

N° 222 JANVIER - FÉVRIER 2025

Cuisine et Vins

DE FRANCE

recettes
80
irrésistibles

**10 RECETTES
AU FROMAGE
POUR FONDRE
DE PLAISIR**

PÂTISSERIE
*On revisite
le paris-brest*

ESCAPADE
**À L'ÎLE MAURICE
OU EN AUTRICHE ?**

ATOUT FORME
**LES CHOUX,
ILS ONT TOUT BON !**

**ACCORDS
PARFAITS**
**QUEL VIN POUR
QUEL PLAT ?**

**NOS RECETTES
MAISON**
POUR UN HIVER GOURMAND

WWW.CUISINEETVINSDEFRANCE.COM

L 13182 - 222 - F: 4,20 € - RD



ALWAYS APPROPRIATE*



PALMES d'OR

CHAMPAGNE  Nicolas Feuillatte

254 RUE DU FAUBOURG ST-HONORÉ - PARIS 8^{ÈME}

*En toutes circonstances

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

INDEX DES RECETTES

JANVIER – FÉVRIER 2025

ENTRÉES

- Citron en gelée p. 99
- Crème de chou-fleur et amandes p. 61
- Dumplings (raviolis chinois) p. 95
- Feuilletés au fromage p. 35
- Huîtres au camembert p. 67
- Œufs brouillés au crabe p. 94
- Rillettes de lapin p. 53
- Salade de chou rouge aux noix p. 98
- Salade de chou rouge et coriandre p. 74
- Salade de couscous et halloumi grillé p. 35
- Salade de fenouil à l'orange p. 100
- Salade de lentilles p. 98
- Salade de pain rassis p. 99
- Salade de poire et fromage de chèvre p. 34
- Soupe aigre-douce p. 94
- Soupe aux vermicelles p. 94
- Soupe nordique au saumon p. 92
- Tartare de brocoli et kiwi p. 27
- Velouté de lentilles vertes du puy au citron p. 52
- Velouté de panais au lait de coco p. 22

PLATS

- Aubergines façon Sichuan p. 95
- Bœuf sauté au caramel p. 95
- Carré de porc rôti, carottes glacées p. 62
- Chow mein (nouilles sautées) p. 95
- Cocotte de légumes d'automne p. 54
- Crevettes sautées, sauce piquante p. 95
- Croziflette p. 34
- Curry de pois chiches au lait de coco p. 90
- Curry de poulet p. 81
- Dhal de lentilles corail à la clémentine de Corse p. 91
- Fettuccine au citron p. 100
- Fricassée aux deux choux p. 97
- Gigolettes de lapin aux pommes, au cidre et à l'estragon p. 92
- Gros chou façon bouchée à la reine p. 91
- Jarret de veau et carotte à l'orange p. 55
- Lasagnes au chou vert et au chèvre frais p. 56
- Nouilles sautées au porc et aux légumes p. 76
- Œuf à la coque p. 99
- Œuf dur p. 99
- Omble chevalier au four du Kühtaihof p. 87
- Omelette aux épinards et au fromage p. 35
- Panais et poires sautés p. 22
- Parmentier de panais au haddock p. 23
- Penne aux 3 fromages p. 35
- Polenta au gorgonzola p. 34
- Porc au caramel p. 95
- Risotto au parmesan p. 35
- Riz frit p. 95
- Saint-jacques dans leurs coquilles, beurre café de Paris p. 25
- Saint-jacques et purée de topinambour p. 24
- Sardines poêlées au beurre yuzu p. 101
- Tartare de poisson, citron vert et citron caviar p. 100
- Tartare de saint-jacques retour des îles p. 25
- Tarte au bleu d'Auvergne p. 35
- Tarte feuilletée aux pommes de terre et champignons p. 75
- Tartine au poireau, œuf mollet et brie p. 34
- Rougaille de poisson p. 81
- Veau aux agrumes p. 101

DESSERTS

- Ardéchois p. 63
- Banoffee pie p. 59
- Beignets de pommes p. 95
- Carpaccio de kiwi et banane, crème à l'orange p. 27
- Chocolat chaud au beurre de cacahuète p. 93
- Confiture aux trois agrumes p. 101
- Couscous sucré et pomelo p. 101
- Crème citron passion p. 101
- Crêpes p. 99
- Éclairs praliné noisette d'Arnaud Coutret p. 72
- Flan pâtissier mangue & passion p. 93
- Gâteau à l'orange p. 58
- Kaiserschmarrn p. 86
- Kumquats confits p. 101
- Madeleines au miel p. 82
- Mousse au citron p. 101
- Orangettes p. 100
- Poires pochées au sirop d'hibiscus et pralines roses p. 77
- Riz au lait, caramel beurre salé, nougatine, crème fouettée p. 57
- Strudel aux pommes p. 87

L'ÉDITO



2025 Nouvelle année, nouveaux projets. Rien ne change vraiment, mais tout peut changer !

Cette année, quels sont vos souhaits, vos rêves, vos aspirations ?

À la rédaction, notre envie, c'est de mieux vous connaître.

Vous nous suivez, certains depuis longtemps. Nous savons que vous nous lisez à parité. Presque autant d'hommes que de femmes attendent chacune de nos parutions. Plus souvent, vous habitez en province, même si nos lecteurs parisiens se multiplient. Vous aimez la gastronomie, les vins, c'est certain ; l'art de vivre, les voyages, aussi ; vous êtes curieux, passionnés ; vous savez préparer bien plus qu'une mayonnaise, vos courriers nous le disent.

Et si vous, à votre tour, vous preniez la plume plus souvent pour vous exprimer, nous faire partager vos coups de cœur, vos recettes, vos trouvailles, vos envies, nous dire ce que vous aimez, ce que vous aimez moins, comme des amis autour d'une table.

Dans notre monde un peu étourdi par tout ce qui lui arrive, un des plus sûrs moyens d'être heureux est de se retrouver avec ceux que l'on aime autour d'un bon repas, pour échanger et partager. La cuisine rend la vie plus belle, c'est bien pour cela que nous sommes là ! Belle année à vous tous !

Psst... Pour nous écrire : courrier@yovacook.fr

SOPHIE MENUT YOVANOVITCH
 @sophiemenuityovanovitch

SOMMAIRE

JANVIER - FÉVRIER 2025 N°222



Photo couverture:
Stylisme Séverine Augé.
Photo Fabrice Besse.

3 ÉDITO ET INDEX

DES RECETTES

NEWS GOURMANDES

6 SHOPPING

14 RESTOS

15 ON AIME

18 LECTURES À DÉVORER

20 DANS MON PANIER

Panais, saint-jacques, kiwi

28 TÊTE D'AFFICHE

10 recettes pour fondre de plaisir

36 DANS MON VERRE

Que boire avec... des endives au jambon ?

37 TROUVAILLES

Deux pomerols (plus) accessibles

38 DANS LES VIGNES

Cairanne, toujours mieux

44 DÉGUSTATION

4 plats, 3 accords possibles

48 À CHACUN SA BOUTEILLE

Bien accompagner... un poulet lazi
frit aux piments séchés, poivrons
et poivre de Sichuan

50 INSPIRATIONS

Du couteau à l'assiette,
une transmission familiale



24



30

LES 4 RECETTES PRÉFÉRÉES DE LA RÉDACTION

Saint-jacques et purée de topinambour p. 24

Croziflette p. 34

Lasagnes au chou vert et au chèvre frais p. 56

Ardéchois p. 67



56



63



Retrouvez l'édition digitale
de votre magazine sur votre
smartphone ou tablette

Abonné au magazine papier ?

L'édition digitale est incluse dans votre abonnement.

RETROUVEZ
NOS OFFRES D'ABONNEMENT
P. 71 ET P. 88

Télécharger dans
l'App Store

DISPONIBLE SUR
Google play

Disponible sur PC ou Mac
magazines.fr



64



72



75



68



78



60 BEAUX MARIAGES

Gourmandise et réconfort
au programme

64 EN COULISSES

Christophe Saintagne
chez Ducasse Baccarat à Paris

68 RENCONTRE

Chambelland, du grain au pain

72 C'EST DU GÂTEAU

Les éclairs praliné noisette
d'Arnaud Coutret

74 4 RECETTES

SIMPLISSIMES... AVEC
3 ingr   max

78 ESCAPADE

L'  le Maurice et l'Autriche

90 1 SEMAINE

EN CUISINE

94 ENVIE DE

Cuisine chinoise

96 EN FORME

Les choux

98 TRUCS &

ASTUCES

110 UN PRODUIT,

10 RECETTES

Les agrumes

102 QU  SACO

Le nopal

103 CARNET

D'ADRESSES

106 OURS

CARNET FUT  

EN FORME DÈS LE MATIN

POUR DÉMARRER LA JOURNÉE DU BON PIED.

Par Sophie Menut Yovanovitch



Assortiment de 12 cafés aux origines uniques **Bacha coffee**, 50 € la boîte de 25 sachets.

Crousti pétales nature **Bjorg**, 3,45 € les 300 g.



Kéfir saveur nature **Activia**, 1,65 € les 280 g.



Infusion Taille de rêve, maté, menthe et citron bio **Clipper**, 2,70 € la boîte de 20 sachets.

Muesli au chocolat **Nutriement**, 14,95 € les 500 g.



Café moulu du Laos à la fleur d'oranger **Malongo**, 12 € les 220 g.



Cafetière électrique en acier inoxydable **Aarke**, 350 €.



Tasse à café et soucoupe en porcelaine de Limoges, collection Vortex vert **Non sans Raison**, 60 €.

RETROUVEZ TOUTES NOS ADRESSES EN FIN DE MAGAZINE



BLONDE D'AQUITAINE

L'EXCELLENCE DE LA VIANDE BOVINE EUROPÉENNE

RÔTI DE BŒUF BLONDE D'AQUITAINE AUX PRUNEAUX

Le rôti de bœuf est un plat idéal pour mettre en valeur la subtilité et la délicatesse de la Blonde d'Aquitaine, viande d'excellente qualité, naturellement tendre et peu grasse.

Dans cette recette, la Blonde d'Aquitaine se marie avec un autre produit emblématique du Sud-Ouest, le pruneau, dans un festin de saveurs et avec l'accompagnement d'un vin adéquat.

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 25 minutes

Nombre de personnes : 6

INGRÉDIENTS

1 rôti de bœuf Blonde d'Aquitaine bardé de 1 kg - 6 échalotes - 500 g de pruneaux secs dénoyautés - 1 verre de vin rouge - 1 cube de bouillon - 20 g de beurre - 2 c. à soupe d'huile - Sel et poivre du moulin
Préchauffer le four à 230° C (Th. 7-8)

1. À l'aide d'un fusil de cuisine (ou d'un très long couteau), traverser le rôti dans son milieu et sur toute la longueur pour pratiquer un espace et y insérer les pruneaux.

2. Poser le rôti dans un plat à four, l'arroser d'huile et le parsemer de petits morceaux de beurre. L'entourer des échalotes pelées, le saler, le poivrer.

3. Mettre le rôti au four. Au bout de 10 minutes, verser le vin rouge, saupoudrer du cube de bouillon émietté et poursuivre 15 minutes la cuisson au four.

4. Laisser le rôti reposer 15 minutes sur une grille et sous une feuille de papier aluminium.

5. Pendant ce temps, décoller les sucs de cuisson du plat avec une spatule en bois en ajoutant un peu d'eau au besoin.

6. Servir le rôti coupé en tranches, accompagné des échalotes confites et du jus en saucière avec une purée de pomme de terre maison.

POUR CONSEILS SUR
UNE ALIMENTATION
SAINE ET ÉQUILIBRÉE,
CONSULTEZ :



Financé par l'Union européenne. Cependant, les positions et opinions exprimées appartiennent aux auteurs et ne reflètent pas nécessairement celles de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour la recherche (REA). Ni l'Union européenne ni l'autorité chargée de l'octroi ne sauraient en être tenues pour responsables.



www.blonde-aquitaine.com |  



Cofinancé par
l'Union européenne

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS
CAMPAIGNS THAT PROMOTE HIGH
QUALITY AGRICULTURAL PRODUCTS.



ENJOY
IT'S FROM
EUROPE

Cocos au pesto rosso Mes Délisecs
Vivien Paille, 2,39 € les 300 g.



Soupe bio, butternut
châtaigne amande
Marcel bio,
3,95 € les 48 cl.



Purée de noisettes **KoRo**, 11 € les 500 g.



Cocotte en fonte jaune
(24 cm) **Staub**, 279 €.

LES PRODUITS DE SAISON

QUI NOUS DONNENT ENVIE DE RESTER À LA MAISON.



Sauce soja **Kikkoman**,
édition limitée,
4,25 € les 150 ml.

Sauvignon blanc
sans alcool **Divin**,
11,10 € les 75 cl.



Fondue jurassienne aux 3 comtés
JuraFlore, 8,50 € les 400 g.



Miel multifleur,
Château Beaulieu, 15 € les 250 g.



Kéfir de fruits, citron verveine,
made in Alsace **Labo**
Dumoulin, 2,30 € les 25 cl.

RETROUVEZ TOUTES NOS ADRESSES EN FIN DE MAGAZINE



Ian Morieux, Chef au Comptoir du Malt, a remporté la première place de la catégorie Gastronomie Végétarienne avec son « Millefeuille de tomates ».

Fondée en 1899 près de Parme, l'entreprise familiale Mutti est spécialisée dans la transformation de tomates 100 % italiennes, garantissant qualité et traçabilité. La marque offre une large gamme de produits tant en GMS qu'en CHR. Authentique, Mutti se distingue par son engagement pour l'innovation, la durabilité et le respect de l'environnement. Cette tradition d'excellence s'est reflétée dans le concours Le Tablier Rouge, où les candidats devaient travailler avec des produits de la marque, parmi lesquels étaient imposés les cubes de tomates conservés en saumure et la *pasta sauce*.

MUTTI MET AU DÉFI LES CHEFS AVEC SES PRODUITS ICONIQUES

POUR LA PREMIÈRE FOIS DE SON HISTOIRE, MUTTI, LEADER ITALIEN DE LA TOMATE EN CONSERVE, A ORGANISÉ UN CONCOURS DÉDIÉ AUX PROFESSIONNELS DE LA RESTAURATION VISANT À ACCROÎTRE SA NOTORIÉTÉ AUPRÈS D'EUX ET À PROMOUVOIR SES PRODUITS.



Dans la catégorie Gastronomie Française, la jeune Oriane Fraccola a conquis le jury avec sa recette « En passant par la Lorraine avec mes scarpe ».

ENTRE TRADITION ET CRÉATIVITÉ

Parmi plus de 50 participants, neuf finalistes ont été sélectionnés dans trois catégories gastronomiques distinctes.

- **LA GASTRONOMIE FRANÇAISE** invitait les chefs à honorer l'authenticité et l'héritage culinaire français. Les candidats devaient proposer une recette française classique ou une version moderne respectant les principes fondamentaux de la cuisine française.
- **LA GASTRONOMIE VÉGÉTARIENNE** challengeait les chefs afin qu'ils démontrent qu'un plat végétarien peut égaler en complexité, saveur et présentation une recette carnée.
- **LA GASTRONOMIE DU MONDE** permettait aux chefs de fusionner, dans une recette, les saveurs internationales, tout en intégrant les produits Mutti dans leurs créations.

Le jury était composé de Sophie Badault (directrice générale de Mutti France), Carlo Casoni (chef cuisinier du Groupe Mutti), Sophie Menut (rédactrice en chef de *Cuisine et Vins de France*), David Kolski (journaliste et influenceur) et Carinne Teyssandier (animatrice TV), qui animait également la soirée. Les gagnants de chaque catégorie ont reçu un chèque de 1 500 €, une invitation au restaurant Il Carpaccio du Royal Monceau et des produits Mutti.



Antonello Cabras, Chef Privé, s'est distingué à la première place de la catégorie Gastronomie du Monde avec son « Mutti'misu », une réinterprétation salée du tiramisu.

À L'HEURE DU GOÛTER

AUTOUR D'UN THÉ OU D'UNE INFUSION,
DES GOURMANDISES À COQUER.



Théière Yoake en
porcelaine, 0,6 l,
Dammann, 69 €.

Oursons guimauve
en chocolat
Truffettes de France,
boîte de 7,
7 € les 150 g.



Chocolat noir, fèves de cacao
vieilles en foudre de Chartreuse
Bonnat, 13 € les 100 g.



Céréales à infuser Récolte
dorée **Palais des thés**,
14 € les 100 g.



Biscuits Petit Normand nappé
chocolat noir **Bonneterre**,
3,60 € les 140 g.



Bouilloire électrique New moon
gris souris **Terraillon**, 54,99 €.



Thé earl grey bio **TeaTap**, 9 € les 100 g.

RETROUVEZ TOUTES NOS ADRESSES EN FIN DE MAGAZINE

CHAMPAGNE DEVAUX

La Maison Champagne Devaux, référence emblématique de la Côte des Bar, est réputée pour ses champagnes d'exception, élaborés à partir de Pinot Noir et de Chardonnay, offrant complexité et finesse. Champagne Devaux se distingue par la sélection de ces raisins et le vieillissement prolongé de ses champagnes: 5 ans d'âge minimum pour la Collection D en bouteille, 7 ans en magnum et jéroboam et 10 ans pour ses millésimes et les champagnes Sténopé. Alliant respect du terroir et innovation, et avec Michel Parisot élu Meilleur Chef de Cave de l'année 2020 par l'International Wine Challenge, Champagne Devaux incarne le savoir-faire champenois.

champagne-devaux.fr



FROMAGES DE SUISSE

Dégusté en fine rosettes, la Tête de Moine AOP est le plus original de tous Les Fromages de Suisse. La fine fleur des plateaux de fromages est fabriquée au lait cru de montagne dont la pâte très fine fond délicatement en bouche. Contrairement aux autres fromages, il ne se coupe pas mais se racle à l'aide d'une girole dès sa sortie du réfrigérateur pour former de savoureuses rosettes. Parfait également servie à l'apéritif.

Disponible en crèmerie et grande surface. PVC 35,90 € le kg.

fromagesdesuisse.fr



COSMA

À l'origine un concept culinaire sur les réseaux sociaux, One Dwich débarque dans la vraie vie ! Créé par Cosma pour célébrer l'art du sandwich avec des ingrédients frais et de qualité, chaque recette propose une expérience gustative unique. En collaboration avec les restaurants MUSA, One Dwich invite les amoureux du bon goût à redécouvrir le sandwich sous un nouveau jour : original, généreux et créatif. Laissez-vous séduire par le mouvement One Dwich, un vrai régal de tradition et d'innovation !



[instagram.com/cosma_sur_insta/](https://www.instagram.com/cosma_sur_insta/)

YOPLAIT

Inventeur du yaourt à boire en France, Yoplait ajoute à sa gamme enfant une nouvelle référence indispensable à son arc, avec une des saveurs les plus plébiscitées par les Français. Seul référence estampillée FairTrade, P'tit YOP Chocolat régale avec son format ultra-pratique, pour un goûter sur place ! Nutri-Score B et sans colorant. Fabriqué au Mans avec du lait 100% français, fourni par la coopérative Sodial. PVC 2,49 € les 4 bouteilles de 180 g.

yoplait.fr



STAUB

Grâce à sa technicité et à l'expertise de sa fabrication, la cocotte en fonte STAUB permet une cuisson parfaite des aliments. Cet objet iconique depuis cinquante ans, aussi bien dans les cuisines familiales que chez les grands chefs, s'est développé sous toutes ses formes et toutes ses couleurs. Choisissez votre cocotte sur le site.

zwilling.com



WOLFBERGER

La gamme La Louve Wolfberger se distingue par un élevage en petits fûts de chêne qui lui confère finesse et élégance. Le dernier-né, avec le plus symbolique des cépages alsaciens, est sec par excellence et révèle un nez élégant de poire confite, de coing, puis, s'ouvre sur des effluves d'aubépine et de vanille. La bouche est acidulée avec un bel équilibre entre la fraîcheur des agrumes et la délicate florale. Riesling La Louve Wolfberger, PVC : 12,10 €.

boutique.wolfberger.com





Plateau anniversaire Les Deux Magots & Bernardaud (22 X 19,5 cm), en vente au comptoir **Les Deux Magots Paris**, 190 €.

Liqueur Elégia à la fleur d'immortelle de l'île d'Oléron, **Melifera**, 39,90 € les 70 cl.



Grog au rhum **Wolfberger** prêt à déguster, 21 € les 100 cl.



Boissons sans alcool à base de vinaigre de cidre et de fruits **Jukes**, 5,50 € la canette de 25 cl.

Boisson gastronomique sans alcool à base de thés, signature Végétale **Nivers**, 22 € les 75 cl.

