfast).

Poids : 40 g. Prix de vente indicatif : 10,95 €

### 4 Confiture Clémentines et grué de cacao O Mâ ! Gourmandises

Une confiture qui associe l'acidité de la clémentine corse à la puissance et au croquant du grué ainsi qu'à la douceur du chocolat... Un zeste de soleil !

Poids : 100 g. Prix de vente indicatif : 3,50 €

### 5 Demi-étui sablés La Mère Poulard

Les biscuits de La Mère Poulard, élaborés selon les délicieuses recettes créées par la célèbre cuisinière du mont Saint-Michel, régale depuis plus de cent vingt ans les amateurs de douceurs sucrées.

Poids : 50 g. Prix de vente indicatif : 1,40 €

### 6 Les Œufs noir 70 % Réallon Chocolatier

Un délicieux assortiment d'œufs fourrés au chocolat noir 70 %. Deux recettes d'exception conçues avec des ingrédients d'origines sélectionnées : ganache chocolat noir São Tomé et praliné amandes Valencia.

Poids : 150 g. Prix de vente indicatif : 4,99 €

### 7 Green Mountain Rooibos vert Cape and Cape

Un rooibos vert peu oxydé au goût fin et structuré apporte fraîcheur et vivacité à ce Green Mountain riche en antioxydants. Votre meilleur instant détox.

Poids : 100 g. Prix de vente indicatif : 15,20 €

### 8 Pâte à tartiner Esprit gourmand

Contenant 31 % de noisettes du Piémont, sans huile de palme, colorant ni conservateur, elle est totalement bio et addictive !

Poids : 110 g. Prix de vente indicatif : 4,50 €

### 9 Teasqueen Lékué

Un ustensile en forme de pince pensé pour retirer et égoutter parfaitement les sachets de thé ou d'infusion, sans tache ni brûlure.

Prix de vente indicatif : 6,90 €

### 10 La Notte Decaffeinato Barista Caffè

Cet espresso naturellement décaféiné offre une sensation veloutée et suave. Une douceur née de l'harmonie entre notes acides et amères, arômes de miel et d'amande.

10 capsules. Prix de vente indicatif : 3,15 €

### 11 Sarments du Médoc chocolat noir thé Earl Grey Mademoiselle de Margaux

Fins et craquants, ces brins de chocolat ondulés en forme de sarments de vigne révèlent des notes fruitées et gourmandes.

Poids : 60 g. Prix de vente indicatif : 5,10 €

### 12 Original Green Tea with honey Arizona

Une boisson à boire glacée aux extraits de thé vert aromatisé au ginseng et au miel.

500 ml. Prix de vente indicatif : 1,09 €

Pour 6€ de plus

### 6 mois d'abonnement (3 n°s) à Cuisine et Vins de France

au lieu de 11,10 €, prix de vente de 3 n°s en kiosque. Réf. 069916





## Moule à gaufres Lékué

Finis les gaufriers, la pâte qui s'échappe et le temps d'attente entre chaque gaufre... Le moule à gaufres est très pratique pour préparer facilement au four vos gaufres salées comme sucrées. Versez votre pâte à gaufres dans le moule et régalez-vous avec ce délicieux dessert.

**26,91 € au lieu de 29,90 €**

Réf. 068762

## Les Grands Classiques du chocolat Éditions Marie Claire

La tradition revisitée en 40 recettes irrésistibles : tarte double chocolat et coco grillée, mousse stracciatella, macarons à la fleur de sel, rochers pralinés, forêt-noire... Le choix s'annonce difficile pour les fondus de chocolat ! 112 p., 180 x 230 mm.

**12 €** Réf. 076313



## Coffret Le Nez du vin 12 arômes Jean Lenoir

Un outil original pour éduquer l'odorat, apprendre à reconnaître les arômes essentiels des vins rouges et découvrir ainsi l'art de la dégustation. Un cadeau indispensable pour une initiation de qualité.