APÉRO ENTRE AMIS

AVEC OU SANS ALCOOL, MAIS JAMAIS LE VENTRE VIDE.



Petit cœur d'Isigny aux truffes **Isigny Ste Mère**, 7,95 € les 150 g.



Kit de préparation pour liqueur de génépi **MontGenep**, 17,90 € les 50 cl.



Verres Newport Twist **Degrenne**, 163 € le coffret de 4 verres de 36 cl.

RETROUVEZ TOUTES NOS ADRESSES EN FIN DE MAGAZINE



Cookie des rois
frangipane & chocolat
French Bastards,
55 € pour 6/8 pers.



Galette Julia, crème d'amande, marron,
clémentine **Arnaud Larher**, 54 € pour 6 pers.



Galette Ananas royal, frangipane, ananas,
noix de coco, chocolat **La Maison du Chocolat**,
65 € pour 8 pers.



La galette traditionnelle **Ladurée**,
une pâte feuilletée et un cœur
de frangipane, 43 € pour 6 pers.

OH, LES BELLES GALETTES!

TIRONS LES REINES ET LES ROIS.



Galette Pralines **Sève**, 42 € pour 5 pers.

Galette noisette, zeste de citron **Monoprix & Aurélien Cohen**, 16,95 € pour 6 pers.

Galette Casse-noisette, frangipane et confit
d'abricot **Meert**, 35 € pour 6 pers.

Galette Flocon, brioche feuilletée frangipane
Hôtel Lutetia, 75 € pour 8 pers.



CUISINES DU monde

À PARIS, UN BISTROT POUR LA TRADITION ET DES RESTOS ÉTRANGERS POUR LE DÉPAYSEMENT. ALLEZ-Y !

Par Sophie Menut Yovanovitch



FELLOWS

L'année dernière, le chef Mehdi Favri avait ouvert Maslow, un restaurant végétarien. Il récidive avec Fellows, un lieu où les pâtes sont à l'honneur, interprétées avec sa vision toute personnelle. Dans une ambiance bar à vins, on partage une table d'hôtes, on s'assoit au comptoir ou l'on descend au sous-sol face au labo pour voir l'équipe préparer ce qui va nous régaler. Aucun ingrédient ne vient de bien loin, et « rien ne se perd, tout se crée ». Le chef mêle souvenirs d'enfance et de voyage dans des créations très originales. Gros spaghettis à la tomme d'alpage, raviolis au miso farcis aux champignons, mafaldine à la harissa. Des entrées en mode végété, glaces et desserts maison. Une adresse ultra gourmande et conviviale.

Entrées à partir de 6 €, plat à partir de 9 €.



ADELA

Décidément, on ne se lasse jamais des pâtes. Juste à côté du Grand Rex, le couple que forment Ambre et Auguste vient de donner corps à ses rêves en ouvrant son restaurant hommage à l'Italie et aux pâtes. Dans une déco et fresques au plafond qui célèbrent l'art nouveau tout en conservant l'esprit bistrot, on commence par un parfait vitello tonnato ou une ricotta fouettée aux zestes de citron, et puis vient la ronde de la pasta : al ragù, carbonara, cacio e pepe, alla puttanesca, ai funghi, aux truffes. Tout est fait maison bien sûr, avec des ingrédients sourcés avec précision. Servi par une équipe jeune et souriante, on veut bien un rond de serviette !

Entrées à partir de 7,50 €, pasta à partir de 16 €.

OSMOSSI

Le chef chypriote Andreas Mavrommatis n'est jamais à court d'idées lorsqu'il s'agit de faire rayonner la cuisine de son île, et plus généralement de la Grèce. À deux pas du Trocadéro, grimpez les quelques marches au-dessus de sa boutique pour vous immerger en Méditerranée. Aux murs, les photos de son compatriote Nikos Aliagas, banquettes confortables ou chaises en rotin, vous êtes prêt à apprécier l'hospitalité légendaire du chef. Tous les classiques et les produits sont sur la table : mézédés, keftedes, moussaka... du soleil dans les assiettes.

Plat dessert 32 €, entrée plat 36 €.



VENDÉMAIRE

Vendémaire Nadd-Mitterrand a bien fait de quitter la promotion immobilière pour ouvrir sa brasserie chic, tout près des Invalides. Dans une très belle déco chaleureuse aux tons orangés, autour de tables bien espacées, on se régale de tout ce qui fait la tradition gastronomique française. La cuisine du chef d'origine colombienne célèbre nos terroirs avec talent et créativité. Le plus simple est sublimé par des préparations et des dressages élégants. Mention spéciale pour le filet de truite au beurre blanc et œufs de truite. Viandes de chez Jean-Marie Boëdec, charcuteries de la maison Montalet...

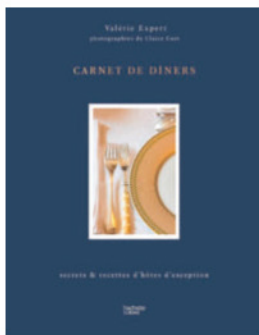
une adresse chic et conviviale.
Entrée plat ou plat dessert 29 €, entrée, plat, dessert 35 €.

ASSINIE

Direction la Côte-d'Ivoire et l'Afrique de l'Ouest. Les deux sœurs, Fleur et Isabelle Beke, célèbrent leurs origines et la cuisine de leur pays dans leur restaurant refait à neuf. L'une est mannequin, l'autre a fait des études de sciences politiques. À elles deux, elles mixent les codes et mêlent leurs compétences. Dans le lieu élégant, on goûte à une cuisine peu connue, reflet de tout l'Ouest africain. On commence par un cocktail bissap fruits de la passion, puis les recettes sénégalaises, maliennes et nigériennes se dévoilent, élégantes et parfumées : pastels, thiep bou diep, yassa au poulet, choukouya d'agneau. Allez-y curieux et le ventre vide, les portions sont plus que généreuses.

Entrées 8 à 13 €, plats 25 à 48 €.





SAVOIR RECEVOIR

Huit femmes livrent à la journaliste radio et télé Valérie Expert leurs conseils pour jouer les meilleures maîtresses de maison lorsqu'on reçoit chez soi. Nappe, menu, plan de table, fleurs, bougies... Comment s'organiser pour que le moment soit presque parfait ! Dans cet ouvrage super pratique, découvrez huit univers et les conseils de chacune, dont ceux de notre rédactrice en chef.

Carnet de dîners, de Valérie Expert (Hachette, 24,95 €), le 30/10/2024.

DES FÈVES À NOS PIEDS

Les fabophiles, collectionneurs de fèves de galette des rois, vont adorer celles imaginées à l'effigie du mocassin emblématique J.M. Weston. Le célèbre pâtissier lorrain Sébastien Gaudard s'associe avec le non moins célèbre chausseur d'exception. Leurs créations glissées dans les galettes à la crème d'amandes (à partir de 28 €) sont

à retrouver dans une sélection de boutiques J.M. Weston et celles du pâtissier.



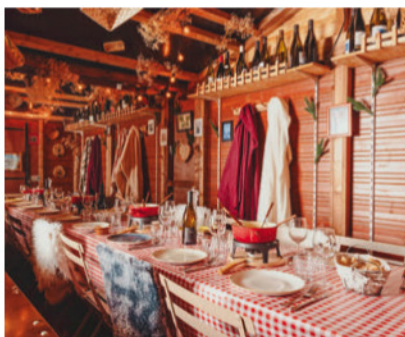
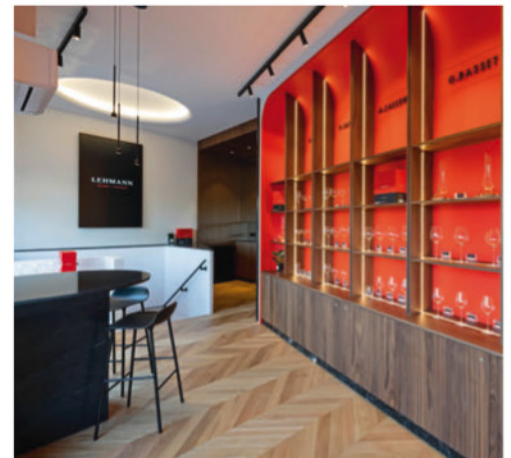
NOUVEAU FORMAT XXL

On voit la vie en grand avec ce pot gascon de la maison Tariquet, célèbre entre autres pour ses armagnacs élaborés depuis 1683. Dans la tradition gersoise, la famille Grassa présente Le Légendaire, dans sa bouteille de 2,5 l aux courbes généreuses. Assemblage de pure folle blanche, ugni blanc et baco, un bas-armagnac tout en finesse, fraîcheur et gourmandise.

Pot Gascon Le Légendaire, Domaine Tariquet, 42°, 250 €.

LEHMANN INAUGURE SA NOUVELLE BOUTIQUE PARISIENNE

Les amateurs de vins et spiritueux connaissent bien la maison rémoise de verres d'exception Lehmann, produits en cristallin, un cristal sans plomb qui leur garantit une brillance et une sonorité exceptionnelles. La marque en constante évolution travaille avec des sommeliers de renom ou des chefs comme Arnaud Lallement pour imaginer des verres adaptés à chaque boisson et sublimer l'instant de dégustation. On peut maintenant découvrir leurs gammes dans leur tout nouvel espace parisien.



C'EST LE MOMENT...

... de se régaler en plein Paris d'une fondue suisse « moitié-moitié », élaborée avec du vacherin fribourgeois et du gruyère et accompagnée de viande des Grisons et pommes de terre rôties. À l'intérieur de sa cour, l'hôtel Le Grand Quartier a posé comme un petit village de chalets. De quoi se sentir en vacances de ski à la montagne, sans quitter la capitale.

Jusqu'au mois de mars 2025.



LA CATALOGNE, UNE DESTINATION ŒNOTOURISTIQUE UNIQUE

NICHÉE AU NORD-EST DE L'ESPAGNE, ENTRE MER ET MONTAGNE, LA CATALOGNE EST UNE RÉGION VITICOLE HISTORIQUE OÙ TRADITION ET MODERNITÉ SE RENCONTRENT DANS UNE INCROYABLE DIVERSITÉ DE PAYSAGES ET D'EXPÉRIENCES.

UNE VASTE CAVE À PORTÉE DE MAIN

Des Pyrénées à la mer Méditerranée, la Catalogne est une terre de contrastes, riche de traditions séculaires et d'un héritage viticole de plus de 2 500 ans. Des cités côtières aux petits villages de montagne, des grandes villes aux bourgs de l'arrière-pays, les Catalans font vivre une culture du vin et de la gastronomie unique qui se révèle tout au long de l'année lors de festivités hautes en couleur. Les épicuriens peuvent découvrir ici, au travers d'une très large palette d'expériences œnotouristiques, une incroyable diversité de vins issus de 36 cépages, dont certains autochtones, et produits



dans 12 appellations d'origine différentes. Dans des fermes centenaires ou des bâtiments modernistes, au cœur de caveaux ancestraux ou entre les rangs de très vieilles vignes, la découverte des 300 caves ouvertes au public est l'occasion de vivre des moments conviviaux en se laissant surprendre par des vins singuliers nés dans des paysages à la beauté éclectique et envoûtante.

La tradition de déguster un vermouth avant le repas a été remise au goût du jour ces dernières années avec la renaissance de marques anciennes et l'ouverture de nombreuses vermoutheries.

DES EXPÉRIENCES ORIGINALES

Pratiquer la marche nordique dans les vignes ou les arpenter à vélo, goûter des vins vieilliss sous la mer ou associés à des fromages et des tapas, déguster des cuvées dans un chai décoré d'œuvres d'art, participer à un atelier de dégorgement d'une bouteille de vin effervescent ou s'initier aux bienfaits de la vinothérapie par le biais d'un massage, les possibilités de découvertes du vignoble et des vins catalans sont presque infinies. Une excellente occasion de se familiariser également avec la gastronomie locale qui recèle de trésors, entre lapin aux haricots et soupe de lotte, suquets, calçots, escargots ou bien encore plats de riz du Delta de l'Èbre. Sans oublier évidemment l'huile d'olive qui bénéficie de cinq appellations d'origine contrôlée dans la région.



DES ROUTES DES VINS À EXPLORER

Quel meilleur moyen pour découvrir toutes les pépites œnotouristiques catalanes que d'emprunter l'une des neuf routes des vins ?

En quittant Barcelone, et après moins d'une heure de route, se dévoile la route du vin AOC Pla de Bages.

Au pied de Montserrat, les visiteurs pénètrent dans une ancienne grande région viticole aujourd'hui en pleine renaissance grâce, notamment, au cépage picapoll, qui donne un accent atypique aux vins locaux. Non loin de là, les amateurs de vins blancs salins et minéraux ne manqueront pas d'emprunter la route du vin AOC Alella, où s'égrènent les domaines produisant

du Pansa Blanca. La magie des bulles du *cava*, célèbre vin effervescent produit en méthode traditionnelle, se dévoilera pour sa part le long de la route du vin du Penedès. Sillonnant des paysages superbes et escarpés, la route du vin Priorat et celle du vin AOC Terra Alta permettent, quant à elles, de mettre en lumière leurs superbes cuvées à base de grenache, de carinena et de grenache blanc. Et si la mer n'est jamais loin du regard sur la route du vin AOC Empordà ou du vin AOC Tarragona, les défricheurs de régions méconnues privilégieront la route du vin de Lleida ou du Trepat.



QUELQUES TEMPS FORTS DE VOTRE SÉJOUR

À la découverte des monastères

Les visiteurs peuvent découvrir des monastères ayant eu une grande importance dans la culture viticole locale, comme l'abbaye de Montserrat, le monastère de Sant Pere de Rodes ainsi que ceux de la route cistercienne.

L'éloge de la lenteur

Pourquoi ne pas emprunter un train à crémaillère qui vous conduira jusqu'à Montserrat, haut lieu de la viticulture catalane, avant de déguster quelques-uns des crus de la région ?

Des cépages identitaires

Certains cépages autochtones de la région, comme le querol, le moneu ou la forcada, de nouveau plantés, sont la promesse de découvertes œnologiques originales et nouvelles.

Quelques festivals réputés

Parmi les nombreuses festivités, la fête du Vin de Lleida ou de Gandesa, la foire aux vins de Falset, et les festivals Cavatast, Vivid ou bien Alella Harvest sont quelques-uns des temps forts de l'année viticole.



Pour plus d'infos :
www.catalunya.com
www.catalunyaexperience.fr

Lectures À DÉVORER

EN CE DÉBUT D'ANNÉE, ON NE VA PAS S'ENNUYER EN CUISINE
AVEC CES OUVRAGES RICHES ET VARIÉS.

Par Sophie Menut Yovanovitch

INSPIRATIONS CULINAIRES

On ne cuisine pas tous les jours de la même façon, la cuisine est aussi une histoire d'humeur. Keda Black le sait et nous partage, entre Paris et le Cotentin, sa cuisine personnelle inspirée de l'air du temps, ses envies et les moments de l'année. En ville, au vert, selon les saisons et ses envies, on passe des moules-frites au riz sauté à l'ananas, de poires en doudoune à une forêt-noire...

Des recettes toujours interprétées avec délicatesse.

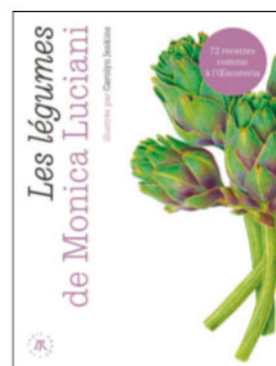
Le Goût du jour, de Keda Black (Hachette Cuisine, 30 €), 9 octobre 2024.



LÉGUMES À L'ITALIENNE

Qu'il est poétique, cet ouvrage qui célèbre les légumes. Monica Luciani, aujourd'hui aux commandes d'Oenosteria après avoir été à la tête de Casa Bini, un des meilleurs restaurants italiens de la capitale, nous partage ses recettes végétales au fil des saisons, simples et savoureuses, ponctuées de dessins aussi vrais que nature.

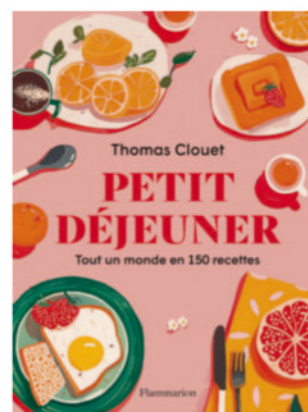
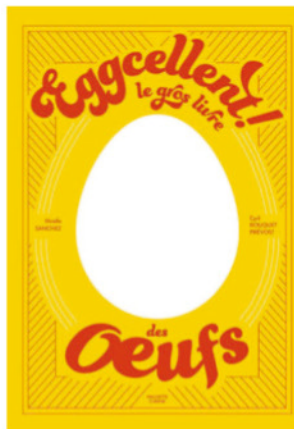
Les Légumes de Monica Luciani, illustrés par Carolyn Jenkins (La Table ronde, 26 €), 24 octobre 2024.



LES ŒUFS ONT EN FAIT... 1000 RECETTES

Vous aimez les œufs ? Ça tombe bien, cette bible de 3 kg et 950 pages contient 1 000 recettes en provenance de 250 pays pour s'en régaler du petit déjeuner au dîner, et en toutes circonstances. Chaque recette est commentée par ses auteurs et chaque chapitre ponctué d'infos et d'histoires pour devenir incollable.

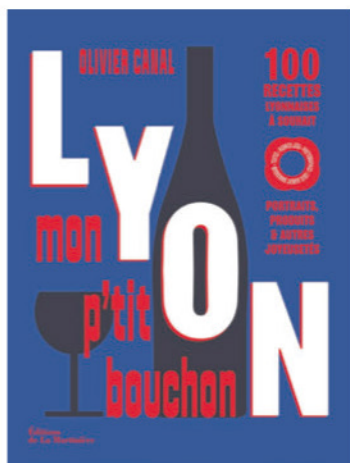
Eggcellent ! Le gros livre des œufs, de Mireille Sanchez et Cyril Rouquet-Prévost (Hachette pratique, 59,95 €), 16 octobre 2024.



LE TOUR DU MONDE DES LE RÉVEIL

Vous manquez d'idées pour varier le premier repas de la journée ? Thomas Clouet en a pour vous. Pour changer de nos traditionnels croissants, il nous emmène aux quatre coins de la planète à travers 150 recettes originales de petit déjeuner. Préparez des recettes différentes avec des ingrédients de tous les jours, à glisser, pourquoi pas, dans votre lunch box.

Petit déjeuner, tout un monde en 150 recettes, de Thomas Clouet (Flammarion, 35 €), 18 septembre 2024.



LORSQUE SIMPLE VEUT DIRE RICHE EN GOÛT

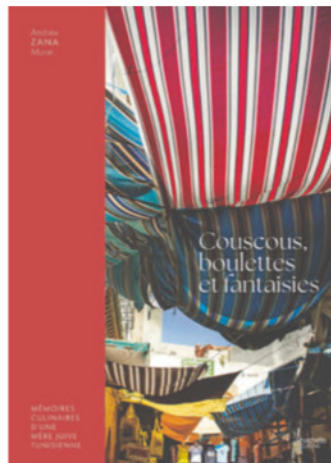
Dans la capitale des Gaules, on se régale du soir au matin dans ce patrimoine vivant que sont les célèbres bouchons, faisant tout le charme et la tradition de Lyon. Qui de mieux placé qu'Olivier Canal, président de l'association Les Bouchons lyonnais, pour nous faire découvrir les spécialités : cervelas, mâchon, rosette, tablier de sapeur, blanquette et chou farci, que l'on déguste au coude à coude dans ces lieux authentiques. L'héritage des mères lyonnaises perdure avec bonheur.

Lyon, mon p'tit bouchon, d'Olivier Canal (Lamartinière, 45 €), 4 octobre 2024.

MÉMOIRE D'UNE CUISINIÈRE JUIVE TUNISIENNE

Bien plus que des recettes, ce livre est histoire de transmission. Andrée Zana Murat est une autrice culinaire à succès, et chacune de ses nouvelles parutions convoque la sensibilité et la générosité. Dans ce dernier, dédié à ses petits-enfants, elle s'inspire de sa culture pour partager tout ce qui fait l'excellence de son pays d'origine, des recettes autour des fêtes, des moments, des produits. Un parfum de soleil et d'amour.

Couscous, boulettes et fantaisies, d'Andrée Zana Murat (Hachette, 35 €), 9 octobre 2024.



LES COULEURS DE LA CUISINE MEXICAINE

La plus Parisienne des cheffes mexicaines, à la tête des restaurants Neva cuisine, Coretta et Taco Mesa, est toujours aussi attachée à ses racines. Dans cet ouvrage coloré, elle marie recettes de cœur et techniques françaises.

Houmous de haricots noirs, pan de muerto, arroz con leche... Beatriz s'inspire de sa double culture pour nous proposer les plats traditionnels mexicains en version moderne, élégante et aussi joyeuse qu'elle l'est.

Mesa, ma cuisine mexicaine, de Beatriz Gonzalez (Solar, 34,95 €), 17 octobre 2024.



DANS L'INTIMITÉ D'UN GRAND CHEF

C'est l'histoire d'une famille, de traditions, de transmission, d'excellence, de générosité. C'est tout cela que réunit aujourd'hui Marc Haeberlin, représentant la quatrième génération de cuisiniers, dans cet ouvrage et dans son restaurant L'Auberge de l'ill. Il nous partage ses recettes cultes, d'autres originales souvent inspirées par son lien fort avec le Japon. Au fil des pages, ponctuées de photos reflétant parfaitement les lieux, l'histoire de la maison centenaire nous est racontée

avec talent par le journaliste et romancier Paul-Henry Bizon.

L'Auberge de l'ill au fil de l'eau, de Marc Haeberlin (Éditions de la Martinière, 45 €), 8 novembre 2024.



SANS GLUTEN MAIS PAS SANS GOÛT

On peut être intolérant au gluten et au lactose, ou tout simplement ne pas les aimer. Si cela peut paraître compliqué de pâtisser sans farine ou sans produits laitiers, alors ouvrez les pages de cet ouvrage pour découvrir qu'on peut très bien se régaler avec d'autres ingrédients : farine de riz,

huile de coco, lait de soja, sirop d'érable pour préparer cookies, crêpes, moelleux aux amandes, brioches... ou tout l'art de la substitution.

Ma pâtisserie sans gluten ni lactose, de Nils Peillon (Alternatives, 19 €), 10 octobre 2024.

LE MARCHÉ de saison

LES BONS PRODUITS, LES COULEURS, LES PARFUMS, LES SAVEURS,
MAIS AUSSI L'AMBIANCE... LES MARCHÉS DONNENT ENVIE
DE CUISINER. SUIVEZ NOS CONSEILS ET NOS RECETTES POUR PROFITER
DE LA COQUILLE SAINT-JACQUES, DU PANAIS ET DU KIWI.

Textes et recettes Sophie Menut Yovanovitch. Stylisme Séverine Augé. Photos Fabrice Besse



PANAIS

Avec ses teintes crèmeuses, il ressemble à une carotte qui aurait perdu sa couleur. Racine potagère, il est parfois pris pour un féculent, ce qu'il n'est pas. Cependant, il peut remplacer avantageusement les légumineuses car il est bien pourvu en glucides pour assez peu de calories. Très riche en fibres, il dévoile son goût sucré qui plaît aux petits comme aux grands. Achetez-le bien ferme et sans taches et conservez-le au frais pendant une semaine.

Mariage heureux : on le glisse dans les potées de notre hiver, il se marie aux pommes de terre, on le prépare en frites. Il aime les épices comme le cumin qui rehausse son goût. On le râpe en même temps que des carottes pour une salade de crudités spécial forme.

KIWI

Il poussait en Chine, il y a plus de 2000 ans, mais c'est sa culture en Nouvelle-Zélande qui a fait son succès. À partir des années 1960, ce fruit résistant au long transport arrive sur nos étals tel qu'on le connaît. Du fait de sa ressemblance avec leur oiseau endémique, les Néo-Zélandais lui donnent son nom de kiwi. En France, il est cultivé surtout dans le Sud-Ouest. Aujourd'hui, on le trouve le plus souvent vert, même si le gold, plus doux, arrive en force sur les étals.

Mariage heureux : souvent placée au rayon des fruits exotiques, cette véritable petite bombe d'énergie, peu calorique et riche en fibres se consomme dès le matin au petit-déjeuner. On l'associe à des légumes de même couleur comme les épinards ou les avocats pour une salade vitaminée, on en fait des coulis...

SAINT-JACQUES

Sa période de pêche est très réglementée (en général d'octobre à mai) pour préserver les ressources. La Normandie, puis la Bretagne sont les principales régions pourvoyeuses. Il faut attendre qu'elle ait atteint l'âge de 2 à 3 ans pour ramasser la saint-jacques, en général à la drague (on traîne un filet sur les fonds marins). Elle est plus rarement pêchée par des plongeurs qui la ramassent à la main pour préserver les fonds marins. Cette pratique vertueuse fait monter les prix de vente.

Mariage heureux : délicate et raffinée, sa chair nacrée et sa finesse se marient à toutes sortes de recettes crues ou cuites. Son corail peut être haché avec des herbes et un oignon frais pour préparer des raviolis.



VELOUTÉ DE PANAIS AU LAIT DE COCO

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 20 MIN
• CUISSON 35 MIN • FACILE • BON MARCHÉ

• 800 g de panais • 125 g de marrons cuits
sous vide • 1 oignon • 1 noix de gingembre
• 30 g de beurre • 30 cl de lait de coco
• 50 cl de bouillon de volaille • 2 tranches
de pain de campagne rassises • 2 c. à soupe
d'huile d'olive • 2 brins de persil • Sel • Poivre

1. Épluchez l'oignon et le gingembre, hachez-les et faites-les blondir dans 1 grande casserole avec l'huile d'olive pendant 3 min. Épluchez les panais et coupez-les en rondelles. Ajoutez-les dans la casserole. Salez, poivrez et versez le bouillon et le lait de coco. Laissez cuire pendant 30 min à petit feu. Versez le tout dans le bol d'1 blender en ajoutant ou retirant un peu de liquide selon la consistance désirée. Mixez fortement pour obtenir une soupe bien lisse. Laissez au chaud.

2. Découpez le pain en petits cubes, faites-les dorer dans 1 poêle avec le beurre pendant 3-4 min.

3. Émiettez les marrons très grossièrement au couteau. Réchauffez-les pendant 1 min à la poêle.

4. Répartissez le velouté dans des bols ou des assiettes et ajoutez le pain et les marrons au-dessus. Décorez avec le persil et donnez un tour de moulin à poivre.

NOTRE CONSEIL : vous pouvez mélanger carottes et panais ou champignons de Paris et panais pour préparer ce velouté. Remplacez le pain par des tranches de coppa que vous ferez dessécher pendant 5 min au four.

NOTRE BON ACCORD : un pinot noir d'Alsace.

LA RECETTE EN +

PANAIS ET POIRES SAUTÉS

POUR 4 PERS. Épluchez 4 panais et coupez-les en gros cubes. Faites-les cuire dans 1 casserole d'eau salée pendant 10 min, égouttez-les. Pelez 2 poires, épépinez-les et coupez en cubes de la même taille que les panais. Faites gonfler 50 g de raisins secs dans 1 bol d'eau chaude et égouttez-les. Faites fondre 50 g de beurre dans 1 sauteuse et ajoutez les cubes de panais pour les colorer. Au bout de 5 min, ajoutez les poires. Faites sauter le tout et ajoutez les raisins au bout de 3 min avec 5 cl de miel liquide. Salez, poivrez, saupoudrez de thym et poursuivez la cuisson pendant 3 min.



PARMENTIER DE PANAIS AU HADDOCK

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 20 MIN • CUISSON 1 H • FACILE • BON MARCHÉ

• 500 g de haddock • 600 g de panais • 1 oignon • 2 gousses d'ail • 20 brins de ciboulette • 2 brins d'aneth
• 70 cl de lait • 100 g de beurre • 50 g de gruyère râpé • Sel • Poivre

1. Épluchez les panais et l'oignon. Coupez-les en petits morceaux. Placez-les dans 1 grande casserole, couvrez-les d'eau, salez et laissez cuire pendant 30 min. Égouttez-les et passez-les à travers 1 moulin à légumes dans 1 grand saladier. Ajoutez 20 cl de lait tiède et 50 g de beurre coupé en morceaux en mélangeant bien. Rectifiez l'assaisonnement.
2. Épluchez et hachez les gousses d'ail. Ciselez les herbes et ajoutez le tout dans la purée en mélangeant bien.
3. Faites pocher le haddock 10 min dans le lait restant à petit feu. Égouttez-le.
4. Beurrez 1 plat à gratin avec un peu de beurre restant. Disposez le poisson dans le fond après avoir pris soin de retirer la peau et les arêtes. Recouvrez-le avec la purée. Parsemez de gruyère, ajoutez quelques noisettes de beurre. Enfourez pour 20 min à 180 °C, puis poursuivez la cuisson pendant 10 min à 200 °C sous le gril.

NOTRE CONSEIL : servez ce plat avec une salade frisée pour en faire un plat unique, sain et complet.

NOTRE BON ACCORD : un quincy (Loire).

SAINT-JACQUES ET PURÉE DE TOPINAMBOUR

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 20 MIN • CUISSON 35 MIN • FACILE • ABORDABLE

• 12 noix de Saint-Jacques • 900 g de topinambours • 50 g de noisettes • 1 citron • 4 brins de persil • 30 g de beurre
• 70 cl de lait • 10 cl de crème liquide • 1 c. à soupe de café instantané • 6 c. à soupe d'huile d'olive • Sel • Poivre

1. Épluchez les topinambours. Conservez-en 2 pour la finition. Coupez le reste en morceaux et placez-le dans 1 casserole. Couvrez avec le lait et la crème et complétez avec un peu d'eau. Laissez cuire pendant au moins 30 min. 5 min avant la fin de la cuisson, ajoutez le café.

2. Égouttez les topinambours et placez-les dans le bol d'1 mixer avec 1 peu de liquide de cuisson. Salez, poivrez et mixez pour obtenir une purée fine. Gardez au chaud.

3. Coupez les topinambours restants en petits dés. Placez-les dans 1 bol et recouvrez-les du jus du citron, de 4 c. à soupe d'huile, des noisettes concassées et du persil ciselé. Assaisonnez et mélangez bien.

4. Faites chauffer le reste d'huile dans 1 sauteuse puis saisissez les noix de Saint-Jacques pendant environ 2 min de chaque côté. Ajoutez le beurre et arrosez les saint-jacques pendant 1 min avant de couper le feu.

5. Déposez un peu de purée dans chaque assiette, ajoutez 3 noix de Saint-Jacques et répartissez le contenu du bol dessus. Dégustez aussitôt.

NOTRE CONSEIL : si vous trouvez de l'ail noir, faites sauter quelques gousses avec les coquilles. Placez les topinambours dans 1 saladier rempli d'eau vinaigrée pour éviter qu'ils noircissent avant la cuisson.

NOTRE BON ACCORD : un picpoul du Pinet (Languedoc).



LA RECETTE EN +

TARTARE DE SAINT-JACQUES RETOUR DES ÎLES

Pour 4 pers. Coupez 12 noix de Saint-Jacques en petits cubes. Découpez 3 tranches d'ananas frais et 1 petite mangue en cubes. Mélangez le tout. Ajoutez la pulpe d'1 fruit de la passion, les graines d'1/2 gousse de vanille, les zestes et le jus d'1 citron vert, 4 c. à soupe d'huile d'olive et 3 brins de coriandre hachés. Salez, poivrez et disposez la préparation dans des petits cercles sur des assiettes. Servez avec une salade de mâche.



SAINT-JACQUES

SAINT-JACQUES DANS LEURS COQUILLES, BEURRE CAFÉ DE PARIS

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 20 MIN • CUISSON 15 MIN • FACILE • ABORDABLE

• 12 coquilles Saint-Jacques • 2 citrons • 2 échalotes • 2 brins de persil • 3 gousses d'ail • 2 c. à soupe de câpres • 200 g de beurre salé
• 1 c. à soupe de moutarde • 5 cl de cognac • 1 c. à café de curry en poudre • 1 c. à café de thym • 2 c. à soupe de baies roses • Sel • Poivre

1. Préparez le beurre café de Paris. Épluchez et hachez les échalotes. Placez-les dans 1 petite casserole avec le cognac et le jus d'1 citron. Faites chauffer jusqu'à ce que le liquide s'évapore presque complètement. Mélangez le beurre pommade, le contenu de la casserole refroidi, les câpres, le curry, la moutarde, les baies roses concassées, le thym, l'ail et le persil hachés. Salez, poivrez.
2. Débarrassez ce beurre sur du film alimentaire et roulez-le pour former 1 boudin. Placez-le au congélateur pendant 15 min.
3. Décoquillez les coquilles, ôtez le corail des noix. Lavez les coquilles et les noix. Remettez les noix dans les coquilles en les regroupant par deux ou trois.

4. Préchauffez le four à 200 °C en position gril. Posez les coquilles sur 1 plaque de cuisson. Sortez le beurre du froid, découpez des tranches d'1 bon cm et posez-les sur les coquilles. Enfouissez pour 10 min. Servez les coquilles sur 1 grand plat. Prélevez les zestes du citron restant et ajoutez-les avec son jus au dernier moment.

NOTRE CONSEIL : pour que les coquilles tiennent bien à l'horizontale lors de la cuisson, étalez un lit de gros sel sur la plaque de cuisson et posez-les dessus. Utilisez le reste de beurre café de Paris pour farcir des escargots, assaisonner un riz blanc ou un carré de veau poêlé.

NOTRE BON ACCORD : un chablis (Bourgogne).

TARTARE DE BROCOLI ET KIWI

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 20 MIN • PAS DE CUISSON • FACILE • BON MARCHÉ

• 1/2 brocoli • 1 avocat • 3 kiwis • 1 pomme verte • 1 citron • 5 brins de persil
• 5 brins de menthe • 3 c. à soupe de graines de courge • 1 petite noix de
gingembre • 1 petite gousse d'ail • 5 c. à soupe d'huile d'olive • Sel • Poivre

1. Lavez le brocoli et hachez-le grossièrement au mixer. Lavez les herbes et hachez-les.
2. Lavez et épépinez la pomme. Coupez-la en tout petits cubes sans la peler. Épluchez l'avocat et les kiwis et coupez-les en petits cubes. Citronnez la pomme et l'avocat avec la moitié du jus de citron.
3. Mélangez tous les ingrédients précédents (réservez quelques dés de pomme et de kiwi), salez et poivrez.
4. Épluchez l'ail et le gingembre. Placez-les dans le bol d'un petit mixer avec les graines de courge, le reste du jus de citron et l'huile. Actionnez pour obtenir une texture lisse. Au besoin, ajoutez de l'eau. Versez cette sauce sur le tartare et mélangez bien.
5. Dressez la préparation dans 1 cercle à pâtisserie haut. Décorez avec quelques dés de pomme et de kiwi mis de côté.

NOTRE CONSEIL : ajoutez un peu de gelée de pomme au-dessus des tartares pour ajouter une touche au côté sucré-salé de cette recette.

NOTRE BON ACCORD : un beaujolais blanc.



LA RECETTE EN +

SMOOTHIE AU KIVI

Pour 2 verres. Placez 2 pommes vertes lavées et épépinées avec leur peau, 2 concombres pelés et épépinés et 4 kiwis épluchés dans le bol d'un blender. Ajoutez 30 cl de yaourt grec et les feuilles de 2 brins de menthe et mixez fortement pour obtenir une consistance lisse. Au besoin, rajoutez 1 peu d'eau.

CARPACCIO DE KIVI ET BANANE, CRÈME À L'ORANGE

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 15 MIN • CUISSON 5 MIN • FACILE • BON MARCHÉ

• 6 kiwis verts • 4 bananes • 1 citron vert • 1 brin de menthe • 40 cl de jus d'orange
• 2 g d'agar-agar • 1 sachet de sucre vanillé

1. Faites chauffer le jus d'orange avec le sachet de sucre vanillé. Ajoutez l'agar-agar en mélangeant bien. Laissez refroidir et mettez au froid pendant au moins 1 h.
2. Épluchez les kiwis et les bananes. Coupez-les en rondelles fines.
3. Étalez un peu de crème d'orange dans le fond de 4 assiettes individuelles. Disposez des rondelles de bananes et de kiwi au-dessus en les alternant.
4. Prélevez les zestes et le jus du citron vert et ajoutez-les sur les carpaccios. Décorez avec des feuilles de menthe.

NOTRE CONSEIL : voilà un dessert bourré de vitamines qui va régaler petits et grands. Préparez-le aussi pour votre petit-déjeuner.

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

TÊTE D'AFFICHE

10 RECETTES POUR FONDRE DE PLAISIR !

C'EST TOUTE L'ANNÉE LA SAISON DES FROMAGES,
MAIS LORSQUE LES TEMPÉRATURES CHUTENT, LEUR DOUCEUR
ET LEUR CARACTÈRE S'INVITENT DANS NOS RECETTES
POUR LES RENDRE ENCORE PLUS GOURMANDES.

Textes, stylisme et photos Luca Camporese

Délicate



NOTRE BON ACCORD

Coteaux varois en Provence Patricia Ortelli,
Cuvée Étoiles 2023, 35 €.

Finesse, précision et élégance pour ce grand vin
de Provence.

*Parfait
pour
le brunch*

NOTRE BON ACCORD

Mâcon villages, Domaine Dupré 2022,
14,20 €.

Un chardonnay de Bourgogne dans la
fraîcheur, entre agrumes et fleurs blanches,
doté d'une belle acidité.





*Spécial
grande
tablee*

NOTRE BON ACCORD
Roussette de Savoie Carrel & Senger, La rousse,
16,30 €.
Issu d'une sélection parcellaire du cépage Altesse.
Sec et très aromatique.



*Sans
gluten*

NOTRE BON ACCORD

AOP Côtes-de-Provence, La Chapelle
de Sainte Roseline blanc 2023, 28,90 €.
Des notes d'herbes sèches et une finale
citronnée.





Plat complet

NOTRE BON ACCORD

AOC Touraine Azay-le-Rideau, Domaine des Hauts Baigneux, Clos des Brancs 2022, 31,80 €.
Un chenin vif et minéral au nez très gourmand et aux notes miellées.





Un grand classique

NOTRE BON ACCORD
Champagne Frèrejean Frères, Cuvée des hussards 2013, 165 €.
À majorité chardonnay, un vin élégant, à la bouche crémeuse, entre fruits blancs et secs, pour un plat qui l'est tout autant.





SALADE DE POIRE ET FROMAGE DE CHÈVRE

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 15 MIN • CUISSON 3 MIN
• FACILE • BON MARCHÉ

- 1 poignée de salade frisée
- 4 endives • 2 poires comice
- 12 cerneaux de noix • 1 petite betterave chioggia • 1 citron
- 1 fromage de chèvre mi-dur
- 3 c. à soupe de miel • 2 c. à soupe de vinaigre Melfor
- 2 c. à soupe d'huile de noix
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- Sel • Poivre

1. Lavez la frisée et essorez-la. Lavez les endives et coupez-les en biais. Épluchez les poires, épépinez-les et coupez-les en lamelles. Citronnez-les.
2. Épluchez la betterave, coupez-la en lamelles et recoupez-les en bâtonnets. Concassez les cerneaux de noix.
3. Coupez le fromage de chèvre en petits cubes. Faites chauffer 1 c. à soupe d'huile d'olive dans 1 poêle et faites sauter le fromage pendant 2 à 3 min. Versez le miel 30 sec. avant la fin de la cuisson.
4. Disposez la salade et les endives dans les assiettes, ajoutez la poire, le fromage, les noix et la betterave. Fouettez les 2 huiles et le vinaigre, salez, poivrez et versez sur la salade.

NOTRE CONSEIL : passez les cubes de fromage dans un peu fécule de pomme de terre avant de les faire cuire. Toutes sortes de fromages de chèvre conviennent à cette recette qui vous permet aussi de recycler les restes.



TARTINE AU POIREAU, ŒUF MOLLET ET BRIE

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 15 MIN • CUISSON 25 MIN
• FACILE • BON MARCHÉ

- 4 poireaux • 200 g de brie
- 4 œufs • 10 cl de crème liquide • 30 g de beurre
- 4 tranches de pain de campagne • 2 c. à soupe de vinaigre blanc • Sel • Poivre

1. Lavez et émincez les poireaux. Faites-les suer tout doucement sans coloration dans 1 poêle avec le beurre en mélangeant souvent pendant env. 15 min. Salez, poivrez et laissez au chaud.
2. Ôtez la croûte du brie et coupez-le en cubes. Faites chauffer la crème dans 1 petite casserole et ajoutez les cubes de fromage. Laissez-les fondre pendant 5 min. Salez et poivrez.
3. Faites chauffer de l'eau dans 1 petite casserole et ajoutez le vinaigre. Cassez 1 œuf dans 1 petit bol et faites-le glisser dans l'eau frémissante en créant 1 tourbillon. Laissez pocher l'œuf pendant env. 3 min. Égouttez-le sur 1 assiette recouverte de papier absorbant. Procédez ainsi avec les 3 autres œufs.
4. Faites griller les tranches de pain dans le grille-pain. Répartissez sur chacune un peu de poireau, déposez 1 œuf et ajoutez le fromage fondu. Salez et poivrez.