**69 €** Réf. 051101



## 2 reliures pour les magazines Cuisine et Vins de France

Elles sont idéales pour conserver vos numéros de CVF ! Chacune des reliures peut contenir 12 magazines. Offre spéciale pour nos lecteurs : 2 reliures

**18 € au lieu de 22 €**

Réf. 066002



## Taille-concombre PA Design

Cet accessoire découpe courgettes et concombres en spirale pour le plus grand bonheur des yeux. Très simple d'utilisation, il vous suffit de tourner le boulon pour donner du peps à vos salades et préparations !

**13 €** Réf. 068862

@ [www.sotrendoo.com](http://www.sotrendoo.com) (paiement sécurisé)  
Téléphoner au 01 84 88 43 42 (prix d'un appel local) du lundi au vendredi de 9 h à 18 h  
Envoyer le bon de commande ci-dessous avec votre règlement (à l'ordre de la SIC) à :  
Boutique CVF - Sotrendoo BP 60051 - 49140 Seiches-sur-le-Loir

**Suivi des commandes :**  
[serviceclient@sotrendoo.com](mailto:serviceclient@sotrendoo.com)

## BON DE COMMANDE

ARTICLE	RÉFÉRENCE	PRIX UNITAIRE TTC	QUANTITÉ	PRIX TOTAL TTC
Box café et thé gourmands	068916	29,90 €		
Box café et thé gourmands + 6 mois d'abonnement à CVF (3 n°)	069916	35,90 €		
Moule à gaufres	068762	26,91 €		
Livre Les Grands Classiques du chocolat	076313	12 €		
Coffret Le Nez du vin	051101	69 €		
Taille-concombre	068862	13 €		
2 reliures pour les magazines Cuisine et Vins de France	066002	18 €		
Participation aux frais d'envoi GRATUIT si ma commande atteint 59 €				5,90 €*
<b>TOTAL À PAYER</b>				

\* Colissimo access

### Adresse de livraison :

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

E-mail ( facultatif ) : .....

- J'accepte de recevoir par e-mail les offres des sites partenaires sélectionnés par le Groupe Marie Claire
- J'accepte de recevoir par e-mail les offres de la Boutique Cuisine et Vins de France - Sotrendoo

**06BCVF175**

Offre valable jusqu'au 30/09/2017 (dans la limite des stocks disponibles), réservée à la France métropolitaine. DOM-TOM et autres pays : [www.sotrendoo.com](http://www.sotrendoo.com) Expédition sous 48 heures à réception du règlement

Mon règlement :  Par chèque à l'ordre de la SIC  
 Par carte bancaire [ ] Expire fin [ ] Notez les 3 derniers chiffres inscrits au dos de votre carte [ ]  
Signature : [ ]

# À SAVOURE

DANS VOTRE PROCHAIN NUMÉRO  
En kiosque dès le 24 mai



Plancha et barbecue,  
on cuisine dehors !



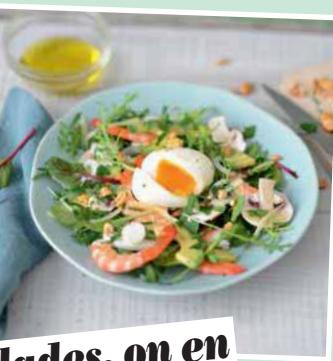
Les tomates,  
c'est la saison



Recette d'ailleurs  
Les empanadas



Les salades, on en  
fait tout un plat !



Balade gourmande  
dans le Finistère Sud

Et aussi...

- Spécial 70 ans : fêtez avec nous l'anniversaire de CVF
- Dans les vignes en Corse, d'Ajaccio à Patrimonio
- Le pesto au banc d'essai
- Envie de fromages frais en 12 recettes
- Notre sélection de rosés pour l'été



Échappée belle  
à Lisbonne

Ne manquez pas **notre hors-série cuisine de printemps** en kiosque le 27 avril  
**La nature dans l'assiette** en plus de 100 recettes !



# On cuisine ensemble

**La cuisine sur France Bleu  
au quotidien de 10h à 11h**





LE PUR PLAISIR  
ESPRESSO

MAINTENANT DANS UNE

**CAPSULE ALUMINIUM**