NOTRE CONSEIL : ajoutez un peu de gruyère râpé dans la sauce au fromage pour la rendre encore plus goûteuse.



CROZIFLETTE

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 20 MIN • CUISSON 40 MIN
• FACILE • BON MARCHÉ

- 6 tranches fines de jambon de Savoie • 300 g de crozets au sarrasin • 2 oignons
- 500 g de reblochon
- 50 cl de crème fraîche
- 40 g de beurre • Sel • Poivre

1. Faites cuire les crozets comme indiqué sur le paquet dans 1 grande casserole d'eau salée. Égouttez-les en conservant un peu d'eau de cuisson.
2. Pendant ce temps, épluchez et émincez les oignons, faites-les blondir pendant 10 min avec 30 g de beurre.
3. Préchauffez le four à 180 °C. Graissez 1 plat à gratin avec le beurre restant.
4. Mélangez les crozets avec la moitié de la crème, 3 c. à soupe d'eau de cuisson et les oignons. Salez et poivrez. Versez la moitié des pâtes dans le plat, posez les tranches de jambon dessus et ajoutez l'autre moitié des pâtes.
5. Découpez le fromage en tranches dans la longueur et posez-les sur toute la surface du plat. Enfournez pour 30 min.

NOTRE CONSEIL : vous pouvez remplacer le jambon par des lardons fumés ou, mieux, des diots de Savoie que vous ferez cuire en même temps que les pâtes avant de les couper en rondelles.



POLENTA AU GORGONZOLA

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 20 MIN • CUISSON 10 MIN
• FACILE • BON MARCHÉ

- 600 g de champignons de Paris
- 1 poignée de pousses d'épinard
- 200 g de gorgonzola • 15 cl de crème liquide • 20 cl de lait
- 30 g de beurre • 250 g de polenta • 3 c. à soupe d'huile d'olive • Sel • Poivre

1. Lavez rapidement les champignons et coupez leurs pieds. Émincez-les finement. Faites-les sauter dans le mélange beurre-huile. Laissez-les cuire pendant 10 min. Tenez-les au chaud.
2. Faites chauffer le lait avec 40 cl d'eau salée. Versez la polenta en pluie et mélangez sans cesser de tourner au fouet ou à l'aide d'1 cuillère en bois pendant 10 min env. Versez la crème liquide, salez et poivrez et mélangez encore.
3. Lavez les pousses d'épinard. Coupez le fromage en petits morceaux. Ajoutez le gorgonzola dans la polenta et mélangez bien. Conservez-en un peu pour la finition. Versez la polenta dans 1 plat de service. Ajoutez les champignons sur le dessus, les dés de gorgonzola et les pousses d'épinard. Donnez 1 tour de moulin avant de servir.

NOTRE CONSEIL : pour gagner du temps, achetez de la polenta à cuisson rapide. À base de maïs, elle est un ingrédient majeur de la cuisine italienne et on en trouve plusieurs variétés, même blanche (issue d'une variété de maïs blanc) dans les régions du nord-est de l'Italie.



TARTE AU BLEU D'Auvergne

POUR 6 PERS. • PRÉPARATION
20 MIN • CUISSON 1 H
• FACILE • BON MARCHÉ

- 2 oignons rouges
- 125 g de bleu d'Auvergne
- 125 g de comté râpé
- 5 œufs • 40 cl de crème liquide • 10 cl de lait
- 25 g de beurre • 1 rouleau de pâte feuilletée
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- Muscade • Sel • Poivre

1. Préchauffez le four à 180 °C. Épluchez les oignons et émincez-les. Faites-les blondir dans 1 sauteuse, dans le mélange beurre-huile, pendant 15 min à feu doux.

2. Dans 1 saladier, fouettez les œufs entiers avec le lait et la crème. Émiettez le bleu d'Auvergne et ajoutez-le avec le comté. Salez, poivrez et ajoutez 1 belle pincée de muscade. Placez les oignons refroidis dans le saladier et mélangez encore.

3. Déroulez la pâte feuilletée dans le fond d'1 moule à tarte et versez l'appareil au fromage dessus. Enfournuez pour 45 min en surveillant. Attendez 10 min avant de servir la tarte.

NOTRE CONSEIL : vous pouvez enrichir la préparation avec des petits lardons fumés.



RISOTTO AU PARMESAN

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION
25 MIN • CUISSON 30 MIN
• ASSEZ FACILE • UN PEU CHER

- 1 oignon ou 2 échalotes
- 1 bouquet de sauge • 70 g de beurre • 200 g de parmesan • 15 cl de crème liquide • 500 g de riz carnaroli ou arborio • 10 filaments de safran • 30 cl de champagne
- 60 cl de bouillon de volaille chaud • 10 cl d'huile neutre • 2 c. à soupe d'huile d'olive • Sel • Poivre

1. Préchauffez le four à 220 °C. Râpez 100 g de parmesan. Faites-en des petits tas sur 1 tapis silicone posé sur 1 plaque. Enfournuez pour 3 à 4 min. Attendez 1 min et déposez les tuiles sur 1 rouleau à pâtisserie.

2. Faites frire les feuilles de sauge dans l'huile neutre bien chaude pendant 2 min et égouttez-les.

3. Faites blondir l'oignon ou les échalotes hachées dans l'huile d'olive pendant 5 min. Ajoutez 30 g de beurre et versez le riz. Laissez chauffer presque à sec en mélangeant. Les grains doivent devenir translucides. Versez alors le champagne sans cesser de mélanger et laissez-le s'évaporer.

4. Ajoutez le safran et versez aussitôt 1 verre de bouillon chaud, mélangez encore. Laissez cuire pendant env. 20 min en mouillant régulièrement le riz dès qu'il a absorbé le liquide. Salez et poivrez.

5. Ajoutez la crème, le beurre et le parmesan restants.

NOS CONSEILS : optez pour un riz italien à la grande capacité d'absorption et qui sait conserver du croquant. Remplacez le champagne par du vin blanc aromatique comme un pinot gris.

4 RECETTES à savourer

Salade de couscous et halloumi grillé

POUR 4 PERS. Mélangez 200 g de reste de graines de couscous cuites avec 1 bouquet de persil haché et 1 oignon rouge haché. Coupez l'halloumi en lamelles, faites-les dorer à sec dans 1 poêle pendant 1 min de chaque côté. Posez-les sur la salade de couscous, ajoutez les graines d'1 grenade, saupoudrez avec 2 c. à soupe de zaatar. Mélangez le jus d'1 citron avec 5 cl d'huile d'olive, salez, poivrez et versez sur la salade.

Feuilletés au fromage

POUR 4 PERS. Écrasez à la fourchette 125 g de féta et 125 g de fromage de chèvre frais. Ajoutez 4 brins de menthe ciselés et 1 cébette hachée finement. Versez 2 c. à soupe d'huile d'olive, salez et poivrez. Pliez 1 disque de feuille de brick en 2 et coupez-le en 2 dans la longueur. Placez 1 peu de farce sur 1 bande de pâte et pliez-la sur elle-même pour obtenir 1 triangle. Renouvelez l'opération avec le reste des ingrédients. Enfournuez à 180 °C pour 15 min.

Penne aux 3 fromages

POUR 4 PERS. Faites cuire les pâtes comme indiqué sur le paquet. Dans 1 casserole, faites fondre 30 cl de crème liquide avec 5 cl de vin blanc, ajoutez 125 g de gruyère râpé, 125 g de roquefort émietté et 125 g de mozzarella coupée en cubes. Laissez fondre les fromages. Égouttez les pâtes, ajoutez 1 petite louche d'eau de cuisson dans la casserole. Salez, poivrez et versez la sauce dans les pâtes en mélangeant bien.

Omelette aux épinards et au fromage

POUR 4 PERS. Faites cuire 300 g de feuilles d'épinard dans 1 poêle pendant 5 min. Faites gonfler 75 g de raisins secs dans un peu d'eau chaude pendant 10 min puis égouttez-les. Fouettez 10 œufs dans 1 saladier et ajoutez les épinards et les raisins. Coupez 250 g de reste de fromage en cubes et ajoutez-les. Salez, poivrez et ajoutez 1 belle râpée de muscade. Faites chauffer 30 g de beurre avec 2 c. à soupe d'huile dans 1 poêle et versez-y l'omelette à faire cuire pendant 8 min de chaque côté.

QUE BOIRE AVEC... des endives au jambon ?

Par Jean-Michel Brouard

UN MOT

PORTE-GREFFE.

Depuis la crise du phylloxéra à la fin du XIX^e siècle, les vignes doivent quasiment systématiquement être greffées. La sève épaisse du porte-greffe, la partie située dans le sol, tue le puceron parasite. Les vignes européennes sont ensuite greffées dessus et peuvent ainsi survivre.

UN CÉPAGE CONNU

LE ZINFANDEL.

Cépage noir à jus blanc, il est notamment cultivé en Italie, où il se nomme *primitivo*, et en Californie. Les vins qu'il donne sont généralement très colorés, présentant des niveaux d'alcool assez élevés. Riches en tanins, ils présentent des arômes floraux évoluant vers des notes épicées.

UN RAISIN OUBLIÉ

LA MOLETTE.

Cépage blanc typique de la Savoie, il n'est aujourd'hui cultivé que sur des surfaces réduites. Il est autorisé dans les appellations savoie, seysssel et buges pour produire notamment des vins effervescents. Peu aromatique, il est aussi acidulé et légèrement herbacé.

UN MILLÉSIME

2007.

Millésime contrasté, il fut tout juste correct en Bourgogne et hétérogène à Bordeaux, avec toutefois de grands pessac-léognan blancs et de très beaux liquoreux. Les réussites les plus éclatantes du millésime sont à chercher dans la vallée du Rhône (hermitage, châteauneuf-du-pape).

Ah, les endives au jambon...
Il suffit d'évoquer ce plat qui sent bon l'hiver et le nord de la France pour que certains crient au génie quand d'autres esquissent une mine de dégoût, souvenir de massacres culinaires à la cantine certainement.

Quoi qu'il en soit, ce plat traditionnel se prépare peu ou prou toujours de la même façon. Les endives précuites, par exemple dans un bouillon de volaille, sont ensuite éventuellement braisées pour leur donner un léger goût caramélisé. Enveloppées dans du jambon blanc, elles seront alors disposées dans un plat pour y être nappées de sauce béchamel et de fromage, généralement de l'emmenthal, afin de gratiner merveilleusement au four. En bouche, l'harmonie des saveurs est évidente. L'amertume de l'endive est contrebalancée par le gras de la sauce et la puissance fromagère. La texture fondante vient pour sa part trouver dans le jambon un relief fort à propos. Simple en apparence, ce plat n'en est pas moins un casse-tête pour le choix du vin. Quelle couleur choisir ? On pourrait tout à fait imaginer un vin blanc. Mais attention, l'amertume de l'endive risque de créer une difficulté. Il lui faut un compagnon offrant une belle puissance aromatique, comme un vin sec à base de sauvignon ou de chenin. Un pouilly fumé ou un bourgogne aligoté pourraient tout à fait convenir, d'autant que leur acidité va permettre de contrebalancer agréablement le gras de la béchamel et du fromage. Côté rouge, il faudra songer à une cuvée présentant suffisamment de matière pour éviter qu'elle ne soit écrasée par l'amertume du chicon. De la structure et une texture relativement soyeuse semblent tout indiquées. Un saint-joseph, un beaujolais-villages ou bien encore un chinon joueront sans mal une partition gracieuse.



Istock Photo

DEUX POMEROLS (plus) accessibles

BERCEAU DE CERTAINS DES BORDEAUX LES PLUS PRESTIGIEUX, À L'IMAGE DE PETRUS OU CHÂTEAU LE PIN, CE TERROIR MAGNIFIQUE DE LA RIVE DROITE OÙ RÈGNE EN MAÎTRE LE MERLOT N'EST TOUTEFOIS PAS L'APANAGE DE VINS INACCESSIBLES. Par Jean-Michel Brouard

Château de Sales

POMEROL 2021

En arrivant à la propriété, le dôme de la chartreuse construite en 1643 est reconnaissable entre mille. Semblant toiser le reste du château, il signe la singularité de cet édifice bâti par la famille Sauvanelle, qui possédait le vignoble depuis 1578. Et, fait exceptionnel, ce sont les descendants directs, les héritiers Lambert, qui président encore à sa destinée. Une 17^e génération composée de 14 cousins germains bien décidés à écrire, tous ensemble, les pages d'une histoire exaltante. Après quelques décennies d'une certaine torpeur, une nouvelle dynamique a en effet été impulsée pour remettre sur le devant de la scène ce cru, le plus vaste de tout Pomerol avec pas moins de 47,6 hectares de vignes et 42 ha de parc. Travail de la vigne plus adapté, respect de la biodiversité, vinification et élevage des vins plus précis depuis quelques années portent leurs fruits. Ce 2021 en témoigne, guidé par de beaux fruits rouges gourmands au nez et une trame tannique structurante mais pas dominante.

COMMENT LE BOIRE ?

Ce 2021 possède une jolie chair qui accompagnera avec grâce et présence un pigeonneau rôti paré d'une poêlée de champignons.

LE PRIX 29€

Château Mazeyres

POMEROL 2022

Non loin du Château de Sales, toujours à l'ouest de l'appellation Pomerol, les vignes du Château Mazeyres s'épanouissent sur trois terroirs marqués par l'argile, les graves et les sables où le merlot domine naturellement (73,1 %). Depuis quelques années, Alain Moueix a insufflé une philosophie différente sur la propriété, révélant la personnalité singulière de ses vins.

Tout d'abord, à l'image de ce qu'il pratique au Château Fonroque à Saint-Émilion, il a obtenu les certifications en agriculture biologique puis biodynamique, respectivement en 2015 et 2018. Une approche totalement différente remettant le vivant et le végétal au cœur de la production. Parallèlement, l'encépagement a, lui aussi, évolué vers une part plus sensible de cabernet franc donnant davantage de droiture aux vins, et une pointe de petit verdot pour un surcroît de tension. Les vins sont ici éclatants, vibrants, comme ce 2022 à la structure dense, porté par un fruit mûr mais énergique et des tanins généreux et veloutés.

COMMENT LE BOIRE ?

La douce intensité de ce vin lui permettra de mettre en valeur une épaule d'agneau confite.

LE PRIX 48€



*Tout autour du charmant
village de Cairanne,
les vignes composent
un paysage marqué
par la présence de bois
qui permettent de préserver
la biodiversité.*





CAIRANNE, TOUJOURS MIEUX

ÉLEVÉE AU RANG DE CRU, L'APPELLATION DE LA VALLÉE DU RHÔNE PEUT S'ENORGUEILLIR DE TERROIRS EXCEPTIONNELS. CETTE RÉCOMPENSE PERMET AUJOURD'HUI AUX VIGNERONS QUI FONT VIVRE ET RAYONNER CAIRANNE DE PROPOSER LEURS VINS SUR LES MEILLEURES TABLES. Par Béatrice Delamotte

Déjà en 1414, un premier inventaire parcellaire permet de se rendre compte de l'ancienneté du vignoble de Cairanne. Denis Alary, ancien président de l'appellation, a aussi retrouvé dans les archives de sa famille un diplôme de qualité datant de 1868 pour un « côtes-du-rhône blanc »... alors que l'appellation ne sera établie qu'en 1937. Il faudra attendre encore trois décennies pour que Cairanne sorte de l'anonymat de l'appellation générale et entre dans la famille des côtes-du-rhône villages. En 2004, commence un long travail qui sera couronné de succès en 2016. Cairanne devient ainsi l'un des dix-sept crus de la vallée du Rhône.

Le 17^e cru du Rhône

L'appellation se dote de règles exigeantes : pas de désherbage dans les vignes, des vendanges manuelles pour préserver les paysages et un taux de sulfite bas, inspiré du bio. Le seul point d'achoppement sera la mention des blancs dans le cahier des charges, tout d'abord refusé par l'Institut national de l'origine et de la qualité (Inao) avant d'être intégré. Car si les vins blancs ne représentent aujourd'hui que 6 % de la production, leur proportion était bien plus importante au début du XX^e siècle.

Une charte paysagère

Aujourd'hui, c'est Laurent Brusset qui préside l'appellation, toujours en suivant la devise du blason du village de Cairanne « Semper Augusta », soit en langage vigneron, « Toujours mieux ». En 2020, l'appellation s'est dotée d'une Charte paysagère et environnementale qui engage les vignerons à respecter la biodiversité et les ressources naturelles, à préserver l'identité locale et à placer le paysage au cœur de la découverte du vignoble. Un engagement qui se traduit concrètement par la plantation d'essences locales, soit un millier d'arbres d'ici 2025, et l'installation de nichoirs à mésanges et de gîtes à chauves-souris dans le vignoble. Pour se convaincre de la beauté des paysages, il suffit de suivre l'un des deux sentiers de balade qui traversent les vignes.

Vin Son HUYNH

COUP D'ŒIL

- **AOC** : Cairanne (2016).
- **SUPERFICIE** : 1088 hectares.
- **COULEURS** : rouge et blanc.
- **CÉPAGES** : grenache noir, mourvèdre et syrah en cépages principaux pour les rouges, clairette, grenache blanc et roussanne pour les blancs.
- **CLIMAT** : méditerranéen.

- **ALTITUDE** : de 98 à 340 mètres.
- **À TABLE** : les rouges se marient avec les viandes grillées ou rôties, un tajine d'agneau ou un magret de canard, mais aussi avec un vieux parmesan. De leur côté, les blancs accompagnent les poissons grillés, un risotto primavera et les fromages de chèvre.

NOTRE SÉLECTION

OGIER

La Confluence 2023, 14,50 €.

Si le jus de gourmandise existait, ce serait ça : un subtil mélange de fruits rouges et noirs, de fleurs épanouies et d'épices douces. Une sensation qui se retrouve aussi bien au nez qu'en bouche où une acidité maîtrisée apporte de la fraîcheur à une matière onctueuse. Les tanins se font velours de soie.

FAMILLE RAVOIR

Cairanne rouge 2023, 10,50 €.

Fleurs épanouies et fruits noirs bien mûrs se partagent un bouquet tout en rondeur et en intensité. La chaleur de l'été réchauffe les fruits qui exhalent leurs parfums sucrés. Le contraste avec la fraîcheur de la matière n'en est que plus saisissant. Certes, on retrouve l'onctuosité de la pulpe des petits fruits, la petite rugosité de tanins polycés, mais dans un ensemble savoureux à souhait.

DOMAINE LUCIEN TRAMIER

Cairanne rouge 2023, 12 €.

La fraîcheur acidulée de la mûre sauvage et de la cerise noire s'équilibre avec la douceur poudrée de la pivoine encore fermée. On pressent que les fruits à noyau vont déployer leurs arômes juteux et sucrés. En fait, c'est en bouche qu'ils s'imposent dans une matière fraîche et tendre. On croirait boire un smoothie, avec de très jolis tanins quand même.

PIERRE AMADIEU

Les Hautes Rives rouge 2022, 11,50 €.

Les fruits noirs exhalent leurs parfums juteux, associés à un côté pierre sèche et de parfums fleuris qui contribuent à un bouquet élégant et complexe. En bouche, c'est la fraîcheur qui s'impose, dans une matière raffinée, juteuse et structurée par de très jolis tanins.

DOMAINE DES AMADIEU

Vieilles vignes rouge 2022, 17 €.

Puissance et intensité signent un bouquet tout en fruits noirs, en arômes délicatement poivrés et en pêche de vigne. La bouche est plus tonique, avec une trame fraîche et acidulée qui apporte de l'énergie. Ne reste en finale que le jus d'orange sanguine très salivant.

DOMAINE LES HAUTES CANCES

Cairanne rouge 2022, 13 €.

Frais et délicat, le bouquet n'est qu'arômes de fruits blancs et noirs, en contraste, avec une touche florale très sensuelle. En bouche, gros coup de fraîcheur dans une matière intense, pleine d'énergie et de jus. Un vin à la fois facilement accessible, mais



DOMAINE ROCHE ROMAIN ROCHE

Lorsqu'il s'est installé sur la propriété familiale en 2009, les vins étaient confiés à une coopérative. Dès son arrivée, il décide de mettre en bouteille à la propriété mais, faute de cave, commence par travailler dans un bâtiment prêté par la famille Couturier, du Domaine Rabasse Charavin. Sur les 25 hectares de la propriété, Romain Roche n'a que des cépages rouges en appellation Cairanne, mais pas mal de vieilles vignes, taillées en gobelet, ce qui impose, avant même le passage en cru, des vendanges manuelles. Ses vignes, situées en grande partie sur des terroirs de garrigues et de coteaux, orientés au Sud, sont dès son

arrivée cultivées selon les principes de l'agriculture biologique, une démarche qui sera certifiée en 2022. Sa cuvée La Bousquette 2022 (18 €) s'ouvre sur un condensé de fruits noirs mûrs, remarquablement juteux et intenses. Une sensation fruitée qui se retrouve dans une matière tout en fraîcheur et en délicatesse, même si de petits tanins demandent un peu de patience. Si vous arrivez à trouver la cuvée Marcel Roche 2018, vous pourrez imaginer ce que sera le vin après quelques années de garde. Une merveille de fraîcheur et d'intensité fruitée. D'ailleurs les marchés étrangers ne s'y trompent pas et l'export représente 70 % des ventes du domaine.

CLOS ROMANE FLORENT ET ROMANE CHARANCON

Il aurait pu devenir un artisan de renom dans la ferronnerie d'art après son compagnonnage, mais Florent Charancon a préféré revenir sur la propriété et, à aujourd'hui 28 ans, devenir la quatrième génération à vinifier sur les 28 hectares du domaine. Dès son retour en 2019, il entame la conversion en bio du vignoble, qui devrait être certifié pour la prochaine vendange. Avec des parcelles sur les trois grandes zones géologiques de l'appellation, Florent a choisi de vinifier par terroir, tout en expérimentant la vendange entière pour certaines cuvées. Romane, sa petite sœur, l'accompagne depuis un an pour la partie administrative et commerciale. La cuvée en rouge 2022 (14 €) s'ouvre sur la gelée de mûre, la pêche de vigne et le cassis frais, dans un bouquet qui s'équilibre entre fraîcheur et sucrosité du fruit. La bouche n'est que juteux et tension, avec de la mâche et une trame séveuse appétissante. Plus rare, car il n'a qu'un hectare en blanc, son 2022 se révèle très floral, tendu par une trame très fraîche et acidulée qui fait particulièrement saliver en finale. Un domaine à suivre.





DOMAINE BRUSSET LAURENT BRUSSET

Représentant la quatrième génération, Laurent Brusset a succédé à de forts caractères. Son arrière-grand-père tout d'abord, mort prématurément au cours de la Première Guerre mondiale, laissant sa veuve diriger la propriété alors en polyculture et lancer une épicerie dans le village. Son grand-père ensuite, André, qui a créé la cave familiale en 1947, lancé des cuvées dans les trois couleurs et l'activité de « l'export », vendant ses vins jusqu'à Marseille. Daniel, son père, enfin, qui voulait être professeur d'allemand, pour finalement mettre ses compétences linguistiques

au service du rayonnement international du domaine et qui a développé le vignoble atteignant aujourd'hui 75 hectares. Arrivé à seulement 21 ans sur la propriété, Laurent Brusset a dû faire sa place parmi ces caractères familiaux, mais aussi au sein des instances. « J'ai toujours joué le collectif », reconnaît l'actuel président de l'appellation et adjoint au maire de Cairanne. On se laisse séduire par sa cuvée Les Travers 2023 en blanc (13,50 €), un vin délicieusement fruité entre poire et pêche blanche. La bouche n'est que rondeur et suavité, sans manquer d'intensité ni de caractère, avec une belle persistance. La version en rouge 2023 (13,50 €) déploie des parfums de pivoine épanouie, de pierre sèche et de fruits noirs, dans un bouquet profond et charmeur. La bouche est plus marquée par le fruit, avec un côté juteux et frais. Les tanins se font velours et la finale fraîche est très sapide.

DOMAINE DE L'ORATOIRE SAINT-MARTIN PIERRE FABRE

Déjà à la tête du Château Mont-Redon, à Châteauneuf-du-Pape, Pierre Fabre convainc la famille Fabre-Abeille de reprendre ce domaine emblématique de Cairanne en 2020. Jusqu'alors propriété de Frédéric et François Alary, sans repreneurs parmi leurs enfants, les deux frères ont été parmi les pionniers de la viticulture bio et de la biodynamie sur l'appellation. Séduit par les terroirs exceptionnels et ravi de pouvoir diriger ce domaine dont il apprécie les vins depuis longtemps, Pierre Fabre s'est attaché à poursuivre le travail effectué par les Alary et perpétuer l'excellence de cette institution. Et cela aussi bien à la vigne, qu'au chai ou au niveau commercial. Les vins sont toujours essentiellement vendus en France chez des cavistes et en restauration, mais aussi à l'international, que ce soit au Brésil, en Australie ou au Royaume-Uni.



Et on comprend les consommateurs lorsque l'on déguste la Réserve des Seigneurs 2022 (14,50 €). Très séveux, le nez de ce rouge se montre mystérieux, entre parfums floraux (oranger, pivoine) et juteux des fruits noirs (cassis, mûre, cerise). La bouche est pleine et ronde, avec une pulpe très gourmande. On retrouve la suavité florale du nez qui aurait épousé une corbeille de framboises et de cerises fraîchement cueillies. Un vin tout en gourmandise.

qui ne manque pas de complexité. Bref, un gros plaisir.

CHÂTEAU DE SERRE BLANC

Résurgence rouge 2022, 22,20 €.

Robe intense et mystérieuse, presque opaque. Finement poivré, le bouquet ne révèle que petit à petit des arômes de fruits noirs mûrs et de fleurs poudrées. La bouche est plus fraîche et énergique. On retrouve le fruit, mais plus rouge que noir, frais et juteux. Les tanins sont parfaitement fondus et la gourmandise de la finale est totale. Un vin riche et savoureux.

DOMAINE MARTIN

Cairanne rouge 2022, 11 €.

Belle robe grenat aux reflets bordeaux. Nez tout en élégance et raffinement, entre arômes de fruits noirs mûrs et parfums floraux délicats. Une subtilité qui se retrouve dans une matière plus énergique, comme libérée d'un carcan. L'acidité sert de colonne vertébrale, de très jolis tanins soyeux accompagnent jusqu'à une finale assez glorieuse.

DOMAINE MOUN PANTAÏ

Cuvée Jérémie rouge 2022, 12 €.

Intensité est le maître mot de cette cuvée que ce soit la robe grenat intense, quasi impénétrable, le bouquet riche et plein, tout en puissance contenue, ou la matière veloutée et charnue, quand les fruits noirs juteux et pulpeux prennent le dessus. On a l'impression de mâcher les fruits. De jolis tanins veloutés enrobent le palais.

DOMAINE DES ESPIERS

Cuvée 60/10 2022, 16 €.

Les fruits rouges et noirs bien mûrs, une délicate note de crème à la vanille et de biscuit aux amandes composent un bouquet tout en rondeur, très appétant. Une sensation que se retrouve dans une matière fraîche et tendre, subtile et au charme réel.

PATRICE JUBAIN

Vieilles vignes rouge 2022, 13 €.

Robe grenat presque noire. Du pur jus de mûre au nez, adouci par des arômes floraux de pivoine, de laurier-rose et un côté garrigue chaude. Nettement plus acidulée, la bouche se révèle énergique et intense, avec toujours cette impression de jus de petits fruits noirs. La douceur des tanins accompagne jusqu'à une finale salivante, aux accents de jus d'orange sanguine.

ROMAIN DUVERNAY

Adage rouge 2022, 11,20 €.

Robe presque noire et opaque, assez incroyable. Intensité des arômes de fruits noirs (mûre, cassis, cerise) qui occupent tout l'espace aromatique. Très juteuse, la matière offre une superbe sucrosité, des tanins parfaitement fondus et une énergie acidulée qui se prolonge dans une finale persistante.

DOMAINE FOND CROZE

Cairanne rouge 2022, 15 €.

Fraîcheur et intensité jouent à cache-cache dans un bouquet qui marie arômes de fruits noirs, parfums floraux et épices douces avec un léger côté vanillé en fond. La bouche est plus harmonieuse, avec une rondeur fruitée, de petits tanins soyeux et une trame acidulée qui évite toute lourdeur.

DOMAINE DE GALUVAL

La Montagne 2020, 18 €.

Frais et tendre, le bouquet se révèle très floral, même si les fruits rouges ne sont pas très loin. La bouche est plus intense, marquée par la fraîcheur minérale qui confère à cette cuvée une élégance notable.

DOMAINE A. BERTHET-RAYNE

Castel Mireio blanc 2023, 18 €.

La fraîcheur d'une corbeille de fruits à noyau récoltés aux premières lueurs du jour mais qui dévoilent déjà des parfums mûrs ouvre un bouquet où la garrigue n'est pas loin. La bouche est ronde et ample, avec une signature minérale qui s'accompagne de notes fruitées et juteuses d'abricot bergeron et de pêche blanche.

CAVE DE CAIRANNE

Camille Cayran « La Grande Réserve » blanc 2023, 7,95 €.

Joli bouquet qui évolue entre fruits jaunes, parfums de garrigue (fenouil sauvage, myrte) et suavité des fleurs d'oranger. Fraîcheur et intensité se partagent la matière qui ne manque pas d'élan et d'ampleur. On retrouve les fruits mûrs (abricot, nectarine, poire), mais surtout une minéralité particulièrement salivante jusqu'en finale.

DOMAINE MARCEL RICHAUD

Cairanne blanc 2023, 19,50 €.

Une approche du palais de Dame Tartine, entre arômes de biscuits aux amandes, d'abricot compoté et de marmelade d'orange amère. De la gourmandise pure. La bouche est plus longiligne, avec une matière élancée. On retrouve des notes d'agrumes mûrs et de pêche blanche qui ne manquent pas d'énergie et d'ampleur.

CELLIER DES PRINCES

Le Mas des Falaises 2022, 9,60 €.

Tout en retenue, le bouquet ne se dévoile que timidement. Lentement, on découvre des parfums de fruits noirs, de pêche de vigne et de rose ancienne. Fraîche et suave, la bouche est tout aussi retenue, à peine marquée de jolis tanins soyeux. Une cuvée tout en raffinement.

DOMAINE ALARY DENIS ALARY

C'est en grande partie grâce à Denis Alary que Cairanne est devenu cru. Cet adepte du collectif depuis son plus jeune âge a toujours milité, que ce soit chez les Jeunes agriculteurs dès son installation, en créant un club pour les jeunes du village ou à la direction d'un syndicat des vins pendant trente ans. À la tête de 30 hectares, en grande partie classés en cairanne et certifiés en bio depuis vingt ans, l'homme laisse aujourd'hui

petit à petit la main à la onzième génération, représentée par son fils Jean-Étienne. Adepte de vins plus fruités, le jeune homme s'investit particulièrement en cave où il vinifie de nouvelles cuvées. On se délecte des Brunotes 2022 (13 €) à la robe étonnamment claire. Au nez, fruits rouges, baies noires et fleurs poudrées mélangent leurs parfums dans un bouquet à la fois tout en charme et en intensité. La bouche fait mine d'être en retrait, mais la puissance de la matière s'impose crescendo, adossée à des notes de fruits rouges juteux et une touche d'orange sanguine. Un caractère marqué qui se cacherait derrière une voilette. Quant à L'Estevenas blanc 2023 (13 €), le nez se montre remarquablement fruité, entre abricot, pêche et une pointe de passion. Des parfums de fleurs d'oranger et d'acacia apparaissent à l'aération. La bouche offre une belle rondeur et de la tension sur les agrumes doux.



DOMAINE RABASSE CHARAVIN LAURE, MARTHE CHARAVIN ET CORINNE

Dans la famille, le domaine se transmet de mère en fille depuis trois générations. Si les arrière-grands-parents sont sortis du système coopératif et ont transmis leurs 45 hectares à leur fille Corinne, c'est aujourd'hui sa petite-fille, Marthe, qui dirige le domaine après des expériences

à Gigondas et en Nouvelle-Zélande. Même si les vignes étaient cultivées depuis longtemps selon les principes du bio, ce n'est qu'en 2023 que la certification a été obtenue. Avec de faibles rendements, Marthe privilégie la vente aux particuliers, qui représente la moitié

de son chiffre d'affaires, tout en gardant une présence dans le réseau traditionnel et un peu d'export, essentiellement en Europe et aux États-Unis. Assemblage de grenache et de syrah, la cuvée en rouge L'Estevenas 2019 (21 €), issue de vieilles vignes de grenache de près de 100 ans, fait preuve d'une belle maturité, avec un fruit lumineux et une belle structure tannique. La version en blanc 2023 (21 €) se révèle très fraîche, avec une belle acidité.

DOMAINE BOISSON BRUNO BOISSON

Représentant la septième génération sur la propriété, Bruno Boisson fait de la préservation de l'environnement son credo. Arrivé en 2000 au domaine, il ne se presse pourtant pas pour faire certifier les 28 hectares en bio, ce qui ne sera fait qu'en 2019. Aujourd'hui, c'est une certification en biodynamie qu'il a entamée. Et pour être raccord avec sa vision du monde, il ne compte plus faire de grand export, pour limiter les envois par avion ou même par container. Les frontières de l'Europe lui conviennent bien et il y vend un tiers de sa production, le reste se répartissant entre particuliers et réseau traditionnel. Grâce à près de 40 % de ses parcelles sur des terroirs de sables du Toronien, Bruno Boisson revendique une certaine légèreté dans ses vins qui se retrouve dans sa cuvée Les Trois Terroirs 2022 (13 €), très charmeuse, entre fruits rouges croquants, épices douces et une tendresse aromatique. La bouche est tout en raffinement, mais pas sans puissance, avec de jolis tanins gais. Avec 20 % de l'encépagement en blanc, Bruno Boisson produit plusieurs cuvées, dont



L'Exigence 2023 (15 €). Un joli mélange entre parfums floraux miellés et agrumes doux. La bouche est plus intense au premier abord avec une matière caressante et fruit lumineux.



LES CHEMINS DE SÈVE LOÏC MASSART

Loïc Massart fait partie des néovignerons de Cairanne. Ingénieur en techniques industrielles chez Dassault Systèmes, il découvre le vin avec son épouse et le couple en fait un projet familial. En 2014, il achète 9 hectares à Cairanne et crée sa cave. Formé à Tain l'Hermitage, ce Picard d'origine peut s'installer grâce à un groupement foncier qui réunit famille et amis et l'aide à financer son rêve. Certifié en bio depuis 2018, son petit vignoble produit des vins de France qui lui permettent d'expérimenter, une grosse partie vendue en vrac, mais surtout une cuvée en blanc, Opale 2022 (15 €), et deux en rouge. Le blanc, à la robe d'or intense, déploie des arômes pâtisseries de biscuit à l'amande, de crème vanillée et de compote d'abricot qui se retrouvent dans une matière ronde, mais comme rafraîchis par une trame minérale. En rouge, Métamorphose 2022 (13 €) s'ouvre sur un très joli nez, entre juteux des fruits, douceurs pulpeuses et suavité florale. Un beau moment de plaisir avec une attaque remarquablement fruitée qui se prolonge jusqu'en finale.

CARNET D'ADRESSES

Castel Mireio

Le Tourne au Verre

Si vous voulez déjeuner au milieu des vigneronniers de l'appellation, voilà l'adresse où aller. Le menu (à partir de 22 €) fait la part belle aux plats de ménage et aux spécialités locales que l'on apprécie dans la salle lumineuse dès les premiers frimas ou à l'ombre d'un grand platane en été. Évidemment, la carte des vins est à la hauteur. À Cairanne.

Coteaux & Fourchettes

La table gastronomique du chef Cyril Glémot a tout pour plaire : des produits locaux et de saison assaisonnés d'inspirations asiatiques, une carte des vins de haut vol, avec plus de 800 références à prix accessibles (que l'on peut aussi acheter au caveau attenant) et un service très attentif. Menus à partir de 28 €. À Cairanne.

Di.Vins Secrets

Le menu du jour se découvre sur l'ardoise, avec une sélection courte, mais qui change au fil des approvisionnements locaux et du marché. Les assiettes sont généreuses et le service souriant. Les vigneronniers ne s'y trompent pas. Menu à 22 €. À Sainte-Cécile-les-Vignes.

Le Vieux Platane

Coline et Samuel ont repris ce vieux moulin du XVIII^e siècle, transformé en 5 chambres d'hôtes (à partir de 72 €), tandis qu'un gîte permet d'accueillir 4 personnes. Dès les premiers beaux jours, on profite de la belle piscine et de la vue sur les Dentelles de Montmirail et le Ventoux. Un seul regret : l'établissement est fermé l'hiver. À Cairanne.

La Parenthèse

Le lieu mérite bien son nom avec ses 5 chambres d'hôtes à la décoration raffinée et contemporaine, pleine de couleurs et de jolis matériaux. Selon la saison, on savoure la cuisine méditerranéenne d'Aurore, votre hôte, qui vous réglera notamment d'un menu truffes jusqu'en mars. À Séguret.

4 plats, 3 ACCORDS POSSIBLES



SOUPE DE LÉGUMES

Délicatement sucrés, légèrement terreux ou au goût d'été préservé grâce aux surgelés, les légumes sont indissociables des meilleures soupes qui réchauffent et mettent tout le monde d'accord. Pour les accompagner, privilégiez les cuvées en blanc qui apporteront de la fraîcheur et souligneront le velouté de votre plat.



BŒUF CAROTTE

Plat emblématique de la cuisine traditionnelle, le bœuf longuement mijoté associe ses parfums aux notes doucement sucrées et terreuses des carottes dans un mets plus que réconfortant. Pour l'accompagner, choisissez un vin rouge, qui peut être aussi bien corsé que plus léger selon votre goût.



BOURGOGNE ALIGOTÉ

Comte Armand, Aligoté 2022, 30 €.

Ce cépage aligoté a puisé dans l'ensoleillement exceptionnel de 2022 une tendresse et une rondeur totalement séduisantes. On se délecte des arômes de fruits blancs qui explosent au nez et se retrouvent dans une matière chatoyante délicatement relevée par des notes de citron mûr en finale.



CROZES-HERMITAGE

Clairmont, Terra Calluna 2022, 15,30 €.

La petite cave de la vallée du Rhône réussit ici un superbe assemblage. Le soleil du millésime lui confère des arômes expressifs de fruits blancs et des parfums floraux intenses. En bouche, après une attaque vive, les fruits à noyau expriment toute leur gourmandise avant une finale saline et minérale très salivante.



VIN DE FRANCE

Château Trianon, Madame de Montespan 2023, 16 €.

La propriété de Saint-Émilion se lance dans le blanc de noirs 100 % cabernet franc. D'une robe cristalline, cette micro-cuvée (seulement 450 bouteilles ont été produites) raconte les fleurs blanches, des parfums d'agrumes et de fruits blancs. La matière ronde et souple offre une belle structure soulignée par une tension minérale.



VIN DE FRANCE Château de Minière, Ceci n'est pas un rouge 2023, 12 €.

Si, si, c'est bien un rouge, un pur cabernet franc de Loire même. Le domaine de Bourgueil a sélectionné des raisins bio pour élaborer cette cuvée qui s'ouvre sur une robe claire aux reflets framboise. Le nez n'est que gourmandise des petits fruits rouges, relevés par une pincée de poivre blanc. La bouche est tout en rondeur et en tanins tendres.



POMEROL

Château La Conseillante, Duo de Conseillante 2021, 51 €.

Pour donner un côté chic, ce joli pomerol séduira vos convives. Si le merlot domine, le cabernet franc apporte une touche de fraîcheur. Les fruits rouges se mêlent à des arômes de pivoine et d'épices dans un bouquet charmeur. Le soyeux de pomerol se retrouve dans une matière crémeuse et tendue, qui laisse une sensation éclatante en finale.



BEAUJOLAIS

Maison Louis Latour, Brouilly 2023, 14,70 €.

Pour accentuer le côté canaille du bœuf carotte, n'hésitez pas à aller voir du côté du Beaujolais, et plus particulièrement du cru de Brouilly. Sur l'appellation, le gamay donne de grands vins qui sauront se garder. Ce 2023 déploie des arômes de fruits rouges au nez et en bouche. La matière est ronde et fraîche, avec une touche florale.

ALORS QUE LES JOURS COMMENCENT TOUT À JUSTE À RALLONGER, ON SE RÉCONFORTE AVEC QUELQUES METS SIMPLES ET CHALEUREUX QUI FONT DU BIEN À L'ÂME. SURTOUT QUAND ON LES ASSOCIE À LA BONNE BOUTEILLE. Par Béatrice Delamotte



CHOUCROUTE DE POISSONS

Le côté acidulé de la choucroute, le fondant et le côté iodé des différents poissons appellent la vivacité d'un blanc tranquille. Mais ils pourront aussi parfaitement se marier avec de jolies bulles qui apporteront de la légèreté à votre accord.



GÂTEAU AU CHOCOLAT

Tout le monde apprécie ce dessert qui peut aussi bien se servir coulant et tiède que froid, avec une crème anglaise. Un côté tout-terrain qui se retrouve aussi dans les accords possibles : bulles, rouges puissants, vins doux, spiritueux et même bière brune ou whisky pour jouer l'originalité.



PAYS D'OC

Domaine de la Ferrandière, Riesling 2020, 9 €. Accord classique, le riesling vient ici du Languedoc. Certes, on retrouve le côté frais et floral du cépage, mais pas cette sensation « pétrolée » qui peut déplaire à certains. La vivacité de la bouche s'appuie sur des notes d'agrumes et de carambole dans une matière tout en finesse. La finale saline apporte de la longueur.



CRÉMANT DE LOIRE

Langlois, Blanc de blancs bio extra-brut 2020, 22,95 €. Assemblage de chenin, cépage emblématique de la Loire, et de chardonnay, ce premier crémant bio de la maison a gardé une fraîcheur intacte qui se traduit par une matière tendue aux notes d'agrumes, mais pas sans rondeur soulignée par une touche de miel d'acacia. La finale saline réveille le palais.



ALSACE

Cave de Turckheim, Sylvaner Vieilles vignes 2022, 11,50 €. Longtemps délaissé, le sylvaner fait un retour en force sur les tables. Ici, les raisins issus de vignes de 45 ans ont été vinifiés et élevés en foudre d'acacia. Le résultat ? Un vin remarquablement floral qui garde de la vivacité. De douces notes délicatement miellées participent d'un bouquet charmeur et d'une belle longueur.



MADIRAN

Alain Brumont, Torus 2020, 13 €. Certes, le tannat, cépage de l'appellation madiran, est toujours bien présent dans cet assemblage, mais il s'accompagne de cabernets sauvignon et franc. Après deux ans d'élevage en cuves béton, il se montre charnu, avec des arômes fruités et épicés qui souligneront le côté gourmand du chocolat. Un madiran décomplexé qui s'apprécie sur la jeunesse.



CRÉMANT DE BOURGOGNE

Simonnet-Febvre, Brut rosé, 12,20 €. Après 18 mois sur lattes, ce rosé de pinot noir ne manque pas de caractère. La robe d'un rose clair dévoile des arômes tout en finesse de fraise des bois et de framboise juteuse. Des notes qui se retrouvent dans une matière soulignée par une fine effervescence et une trame tout en fraîcheur et en tendresse.



WHISKY

The Deacon, 39,90 €. Ce whisky écossais marie les single malts tourbés de l'île d'Islay à ceux légèrement fumés du Speyside. Avec ses arômes d'orange brûlée, de biscuit malté et un soupçon de feu de bois, il apportera un côté chaleureux à votre dessert. En bouche, des notes vivifiantes de zeste d'orange, d'épices et de tourbe acidulée rafraîchissent avant une finale doucement fumée.



TEQUILA ET MEZCAL, L'ESPRIT MEXICAIN

LES DEUX BOISSONS EMBLÉMATIQUES D'AMÉRIQUE CENTRALE
CONNAISSENT UN SUCCÈS INTERNATIONAL GRANDISSANT ET FONT FIGURE
DE STARS DE LA MIXOLOGIE. Par Béatrice Delamotte

Longtemps consommés uniquement à l'occasion du Jour des morts, fête typique de la culture mexicaine qui se tient le 2 novembre, tequila et mezcal ont trouvé leur place dans nos bars. D'après le dernier baromètre Sowine/Dynata, la tequila est dans le top 5 des alcools préférés des Français en cocktail, tandis que le mezcal figure dans le top 10 des spiritueux préférés dégustés purs. Si les États-Unis restent les premiers consommateurs, la France n'est pas en reste, d'autant que l'offre est impressionnante. Plus de 2 500 marques certifiées et près de 200 producteurs ont inspiré certaines stars qui se sont lancées dans la production, à l'instar de l'acteur George Clooney qui a créé la tequila Casamigos en 2013, revendue au géant Diageo pour la coquette somme d'un milliard de dollars, ou de Dwayne Johnson avec Tere-mana et Matthew McConaughey avec Pantalones.

Des productions très réglementées

Pas question pour autant de s'affranchir des règles qui régissent la production de ces deux spiritueux. Un cahier des charges très strict impose que la tequila soit le produit de la fermentation, puis de la distillation du jus d'une seule variété d'agave, la weber

azul. Elle ne peut être produite que dans l'État de Jalisco ou dans quelques villes de quatre autres États mexicains voisins. Quant à son cousin le mezcal, s'il est également élaboré à base d'agave, c'est ici le cœur de la plante qui a mûri pendant 6 à 12 ans avant d'être cuit selon une méthode traditionnelle dans un four de pierre alimenté au feu de bois pendant 24 heures à 3 jours, selon le résultat désiré. La pulpe alors extraite fermente avant d'être doublement distillée et de vieillir parfois pendant plusieurs années. Et si jamais vous trouvez une bouteille avec un gros ver dedans, pas de panique. Il s'agit de la cochenille d'agave qui permet de se différencier de la tequila.

Vers une pénurie d'agave ?

L'engouement mondial pour ces deux spiritueux n'est pas sans conséquences : les prix de l'agave bleu s'envolent, impactant directement le prix des bouteilles puisque pour produire un litre de tequila, il faut 7 à 8 kg d'agave. S'approvisionner ou distiller hors du Mexique feraient perdre le droit à l'appellation de tequila ou mezcal. En attendant, les spiritueux mexicains continuent de séduire les amateurs et sont même devenus des produits très haut de gamme qui ont trouvé leur public.

NOTRE SÉLECTION



Tequila

Kah Blanco

Élaborée dans l'État de Jalisco, au Mexique, cette tequila est un véritable hommage au diable du *Día de los muertos*. Un flacon original qui renferme un jus aux arômes végétaux.

La bouche est douce et l'agave bien présent, relevé d'une pincée de poivre blanc qui se retrouve dans une finale soyeuse, doucement épicée. 67 €, les 70 cl.



Tequila

Komos Reposado Rosa

Imaginée par Richard Betts, sommelier et créateur de spiritueux, cette tequila luxueuse est née au pied du volcan Tequila avant de vieillir dans des fûts de vin rouge français qui lui ont donné sa robe rose.

L'agave frais s'impose dès les premiers arômes. Suivent la vanille, le caramel et le chocolat. Les fruits noirs occupent la matière avant une finale douce et enrobante.

159 €, les 70 cl.

Tequila
Patrón Silver
Sous une robe cristalline, on découvre un bouquet très classique, avec tout ce qu'on attend d'une tequila : des notes végétales d'agave, de miel et de citron vert qui participent à une douceur générale. La bouche est très tendue, avec la sensation de sucer de l'agave. C'est à la fois amer et tendrement sucré, intense et délicat. 60 €, les 75 cl.



Tequila

Volcan de mi Tierra Blanco

Cette tequila blanche s'ouvre sur un nez très fin, presque timide, avec des arômes floraux délicats qui évoquent la fleur de cerisier et l'aubépine avant que des notes plus agrestes ne se déploient. La douceur s'impose en bouche avec des notes à peine miellées. La matière est particulièrement soyeuse et acidulée, comme un trait de jus de lime. 47 €, les 75 cl.



Tequila

Tiscalz Blanco

Cette tequila jeune a été mise en bouteille 60 jours après fermentation et garde le goût de l'agave fraîche. Ces notes végétales agréables apportent un côté printanier, que l'on retrouve en bouche, souligné par une pointe poivrée. Une touche d'agrumes et de boisé ponctue la finale et entraîne dans les champs d'agaves. 16,20 €, les 70 cl.



Mezcal

Los Siete Misterios Doba Yej

Frais et fumé à la fois, le nez est absolument délicieux, avec des arômes de citron vert, d'aubépine et de fruits cuits au four. La fraîcheur persiste en bouche avec une matière très douce. Les agrumes sont bien présents, avec la gourmandise du caramel. La légère amertume en finale ne fait qu'augmenter le charme. 58 €, les 70 cl.

Mezcal

Bruxo N° 5 Tobalà

L'agave Tobalà apporte des arômes ronds, gras et fumés qui évoquent la forêt mouillée et l'herbe fraîchement coupée, mais aussi les feuilles de thé et la fleur de jasmin. La bouche est ample et chaleureuse.

On retrouve ces notes vertes et boisées, attendries par le fumé. Une pointe poivrée en finale achève le plaisir. 138 €, les 70 cl.



Mezcal

La Escondida Blanco

Elaboré artisanalement dans la province d'Oaxaca, ce mezcal dévoile des arômes délicats de poivre et de miel. En bouche, on découvre des notes fruitées et minérales, avec un tourbé élégant en fin de bouche.

Pur, il se mariera avec un ceviche, des huîtres ou du chocolat noir. À moins de l'associer à du jus de pamplemousse et de l'eau pétillante. 68 € les 70 cl.



À CHACUN SON STYLE

Les tequilas se déclinent en plusieurs versions, de la blanco ou silver, blanche et non vieillie, à la joven ou oro, à laquelle ont été ajoutés du caramel ou des essences de chêne. Viennent ensuite les tequilas vieilles, comme la reposado, la añejo ou l'extra añejo. Du côté du mezcal, on retrouve là aussi les catégories joven, reposado et añejo. Mais il en existe d'autres telles que le miñero, créé pour les employés des mines d'or et d'argent à la période coloniale, ainsi que des variantes comme le pechuga dans lequel marine un blanc de poulet. Exotique, non ?

BIEN ACCOMPAGNER...

UN POULET LAZI FRIT AUX PIMENTS SÉCHÉS, POIVRONS ET POIVRE DE SICHUAN



ON CÉLÈBRE LA CUISINE CHINOISE EN CE DÉBUT D'ANNÉE DANS UN RESTAURANT TOUT NOUVELLEMENT OUVERT PAR TROIS JEUNES FEMMES FRANCO-CHINOISES. AU BOUT DE NOS BAGUETTES, DES PLATS TRADITIONNELS REVISITÉS SERVIS DANS UN DÉCOR GLAMOUR.

Texte Sophie Menut Yovanovitch. Photos Josselin Rocher.

Les Chinois célèbrent cette année leur nouvel an le 29 janvier.

Cela nous donne l'envie de nous réunir pour la première rencontre au restaurant Red Katz tout nouvellement ouvert dans le quartier du Sentier à Paris et imaginé par Claire et ses deux amies, les deux Hélène. Ces trois filles de restaurateurs nous emmènent bien loin des clichés. Dans un décor de film d'avant-guerre, le lieu de plus de 300 mètres carrés habillé de marbre, bois et tapisseries florales renouvelle le

genre avec chic. La cuisine, elle, joue le jeu de la simplicité et de la générosité et magnifie les classiques en mode « updating ». À la carte dim-sum, des plats sortis de la rôtisserie ou sautés au wok. Pour jouer le jeu de la dégustation avec moi autour d'un plat riche et épicé, attablés sous les lanternes en papier, Olivier Poussier, meilleur sommelier du monde, Benoit Cossé, propriétaire du domaine Dupuy de Lôme à Bandol, et Paul Zinetti qui dirige le Domaine Comte Armand à Pomard.



CHARNU*Le choix d'Olivier***Saint-Joseph**

**Pierre Gonon
rouge 2018, 70 €.**

J'ai la chance d'avoir quelques flacons de ce domaine de référence à Saint-Joseph. Une pure syrah cultivée sur des coteaux, en bio. J'ai choisi un jeune millésime pour apporter de la souplesse et de la légèreté au plat relevé. Charnu, épicé, aux notes de violette marquées, il va, je l'espère, tenir la corde avec ce plat aussi complexe que lui.

VELOUTÉ*Le choix de Paul***Pommard**

**Comte Armand,
Clos des Epeneaux
2020, 220 €.**

J'apporte notre cuvée issue de la parcelle phare du domaine, 5 hectares d'un seul tenant, un des plus grands monopoles de la Bourgogne. 2020 est un grand millésime dans la région. Ce vin puissant a un côté racé et épicé, un profil pulpeux et sexy et des tanins déjà très bien intégrés pour faire le jeu de la recette.

AROMATIQUE*Le choix de Benoit***Bandol**

**Domaine Dupuy
de Lôme, Cuvée
des Grès rosé
2020, 20 €.**

Ce vin est une cuvée parcellaire issue de vignes de plus de 50 ans. J'ai repris il y a 15 ans les rênes de ce domaine familial né au XIX^e siècle en conservant les vieilles vignes, replantant des cépages sélectionnés, construisant un chai. Ce rosé majoritairement constitué de mourvèdre est un vin de gastronomie.

PROFOND*Le choix de Sophie***Alsace**

**Grand Cru
Mambourg, Marcel
Deiss 2013, 70 €.**

On marie souvent la cuisine asiatique et les vins d'Alsace, spécialement le cépage gewürztraminer. Je respecte les règles en optant pour un vin d'Alsace mais je choisis un domaine qui ne fait rien comme les autres. Chez les Deiss, on pratique la complantation et on ne parle pas souvent de cépage. Mon flacon est un vin de méditation.

LE VERDICT

Le plat a clairement réveillé nos papilles avec son goût explosif. Les piments et les notes anisées du poivre sont très présents, la viande est croustillante et moelleuse à l'intérieur. Un vrai régal pas simple à marier. Nos vins, 2 rouges, 1 rosé et 1 blanc, extrêmement différents, à l'image de nos sensibilités, se challengent pour l'accompagner. Mon vin d'Alsace est magnifique, très profond, puissant et patiné, mais il passe à côté de l'accord. Le pommard a une trame satinée, soyeuse, presque crissante,

équilibrée par du velouté. Là encore, le plat lui pique la vedette. Le bandol rosé est très sapide et son côté épicé répond au plat. S'il ne fait pas l'accord totalement, il est très rafraîchissant et apaise le coup de feu avec grâce. Le saint-joseph est tout simplement merveilleux sur l'accord. Planté sur la latitude nord, il conserve son fruit, sa personnalité. On retrouve le côté anisé du poivre chinois, la violette profonde qui le structure et l'amertume de fin de bouche qui rafraîchit le palais. L'accord est un véritable succès.

Du couteau à l'assiette, **une transmission familiale**

DANS LA FAMILLE DÉGLON, ON A LE GOÛT
DU TRAVAIL BIEN FAIT, QU'IL S'AGISSE DE
FAÇONNER UN COUTEAU OU DE RÉALISER
UN PLAT. ENFILEZ UN TABLIER, MUNISSEZ-
VOUS D'UN BON COUTEAU ET SUIVEZ LES
RECETTES SAVOUREUSES DE NADIA DÉGLON.

Recettes Nadia Déglon. Photos Valérie Lhomme



C'est un peu grâce au hasard des rencontres que Jean Déglon, d'origine suisse, et Lydie, son épouse italienne, s'établissent en Auvergne pour ouvrir leur coutellerie en 1921. Très vite, ils créent une large gamme de couteaux. René, un de leurs enfants, les rejoint dans l'aventure et, à son décès, c'est Juliette, sa femme, qui prend le relais. L'entreprise se lance dans l'industrialisation en enrichissant son outil de production des premières machines automatiques. Thierry, le fils de René et Juliette, prend les rênes de la société en 1980 et se spécialise dans la coutellerie professionnelle pour se démarquer de la concurrence, recherche et innovation au programme. Il est également

président de la Fédération française de la coutellerie. En 2008, Moïse, un des quatre enfants de Thierry et Nadia, rejoint l'aventure familiale.

L'ouvrage de Nadia Déglon, *Maison Déglon, du couteau à l'assiette, une transmission familiale*, est sans doute le reflet de cette passion pour la création sous toutes ces formes. On imagine les repas dégustés autour de la table de Nadia, en famille ou entre amis, et dont on aimerait faire partie. Découvrez ici quelques-unes de ses recettes simples et délicates concoctées avec beaucoup de cœur.



Quelque 30 à 40 étapes, selon les modèles, sont nécessaires à la fabrication d'un bon couteau.



VELOUTÉ DE LENTILLES VERTES DU PUY AU CITRON *DE ROSIE*

POUR 6 PERS. • PRÉPARATION 20 MIN • CUISSON 45 MIN • FACILE • BON MARCHÉ

- 300 g de lentilles vertes • 1 citron jaune • 1 botte de persil plat
- 1 cube de bouillon de légumes • 3 c. à soupe d'huile d'olive • Sel • Poivre

1. Rincez les lentilles. Pressez le citron et ciselez le persil. Réservez.

2. Faites fondre le cube de bouillon dans 1 grande casserole avec un filet d'huile d'olive. Ajoutez les lentilles en remuant vivement pendant quelques min puis versez 1 l d'eau dans la casserole et laissez cuire pendant 45 min environ. La grande quantité d'eau doit permettre d'obtenir un velouté et non un potage.

3. Dans 1 contenant, versez 1 louche de lentilles, 1 louche de bouillon, un filet de jus de citron et d'huile d'olive, une poignée de persil, du sel et du poivre. Mixez longuement. Goûtez et ajustez l'assaisonnement. Servez bien chaud avec quelques feuilles de persil en décoration, un tour de moulin à poivre et un peu de fleur de sel.

CONSEIL : si vous ne mangez pas le velouté immédiatement, il va s'épaissir. Il suffit alors de le remettre à chauffer dans la casserole et de bien remuer à l'aide d'un fouet pour lui redonner sa texture veloutée. Vous pouvez même ajouter un peu de bouillon (ou juste de l'eau) afin de le rallonger et pouvoir en profiter pour quelques repas de plus. Rosie est la fille de Nadia, si passionnée de cuisine qu'elle en a fait son métier en ouvrant un restaurant à Amsterdam.

NOTRE BON ACCORD : un côtes du Jura.



RILLETES DE LAPIN

POUR 6 PERS. • PRÉPARATION 35 MIN
• CUISSON 2 H 10 • FACILE • BON MARCHÉ

• 2 cuisses de lapin • 1 râble de lapin
• 1 oignon rouge • 4 branches de céleri
• 6 branches de thym • Ciboulette
• 1/2 verre de vin blanc sec • 2 pincées
de piment d'Espelette • 2 c. à soupe d'huile
d'olive • Sel • Poivre du moulin

1. Faites revenir les morceaux de lapin dans 1 cocotte dans l'huile d'olive. Lorsque les morceaux sont dorés, ajoutez l'oignon coupé en dés et le céleri en tronçons. Laissez cuire pendant 5 min puis versez 1/2 verre d'eau et le vin. Salez, poivrez très généreusement, saupoudrez de piment d'Espelette et ajoutez le thym. Couvrez et laissez mijoter au four pendant 2 h à 150 °C. Ajoutez un peu d'eau à mi-cuisson si nécessaire.

2. Laissez tiédir, puis dépiautez la chair avec les doigts. Retirez bien tous les petits os. Ôtez le céleri et le thym. Mélangez la chair effilochée, l'oignon et le jus restants dans la cocotte.

3. Réservez cette préparation au frais dans des bocaux ou 1 terrine, pendant au 24 h. Ciselez de la ciboulette sur la terrine avant de servir.

CONSEIL : ne passez surtout pas la préparation au robot afin de garder la consistance « rillettes ».

NOTRE BON ACCORD : un côtes d'Auvergne rouge.



COCOTTE DE LÉGUMES D'AUTOMNE

POUR 6 PERS. • PRÉPARATION 40 MIN
• CUISSON 55 MIN • FACILE • BON MARCHÉ

• 1 potimarron • 6 pommes de terre moyennes • 2 coings • 2 poires • 1 oignon
• 6 châtaignes sous vide ou en conserve
• 1 bouquet de persil • 1 gousse d'ail
• 2 c. à soupe de gingembre frais râpé
• 6 pruneaux dénoyautés • 3 c. à soupe de raisins secs • 1 noix de beurre • 1 cube de bouillon de légumes • 6 c. à soupe d'huile d'olive • Sel • Poivre



1. Épluchez l'oignon et l'ail et hachez-les finement. Coupez le potimarron en cubes. Épluchez les pommes de terre et coupez-les en cubes. Épluchez les coings et coupez-les en quartiers. Coupez les poires en quatre et retirez les pépins.
2. Versez l'huile dans 1 cocotte et faites-y revenir l'oignon, l'ail et le gingembre pendant 3 min. Ajoutez les légumes et les fruits (sauf les châtaignes), y compris les raisins et les pruneaux, mélangez, émiettez le cube de bouillon, ajoutez une pincée de sel et de poivre et versez 1 grand verre d'eau. Préchauffez le four à 180 °C.
3. Enfourez pour 50 min. De temps en temps, vérifiez qu'il ne manque pas d'eau dans la cocotte.
4. Hachez les châtaignes grossièrement. Faites fondre le beurre dans 1 poêle et faites-y dorer les châtaignes. Hachez le persil. Lorsque les légumes sont cuits, parsemez-les de châtaignes dorées et de persil haché. Servez sans attendre.

CONSEILS : avant de poser le couvercle sur la cocotte et de l'enfourner, couvrez-la d'1 feuille de papier sulfurisé pour que la vapeur des légumes ne s'échappe pas, ce qui leur permet de garder toute leur saveur et leur fondant. Selon la saison, variez les produits mais veillez toujours à ajouter une note sucrée (de la pomme en hiver, par exemple). Pour le transformer en plat unique, ajoutez des lardons.

NOTRE BON ACCORD : un cheverny blanc (Loire).





JARRET DE VEAU ET CAROTTE À L'ORANGE

POUR 6 PERS. • PRÉPARATION 45 MIN
• CUISSON 2 H 45 • FACILE • BON MARCHÉ

- 1 jarret de veau de 1,5 kg
- 600 g de carottes • 2 oignons rouges
- 100 g d'olives vertes dénoyautées
- 2 oranges bio • Persil plat • 2 c. à soupe de miel liquide • 1 c. à soupe de sucre
- 2 c. à soupe de vinaigre • 5 cl d'huile d'olive • Sel • Poivre

1. Préchauffez le four à 130 °C. Prélevez les zestes des oranges, puis pressez-les. Épluchez les carottes et coupez-les en tronçons.

2. Dans 1 cocotte, faites chauffer l'huile d'olive et saisissez la viande. Arrosez-la de miel et laissez-la caraméliser légèrement. Versez le jus d'orange et 25 cl d'eau. Salez, poivrez, ajoutez les zestes d'oranges, couvrez la cocotte et enfournez pour 1 h 30.

3. Pendant ce temps, épluchez et coupez les oignons finement. Faites-les revenir dans 1 poêle avec un peu d'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils soient légèrement transparents. Ajoutez le sucre et le vinaigre, couvrez et laissez cuire jusqu'à élimination du vinaigre, pour que les oignons soient légèrement caramélisés. Réservez.

4. Au bout d'1 h 30, ajoutez les carottes dans la cocotte et 1/2 verre d'eau, si nécessaire. Remettez à cuire encore pendant 1 h 15. Rincez les olives et ajoutez-les.

5. Dispersez les oignons caramélisés sur le dessus et parsemez de persil ciselé avant de servir.

NOTRE BON ACCORD : un pinot noir d'Alsace.



LASAGNES AU CHOU VERT ET AU CHÈVRE FRAIS *DE ROSIE*

POUR 8 PERS. • PRÉPARATION 40 MIN • CUISSON 1H15 • FACILE • BON MARCHÉ

POUR LA SAUCE : • 1,5 kg de pulpe de tomate Mutti • 1 boîte de concentré de tomate Mutti • 1 petite poignée de thym frais • 1 poignée de basilic frais • 2 échalotes • 4 c. à soupe d'huile d'olive • Sel • Poivre. **POUR LES LASAGNES :** • 1 paquet de pâte à lasagne de qualité (Rummo ou De Cecco) • 1 chou vert • 4 petits fromages de chèvre • 50 g de parmesan reggiano râpé • 1 botte de ciboulette • Huile d'olive • Sel • Poivre.

1. Préparez la sauce. Émincez les échalotes et faites-les revenir dans 1 grande casserole avec de l'huile d'olive. Quand elles commencent à colorer, ajoutez les 5 boîtes de pulpe de tomate, le concentré de tomate, le thym effeuillé, le sel et le poivre. Remuez bien et ajoutez le basilic ciselé. Laissez mijoter à feu doux pendant au moins 45 min.
2. Pendant ce temps, lavez et détaillez les feuilles du chou afin de les blanchir dans 1 casserole d'eau bouillante, puis égouttez-les.
3. Préchauffez votre four à 180 °C. Arrosez le fond d'un plat à lasagne d'un filet d'huile d'olive afin que la pâte n'accroche pas. Déposez une première couche de pâte de façon à bien recouvrir toute la surface du plat.
4. Disposez ensuite des feuilles de chou de la même manière. Arrosez-les d'un filet d'huile d'olive, salez et poivrez.

5. Ajoutez le chèvre émietté sur les feuilles de chou et parsemez de ciboulette ciselée. Recouvrez généreusement de sauce tomate à l'aide d'1 spatule, et reproduisez l'opération dans le même ordre. Terminez par une couche de pâte et recouvrez-la de sauce tomate et de parmesan reggiano râpé. Enfournes pour 30 à 40 min, jusqu'à ce que le dessus soit grillé.

CONSEILS : n'hésitez pas à être généreux avec la sauce tomate, c'est le secret de bonnes lasagnes ! Si vous ne prévoyez pas de les manger immédiatement, ne les faites pas trop cuire, pour éviter qu'elles ne sèchent lors du réchauffage. Servez-les avec une belle roquette assaisonnée d'un filet d'huile d'olive et de vinaigre balsamique.

NOTRE BON ACCORD : un chignin bergeron de Savoie.



RIZ AU LAIT, CARAMEL BEURRE SALÉ, NOUGATINE, CRÈME FOUETTÉE *D'UGO*

POUR 6 PERS. • PRÉPARATION 45 MIN • CUISSON 1 H • DÉLICAT • BON MARCHÉ

POUR LE RIZ AU LAIT : • 2 l de lait • 200 g de riz rond • 2 gousses de vanille • 200 g de sucre. **POUR LE CARAMEL SALÉ :** • 100 g de beurre • 200 g de crème liquide entière • 200 g de sucre • 1 pincée de fleur de sel. **POUR LA NOUGATINE :** • 200 g de noisettes • 200 g de pistaches • 200 g d'amandes effilées • 150 g de beurre • 500 g de sucre • 1 pointe de fleur de sel. **POUR LA CRÈME FOUETTÉE :** • 25 cl de crème liquide entière.

1. Préparez le riz. Fendez les 2 gousses de vanille et retirez les graines. Mettez le lait avec le sucre, les gousses de vanille et les graines à chauffer. Une fois le lait chaud, ajoutez le riz et faites-le cuire à feu doux pendant une bonne heure. Remuez régulièrement jusqu'à ce que le riz accroche un peu au fond de la casserole. Retirez-le alors du feu et transvasez-le sur 1 grande plaque en inox pour le faire refroidir.

2. Préparez le caramel beurre salé. Faites fondre le beurre avec la pincée de fleur de sel. Versez le sucre et attendez que le caramel se forme. Ajoutez la crème en mélangeant bien le tout. Réservez-la dans 1 bol.

3. Préparez la nougatine. Dans 1 grande casserole, faites fondre le beurre avec la pointe de fleur de sel. Une fois le beurre fondu,

ajoutez le sucre et attendez patiemment la formation du caramel, en remuant régulièrement. Une fois le caramel bien brun, ajoutez les fruits secs et remuez quelques secondes pour lier le caramel aux fruits. Étalez la nougatine sur 1 plaque recouverte d'1 feuille de papier sulfurisé pour la laisser refroidir et sécher tranquillement.

4. Fouettez la crème liquide. Mélangez le riz au lait (froid) à la crème fouettée, recouvrez légèrement de caramel et parsemez de nougatine, que vous aurez préalablement concassée grossièrement.

CONSEIL : si vous voulez servir ce riz au lait individuellement, comptez 1 c. à soupe de crème pour 2 c. à soupe de riz. Ugo est l'un des trois fils de Nadia. **NOTRE BON ACCORD :** un monbazillac (Sud-Ouest).

GÂTEAU À L'ORANGE

POUR 6 PERS. • PRÉPARATION 45 MIN
• CUISSON 2 H 45 • FACILE • BON MARCHÉ

• 2 oranges à jus non traitées • 1 c. à soupe de pistaches • 100 g de pistaches en poudre • 1 c. à soupe de pâte de pistache • 250 g d'amandes en poudre • 6 œufs • 10 g de beurre • 200 g de sucre de canne • 125 g de farine • 1 sachet de levure chimique. POUR LA DÉCORATION : • 2 oranges sanguines.



1. Préchauffez le four à 180 °C. Beurrez et farinez 1 moule à manqué de 24 cm.
2. Lavez les oranges à jus, déposez-les entières, avec la peau, dans 1 grand faitout avec 100 g de sucre et recouvrez-les d'eau. Faites-les cuire pendant 2 h. Les oranges doivent s'écraser facilement lorsque l'on appuie dessus. Égouttez-les et laissez réduire le jus de cuisson en un sirop épais. Coupez les oranges en morceaux, ôtez les pépins et mixez-les jusqu'à les réduire en purée.
3. Mélangez la farine et la levure. Battez vigoureusement les œufs avec le reste de sucre, ajoutez la poudre d'amandes, la poudre de pistaches, la pâte de pistaches et le mélange farine-levure. Versez le tout sur la purée d'oranges et mélangez bien, jusqu'à obtenir une pâte très homogène.
4. Versez la préparation dans le moule et enfournez pour 45 min. Vérifiez la cuisson avec 1 lame de couteau et laissez tiédir avant de démouler le gâteau. Arrosez-le de sirop et décorez-le de quelques tranches d'oranges sanguines finement coupées et de pistaches concassées. Laissez complètement refroidir avant de le découper.

NOTRE BON ACCORD : un muscat de Rivesaltes (Languedoc-Roussillon).





Toutes les recettes, et bien plus encore sont à retrouver dans le beau livre *Maison Déglon*, de Nadia Déglon, photographies de Valérie Lhomme.

BANOFFEE PIE DE ROSIE

POUR 10 PERS. • PRÉPARATION 1 H • CUISSON 4 H • REPOS 5 H • FACILE • BON MARCHÉ

- 4 bananes mûres • 200 g de sablés bretons ou shortbread (faits maison ou non) • 150 g de cookies aux pépites de chocolat (faits maison ou non) • 750 g de crème liquide à 35 % de matière grasse • 3 c. à soupe de mascarpone (facultatif)
- 1 boîte de lait concentré sucré de 400 g • 30 g de sucre glace • 30 g de cacao en poudre

1. Dans 1 grande casserole, déposez la boîte de lait concentré fermée et recouvrez-la d'eau. Laissez-la cuire pendant 4 h. Veillez à ce qu'elle soit toujours recouverte d'eau. Au bout de 4 h, ouvrez la boîte. Le lait doit être café au lait foncé. Réservez.

2. Préparez la base du banoffee. Réduisez les cookies et les sablés en poudre et mixez-les jusqu'à l'obtention d'une pâte. Quand le mélange commence à s'humidifier, c'est signe que le beurre ressort, la pâte est prête !

3. Aplatissez votre pâte entre 2 feuilles de papier sulfurisé à l'aide d'un rouleau à pâtisserie, en essayant de garder une forme ronde. Emballez-la dans 1 film alimentaire bien serré (en gardant le papier sulfurisé du dessus) et réservez au réfrigérateur pendant au moins 5 h.

4. Préparez la crème. Versez la crème liquide avec le sucre glace dans 1 bol froid et fouettez jusqu'à l'obtention d'une crème épaissie, mais aérienne.

5. Sortez la base du réfrigérateur et montez le banoffee. Retirez délicatement le film alimentaire, puis le papier sulfurisé du dessus. À l'aide d'un spatule, étalez au-dessus une bonne couche de lait concentré caramélisé. Coupez les bananes en rondelles et disposez-les côte à côte pour bien recouvrir la base. Enfin, recouvrez de crème fouettée en couche bien épaisse. Saupoudrez de cacao en poudre et dégustez.

CONSEILS : si vous laissez l'eau s'évaporer, la boîte de lait concentré risque d'exploser dans la casserole. Veillez à ajouter de l'eau toutes les 45 min. Plus le lait est foncé et meilleure il est. Si vous ne mixez pas assez, la pâte va s'effriter et vous ne pourrez pas étaler votre caramel dessus. La texture de la crème est le secret pour donner de la légèreté au dessert. Si vous craignez qu'elle ne tienne pas, ajoutez 3 c. à soupe de mascarpone en réduisant un peu la quantité de crème liquide avant de commencer à fouetter.

NOTRE BON ACCORD : un whisky écossais.

GOURMANDISE ET RÉCONFORT AU PROGRAMME

UN MENU GOURMAND ET TROIS
VINS DE FAMILLE POUR LES SUBLIMER.

Par Pierre Alexandre. Recettes et photos Sophie Menut Yovanovitch.

Voilà un menu savoureux et généreux comme on les aime en début d'année, lorsque les jours sont courts et froids. Pour accompagner les recettes de Sophie, j'ai choisi trois vins très différents mais tous issus de domaines familiaux très investis et engagés, tournés vers le futur, et en perpétuelle évolution. Pour se marier avec le velouté doux et crémeux, je choisis un viognier du domaine Fabre. Implantée depuis le XVII^e siècle, et menée aujourd'hui par Clémence Fabre et ses proches, pionnière en matière d'agroécologie, propriétaire de cinq domaines en Languedoc, la famille plante des arbres entre les vignes, élabore des cidres avec leurs pommes, cultive orge et houblon qui entrent dans l'élaboration d'une bière. Pour s'allier avec le carré de porc, son jus sucré salé et puissant, je remonte vers les côtes du Rhône, à Châteauneuf-du-Pape, dans la famille Brotte. Depuis 2021, Christine et ses deux fils, Thibault et Benoît, mènent un projet ambitieux : Cap Excellence. Quelque 14 hectares identifiés sur l'ensemble de la propriété et autant de cuves dédiées à ces parcelles élevées en fonction de leur terroir. Le résultat, des vins identitaires qui rendent hommage aux fabuleux terroirs que la famille possède. Pour terminer, avec ce dessert riche, je continue ma route vers la Champagne. Mélanie Tarlant représente la douzième génération de la saga familiale. Un parcours atypique, une grande curiosité, une observation pointue de la nature et du climat, une connivence avec son frère Benoît avec lequel elle travaille se retrouvent dans des champagnes singuliers et très personnels.





**NOTRE BON
ACCORD**
Corbières, Chimère 2023,
32,60 €.

Un 100 % viognier produit à seulement 1 000 bouteilles. Une robe dorée, un nez intense, des notes onctueuses, un côté beurré, mûr, équilibré par beaucoup de fraîcheur. Il est à lui tout seul une vraie gourmandise. Il emmène la crème de légumes vers encore plus de saveurs.

CRÈME DE CHOU-FLEUR ET AMANDES

POUR 6 PERS. • PRÉPARATION 20 MIN • CUISSON 1 H
• FACILE • BON MARCHÉ

- 1 chou-fleur • 125 g de haricots blancs cuits en conserve
- 2 gousses d'ail • 1 cébette • 4 c. à soupe de crème d'amande
- 1 l de bouillon de volaille • 3 c. à soupe d'huile d'olive • Sel
- Poivre. POUR LA FINITION : • 10 pop-corn • 10 noisettes
- 2 c. à soupe de graines de courge • 1 c. à café d'huile de courge.

1. Lavez le chou-fleur et séparez-le en petites fleurettes. Placez-les dans 1 petit plat allant au four et faites-les dorer pendant 20 min à 180 °C.
2. Lavez et hachez la cébette et l'ail épluché. Faites-les blondir dans 1 grande cocotte avec l'huile d'olive pendant 3 min. Ajoutez le chou-fleur (réservez quelques fleurettes pour la finition), mélangez bien et versez le bouillon de volaille. Au besoin, complétez par un peu d'eau. Salez, poivrez et laissez cuire pendant 30 min.
3. Rincez les haricots blancs sous l'eau froide et ajoutez-les. Attendez 5 min et ajoutez la crème d'amande. Versez le contenu de la cocotte dans le bol d'un mixeur avec l'eau de cuisson (vérifiez la consistance pour que la soupe ne soit pas trop liquide). Mixez fortement afin d'obtenir une crème bien lisse et rectifiez l'assaisonnement.
4. Répartissez la crème dans des assiettes à soupe. Décorez le dessus avec les fleurettes de chou-fleur dorées, un peu de noisettes hachées, des graines de courge, du pop-corn et ajoutez 1 filet d'huile de courge.

LE CONSEIL DE SOPHIE : les haricots blancs et la crème d'amande apportent douceur et liant à la crème de chou-fleur. Vous pouvez la remplacer par de la crème de noisette ou de tournesol vendues en pot de verre au rayon bio des supermarchés.



NOTRE BON ACCORD

AOC Châteauneuf-du-Pape, Domaine Barville rouge 2022, 44 €.

Un vin gourmand, issu d'une sélection de trois parcelles du domaine, assemblé en grenache et syrah et élevé en amphores et demi-muids ou en fûts de chêne. Très rond déjà malgré sa jeunesse. Avec ses notes de fruits et d'épices, le vin velouté répond à merveille à la sauce.



CARRÉ DE PORC RÔTI, CAROTTES GLACÉES

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 30 MIN • CUISSON 1 H 45 • FACILE • ABORDABLE

• 1 carré de porc de 1 kg env. • 1 botte de carottes fanes • 1 tête d'ail • 4 brins de thym • 1 citron • 5 cl de sauce soja • 5 cl de sirop d'érable • 5 cl de miel • 3 c. à soupe d'huile d'olive • 1 c. à soupe de zaatar • Sel • Poivre

1. Faites préparer le carré par votre boucher ou dégagez vous-même le haut des os. Quadrillez le gras de la viande avec 1 couteau.

2. Mélangez le jus du citron avec le miel, le sirop d'érable et la sauce soja. Salez, poivrez et versez le mélange sur la viande. Laissez-la mariner pendant au moins 1 h.

3. Lavez les carottes et, sans les éplucher, placez-les dans 1 plat à gratin, arrosez-les avec l'huile et enfournez-les à 180 °C pour 45 min. 10 min avant la fin de la cuisson, montez la température afin qu'elles dorent.

4. Séparez les gousses de la tête d'ail sans les éplucher. Placez-les dans 1 plat allant au four avec la viande et la marinade. Enfourez à

220 °C. Laissez dorer la viande en la retournant sur toutes ses faces pendant 10 min, puis baissez la température à 180 °C. Ajoutez le thym, salez, poivrez et continuez la cuisson encore 50 min. Pensez à arroser souvent la viande. Laissez-la reposer sous 1 feuille d'aluminium pendant 10 min.

5. Placez les carottes au fond d'un plat, saupoudrez-les de zaatar, posez la viande et l'ail au-dessus et arrosez de liquide de cuisson.

LE CONSEIL DE SOPHIE : pour gagner du temps, faites cuire les carottes à l'anglaise pendant 10 min avant de les enfourner. Le côté sucré salé de ce plat est délicieux, le zaatar (assemblage de thym et autres plantes aromatiques et sésame) donne un petit côté ensoleillé aux carottes.

ARDÉCHOIS

POUR 6/8 PERS. • PRÉPARATION 45 MIN
• CUISSON 30 MIN • UN PEU DÉLICAT
• BON MARCHÉ

POUR LA GÉNOISE : • 4 œufs • 125 g de farine • 125 g de sucre blond • 1 c. à café de levure chimique. **POUR LE SIROP :** • 50 g de sucre blond • 3 cl de rhum brun. **POUR LA GANACHE CHOCOLAT :** • 200 g de chocolat noir • 15 g de beurre • 15 cl de crème liquide. **POUR LA GARNITURE AUX MARRONS :** • 300 g de crème ou de confiture de marron • 5 cl de crème liquide • 2 grosses meringues. **POUR LA FINITION :** Sucre glace • Cacao en poudre non sucré • 7 petites meringues.

1. Préparez la génoise. Préchauffez le four à 180 °C. Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Battez les blancs dans 1 robot. Au bout de 5 min, versez le sucre et continuez de battre jusqu'à ce que la masse soit bien ferme. Ajoutez les jaunes d'œufs. Sans attendre, versez la farine et la levure. Mélangez très rapidement pour ne pas faire retomber la préparation. Versez-la dans 1 moule à manqué en flexipan et enfournez-la pour 20 min de cuisson. Démoulez la génoise et laissez-la refroidir sur 1 grille.

2. Préparez le sirop. Faites chauffer 30 cl d'eau et ajoutez le sucre. Mélangez bien et versez le rhum. Laissez refroidir.

3. Préparez la ganache. Cassez le chocolat en petits morceaux. Faites chauffer la crème avec le beurre et ajoutez le chocolat. Arrêtez le feu et attendez 3 min avant de mélanger au fouet. Laissez refroidir.

4. Préparez la garniture aux marrons. Dans 1 cul-de-poule, fouettez la crème de marron avec la crème liquide. Émiettez grossièrement les meringues entre vos mains et ajoutez-les. Mélangez bien.

5. Coupez la génoise en 3 horizontalement avec 1 couteau à pain. Posez 1 disque de génoise sur 1 plat. À l'aide d'1 pinceau, badigeonnez-le avec 1 peu de sirop. Étalez 1/3 de ganache au chocolat puis la moitié de l'appareil aux marrons. Posez 1 autre disque et reproduisez l'opération. Terminez avec le dernier disque, badigeonnez-le et recouvrez-le du reste de ganache. Décorez-la de petites meringues, saupoudrez de cacao et de sucre glace à travers un petit tamis. Laissez au froid au moins 2 h avant de servir.

LE CONSEIL DE SOPHIE : voilà une revisite d'un dessert de notre terroir. On le prépare en Ardèche, grosse région de production de châtaigne en France.



NOTRE BON ACCORD

**Champagne Tarlant,
L'Enclume chardonnay
sur silex, 64 €.**

Un cépage qui a grandi sur des galets silex posés sur du calcaire dans la vallée de la Marne et issu de la vendange 2011. Produit à moins de 2000 flacons, sans aucun dosage.

Sa longue maturation sur lies l'enrichit de notes de brioche et de fruits secs, accompagnées d'une grande pureté. Voilà tout ce qu'il faut pour apporter de la fraîcheur au dessert.



Art et artisanat se croisent dans les espaces Ducasse Baccarat habillés de bois et de cuir et riches des objets chinés par Alain Ducasse. De quoi inspirer le chef Christophe Saintagne et son bras droit Robin Schroeder.



CHRISTOPHE SAINTAGNE

chez Ducasse Baccarat à Paris

LORSQUE L'ART ET LA GASTRONOMIE NOUS INVITENT À DE NOUVELLES EXPÉRIENCES.

Par Sophie Menut Yovanovitch. Photos Josselin Rocher.

Alain Ducasse est un cuisinier qui aime clairement les défis et les challenges. Rien ne le passionne plus que de les relever, et faire bouger les lignes de la gastronomie. Il avait, bien avant que les modes ne s'en emparent, mis sur le devant de la scène la cuisine végétale. Il continue sa croisade de sensibilisation à propos de la surconsommation des protéines animales, en alertant sur la nécessité de remettre les légumes sur le devant de la scène.

Une nouvelle aventure

Lorsqu'il apprend que Maggie Henriquez, la présidente de la maison Baccarat, cherche à repenser l'hôtel particulier que la maison de cristal possède depuis 2003 place des États-Unis, du côté du seizième feutré de Paris, il saute sur l'occasion pour prendre part à ce nouvel enjeu. Rendre à ce lieu mythique un peu plus de chaleur, lui apporter de la décontraction, de la gourmandise et de la joie. Pour concrétiser ce beau projet, il rappelle Christophe Saintagne, un de ses plus fidèles cuisiniers. Mettant en scène tour à tour la cuisine bistrotière de Ducasse Aux Lyonnais, chef étoilé du palace Le Meurice, Christophe avait délaissé un temps l'équipe pour ouvrir son propre restaurant Papillon. L'ayant cédé après des années de succès, il avait toute la liberté de se hisser sur le navire.

Une certaine idée de la liberté

C'est toujours plus facile de travailler entre hommes qui partagent les mêmes valeurs. Ici, clairement, c'est la carte de la



transmission, de la simplicité, de la fantaisie que veulent jouer les deux hommes accompagnés de leur équipe. Dans l'idée de transmettre, le chef normand a invité son ancien second Robin Schroeder à le rejoindre pour jouer une partie à trois bandes ; celle de la simplicité, les assiettes que l'on déguste sont dans la ligne droite du credo de Christophe Saintagne.

Digestes, rassurantes, souvent végétales mais pas seulement. Le poireau côtoie la truffe, le homard le tapioca. Les recettes majeures d'Alain Ducasse sont remastérisées au goût de l'époque.

Dans celle de la fantaisie, rien n'est codifié. L'art de la table est issu de l'immense collection personnelle

d'Alain Ducasse, chineur invétéré, qui se marie avec celle de la maison Baccarat. Le goûteur ne choisit pas, mais déguste avec surprise petites et grandes bouchées qui arrivent parfois dans un désordre calculé et surprennent toujours. Plus qu'un simple restaurant gastronomique l'hôtel particulier abrite un bar midi-minuit animé par la mixologue Margot Lecarpentier, une salle de bal dédié à des événements privés, un salon de dégustation. Le décor a été entièrement repensé par un collectif d'artistes. Au restaurant, le bois, matériau cher à Alain Ducasse, est omniprésent. Interprété par l'artiste Jean Guillaume Mathiaut, il habille les murs, devient tables et chaises magistrales. L'endroit se veut vivant et artistique. Tout est fait pour rendre hommage à la pureté du cristal. Décidé-ment, Alain Ducasse n'est jamais en retard d'une tendance.

12 QUESTIONS À...

CHRISTOPHE SAINTAGNE

• Votre principale qualité ?

J'aime le travail en équipe et que les personnes puissent se révéler grâce à lui. Sûrement un apprentissage de mes années rugby lorsque j'étais enfant.

• Votre principal défaut ?

Parfois « jusqu'au-boutiste » dans mon métier. J'ai du mal à comprendre quelqu'un qui fait les choses à moitié alors que faire complètement prendrait le même temps...

• Où vous sentez-vous bien ?

En cuisine, aux côtés de Robin Schroeder, mon compère chez Ducasse Baccarat, pour lui transmettre tout ce qu'Alain Ducasse m'a appris. Mais aussi chez moi, en Normandie, entouré de ma famille pour me reposer.

• Jamais sans ? Votre instrument de cuisine préféré ?

Ma cocotte-minute des années 1950. L'outil idéal pour transformer des viandes a priori fermes, grasses et ligneuses en festin ! Et tout ça pour un coût très raisonnable et pour toute la famille. Si j'étais maire d'une commune, j'en offrirai à chaque couple à l'occasion de son mariage.

• Vous avez toujours dans votre frigo ?

De la moutarde, du curry, du miso, des olives, du raifort, de la colatura [coulis d'anchois, Ndlr]... tout ce qui permet

d'assaisonner la cuisine et de magnifier les produits.

• Si vous étiez un plat ?

Le poulet rôti du dimanche. Facile, familial, inratable !

• Le plat que vous auriez aimé inventer ?

Les huîtres au camembert. Un plat de territoire terriblement gourmand. Idéal pour un apéritif.

• Votre boisson préférée ?

Le bisou ! Un pommeau très particulier créé et produit par Christophe Bouvet à Teurthéville-Bocage, dans la Manche. Sa fabrication totalement artisanale lui permet d'être différente chaque année, en fonction de la saison, de l'acidité des pommes, du moment de récolte. J'aime lorsque les produits ont le talent de raconter un paysage, une saison, un accident climatique. Cette connexion à la nature, c'est le seul véritable luxe, loin de la standardisation industrielle.

• Le cuisinier qui vous inspire ou qui vous a inspiré ?

Alain Passard. Il se réinvente sans cesse et a introduit avec succès une part artistique dans son travail. Il est de plus un homme délicieux et sensible.

• Si vous n'étiez pas cuisinier ?

Je serai sûrement boucher, ma première envie de jeunesse. J'étais très impressionné par les longs couteaux, les grands ta-



bliers, les cravates rouges sous les vestes pieds-de-poule... C'est ma mère qui m'a poussé vers la cuisine chaude plutôt que vers les labos froids des boucheries.

• Votre livre préféré ?

Le Répertoire des saveurs, de Niki Segnit. Un ouvrage qui, en un coup d'œil, permet de trouver l'épice, le condiment, l'accord qui va sublimer votre recette.

• Votre loisir préféré ?

J'ai la chance d'avoir un jardin/verger depuis quelques années. Cultiver soi-même les aliments avant de les cuisiner permet de stimuler sa créativité... et vous donne beaucoup d'humilité et de respect pour tous les paysans qui arrachent à la terre des produits remarquables.

VOS 4 INGRÉDIENTS FÉTICHES



Le café

D'Hippolyte Courty, de L'arbre à café. Il a des variétés exceptionnelles que je cuisine en condiment croquant, comme des pralinés. Cela apporte texture et profondeur... j'adore !



L'huile d'olive

De Cédric Casanova, La tête dans les olives. Cédric fait de l'huile comme on fait du vin, parcelle par parcelle, chez lui, en Sicile. Ses huiles permettent de donner de l'ardence ou du confort.



La feta

D'Alexandro Rallis, Profil grec. Un équilibre de fraîcheur, d'acidité et de lacté. Je la râpe sur des légumes d'hiver rôtis. Le fromage, c'est aussi la célébration du génie humain.



La roquette

De Roland Rigault, un paysan à l'ancienne, qui travaille en famille et qui fait des légumes remarquables à 15 km de Paris. Sa roquette est un modèle d'amertume et de croquant.



HUÎTRES AU CAMEMBERT

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 30 MIN • CUISSON 3 MIN
• FACILE • ABORDABLE

• 24 huîtres • 1 camembert au lait cru • 120 g de
beurre doux pommade • 2 échalotes • 4 tranches
de pain de campagne • 2 c. à soupe de vinaigre
de cidre • 1 kg de gros sel • Poivre du moulin

1. Ouvrez les huîtres, retirez la coquille supérieure puis disposez-les sur la lèchefrite du four que vous aurez recouvert de gros sel.
2. Ciselez les échalotes, mélangez-les au beurre pommade, ajoutez le vinaigre de cidre. Coupez les tranches de pain en cubes de 1 cm de côté.
3. Taillez le camembert en 24 parts.
4. Répartissez sur chaque huître et dans l'ordre : le camembert, puis le beurre vinaigré et les croûtons.
5. Passez au four en position gril pendant 2 à 3 min, jusqu'à ce que les croûtons soient bien dorés. Donnez un tour de moulin.

NOTRE BON ACCORD : un cidre normand extra-brut.

CHAMBELLAND

DU GRAIN AU PAIN

CETTE BOULANGERIE ALTERNATIVE, DONT LES PRODUITS SONT GARANTIS 100 % BIO ET SANS GLUTEN, MISE SUR UNE APPROCHE ET DES VALEURS DURABLES. DU SOURCING À LA FABRICATION, LA MAISON MAÎTRISE L'ENSEMBLE DES PROCESSUS AFIN D'OBTENIR LES MEILLEURS PRODUITS.

Texte et photos : Maeva Destombes / Hans Lucas

Le sans gluten, un phénomène de mode ? Pour Nathaniel Doboin et Thomas Tefri-Chambelland, les cofondateurs de la boulangerie Chambelland, il s'agit plutôt d'un authentique et nécessaire mode de vie et d'alimentation. Presque une démarche de santé publique avec cette part grandissante d'intolérants au gluten et de personnes atteintes de la maladie cœliaque.

Une rencontre déterminante

L'entreprise est née en 2012 de l'envie de créer « un projet qui fasse sens », selon Nathaniel, dans une démarche de développement durable. À l'époque, Thomas, biologiste de formation, expérimente déjà diverses matières premières. Dans ses deux boulangeries, à Sisteron et Aix-en-Provence, il fabrique du pain bio au levain et mène des recherches de panification de céréales telles que le sarrasin ou le riz. Nathaniel, le globe-trotter du duo, découvre lors de ses pérégrinations l'importance d'améliorer la vie des gens. Et quoi de mieux pour atteindre ce but que se pencher sur leur alimentation ? Après un tour du monde, il décide de monter une affaire avec Thomas, intolérant au gluten, dont l'idée rémanente est de créer une boulangerie alternative. La signature en sera la farine de riz, plus chère que le blé mais moins sujette aux maladies.

La quête d'une farine parfaite

Les premiers essais sont peu concluants. Les farines manquent de constance. Thomas analyse de nombreuses variétés de riz japonica. Le duo jette son dévolu sur une poignée d'entre elles cultivées en Camargue, en Lombardie et dans le Piémont italien. Les deux s'associent à un meunier pour lancer leur propre moulin à Malijai. « Cet établissement, dédié aux céréales sans gluten, permet d'assurer l'absence totale de cette protéine dans les farines qui en sortent », précise Nathaniel. Aujourd'hui, le riz représente 90 % des céréales traitées au moulin. La boulangerie est officiellement lancée en 2014 dans le 11^e arrondissement de Paris. >>>





1.



2.



3.



4.

1. Les rizières d'Albufera, près de Valencia, l'une des sources d'approvisionnement du riz servant à fabriquer la farine des pains Chambelland. 2. La tonne de riz japonica bio coûte entre 1500 et 1750 €, soit 4 fois plus cher que le blé. 3. La farine du moulin arrive directement au fournil. 4., 5. et 7. La boutique du 11^e est chaleureuse et intime. 6. Des fonds de tartelettes sans gluten.



5.



7.



6.



Le lieu choisi, presque intimiste, est cohérent avec l'essence même du projet « Bien nourrir et se faire plaisir ». L'idée plaît. La clientèle, gastronome et sensibilisée au sans gluten, est au rendez-vous malgré les nombreuses boulangeries déjà présentes dans le quartier. « Nous sommes arrivés pour satisfaire un besoin. Quelques semaines après l'ouverture, Alain Ducasse est venu tester les différents pains et les a mis sur sa carte. Ce fut un véritable tremplin ! » Les locaux deviennent vite étroits. Pour répondre à la demande, un nouveau fournil, baigné de lumière naturelle, est installé dans le 13^e arrondissement de Paris. L'ergonomie de cette structure de 300 mètres carrés facilite le travail des boulangers.

L'alchimie du levain naturel

Le levain, utilisé à hauteur de 40 % dans les recettes, est l'élément clé. Le trésor protégé et conservé depuis une quinzaine d'années. Utiliser du levain naturel est un vrai challenge quotidien qui nécessite une maîtrise de la fermentation. Cette dernière, sans additifs, est plus lente mais la conservation des pains plus longue et les arômes plus puissants. L'étape du rafraîchissement du levain est cruciale. Tout part du chef du levain, une partie de la pâte que les boulangers gardent pour la mélanger avec de la farine et de l'eau pour le levain du lendemain. « Sa température doit être assez élevée, aux alentours de 40 °C, pour que la pâte reste malléable et les champignons actifs. Les températures extérieures influencent énormément. S'il fait trop chaud, le développement est trop rapide. S'il fait trop froid, la fermentation sera plus longue et créera de l'acidité », développe Stéphane, responsable boulangerie. Dans ce processus d'entretien du levain, il n'y a jamais d'interruption. Le cycle de fabrication est très séquencé, des pesées à la cuisson, et se répète chaque jour pour produire ces pains à faible index glycémique. Engagée envers la qualité, reconnue par des grands noms de la gastronomie, plébiscitée par une clientèle exigeante, la petite entreprise continue de croître puisque cinq autres boutiques ont ouvert depuis la création, tout en restant fidèle aux valeurs initiales.

1. Le levain, trésor de la maison.
2. Nathaniel Doboin, l'un des associés.
3. La boutique du 11^e vend la farine de riz et autres préparations pour pain.
4. Des pâtisseries sans gluten sont aussi au catalogue de la maison.

AU-DELÀ DU RIZ

Si le levain donne une partie du goût, les farines et les graines vont apporter d'autres saveurs. La farine de riz, bien sûr, mais aussi de sarrasin et, plus étonnant, de sorgho. Une céréale d'avenir aux nombreux atouts et sans gluten, cultivée localement en Provence et dans le nord de l'Italie. Les recettes en contiennent 10 %. De nombreuses graines (lin brun, lin doré, sésame, tournesol, pavot, courge) agrémentent les recettes. La gamme principale se compose de six références : pain aux cinq grains, pain du village, pain des athlètes (avec des fruits secs), pain au cacao (de la marque Kaoka), pain focaccia et pain au maïs. En fin d'année, d'autres spécialités comme le pain aux noix, le pain d'épices, le pain Syracuse (à base de graine de fenouil et de citron) viennent étoffer l'offre de la maison et sublimer le quotidien.

ABONNEZ-VOUS À
Cuisine et Vins
DE FRANCE

25€
SEULEMENT

EN CADEAU
2 COFFRETS DE TISANE



Cet hiver,
faites une pause
réconfortante et
laissez-vous porter
par la chaleur
et le calme des
tisanes Provence
d'Antan.



1 AN - 6 NUMÉROS
VERSIONS NUMÉRIQUES
INCLUSES



SIMPLE, RAPIDE ET SÉCURISÉ, 4 FAÇONS DE VOUS ABONNER !

1 ENTREZ LE CODE
222WP1
sur **magazines.fr**
LE SITE OFFICIEL D'ABONNEMENT

PAIEMENT PAR CARTE BANCAIRE

2  PAR TÉLÉPHONE
01 84 888 222 PRIX
D'UN APPEL LOCAL,
TRANSACTION
SÉCURISÉE.

3 
EN FLASHANT
CE QR-CODE

4 CHÈQUE

CHÈQUE LIBELLÉ À L'ORDRE DE CUISINE ET VINS DE FRANCE, JE REMPLIS ET RETOURNE CE BULLETIN SOUS ENVELOPPE NON AFFRANCHIE AVEC MON RÈGLEMENT À :
CUISINE ET VINS DE FRANCE - SERVICE RELATION CLIENT - LIBRE RÉPONSE 56 389 - 93309 AUBERVILLIERS CEDEX.

OUI, JE M'ABONNE 1 AN AU MAGAZINE CUISINE ET VINS DE FRANCE (6 N°) POUR 25€ AU LIEU DE 63,30€*
EN CADEAU 2 COFFRETS DE TISANE PROVENCE D'ANTAN

222WP1

Je renseigne mes coordonnées (EN MAJUSCULES)

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal :

Ville :

E-mail :

Téléphone :

☐ J'accepte de recevoir les offres de CUISINE ET VINS DE FRANCE, ainsi que celles du GROUPE MARIE CLAIRE sur des produits et services similaires à ma commande par voie postale, téléphone, et e-mail.

☐ J'accepte de recevoir les offres des partenaires de CUISINE ET VINS DE FRANCE et consens à ce que mes coordonnées (notamment mon adresse postale, mon numéro de téléphone, mon e-mail) leur soient communiquées.

Offre valable 3 mois (du 3/1/2025 au 3/4/2025) en France Métropolitaine, réservée aux nouveaux abonnés, et dans la limite des stocks disponibles. Photos non contractuelles. Pour l'étranger, veuillez nous consulter. L'envoi de votre premier numéro ainsi que votre cadeau se fera sous un délai de 3 à 4 semaines à compter de la date de réception de votre règlement. L'envoi du présent bulletin de souscription vaut prise de connaissance et acceptation des Conditions Générales de Vente accessibles à tout moment sur le site magazines.fr. Ce magazine est édité par la société MARIE CLAIRE ALBUM (RCS Nanterre 552 062 770). Conformément à l'article L. 221-18 du Code de la Consommation, vous disposez d'un droit de rétractation pendant un délai de 14 jours ouvrés à compter de la réception du magazine. Une telle demande devra être adressée au Service Client par e-mail à leserviceclient@magazines.fr ou par courrier à Groupe Marie Claire - Service Client - 9 Place Marie Jeanne Bassot 92300 Levallois-Perret. Les informations collectées sont destinées à la société Marie Claire Album SAS, responsable de traitement. Elles sont utilisées à des fins de traitement et de gestion de votre abonnement. Le cas échéant, ces données pourront être communiquées à ses partenaires commerciaux à des fins de prospection uniquement si un consentement exprès a été donné en ce sens, lequel peut être retiré à tout moment. En application de la réglementation en vigueur relative à la collecte et au traitement des données personnelles, vous disposez des droits d'accès, de rectification, d'effacement, d'opposition, à la portabilité des données et à la limitation des traitements. Pour exercer vos droits, veuillez contacter le Groupe Marie Claire (GMC) par mail à dpo@gmc.tml.fr ou par courrier à Groupe Marie Claire-DPO - 9 Place Marie Jeanne Bassot 92300 Levallois-Perret.

(*) Prix public TTC

antoshka/Getty Images/Stockphoto. v.lecia/gmc.



LES ÉCLAIRS PRALINÉ NOISETTE D'ARNAUD COUTRET

Texte Sophie Menut Yovanovitch. Photos Josselin Rocher.



PÂTISSIER ET
CONSULTANT

La carrière d'Arnaud commence dans sa Vendée natale, avant qu'il ne débarque à Paris pour une première collaboration chez Pierre Hermé, où il reste trois ans. Il suit ensuite le pâtissier Christophe Michalak, alors à la tête de la partie pâtisserie du palace Plaza Athénée. Lorsque le chef se lance dans l'aventure de l'entrepreneuriat, il le suit et dirige les masterclasses proposées dans les boutiques chaque jour. Il s'envole ensuite pour le Canada, Toronto, où il exerce ses fonctions de chef pâtissier de la célèbre pâtisserie Nadège pendant un an et demi, mettant en avant tous les classiques sucrés français. Il revient en France pour prendre la place de chef corporate monde chez Alain Ducasse puis retrouve Pierre Hermé et devient responsable du savoir-faire de la maison. Après toutes ces belles expériences, il avait lui aussi envie de goûter à l'entrepreneuriat, et a créé Inspirations By Arnaud Coutret, sa société de consulting et développement d'entreprises. Il travaille dans toute la France et s'inspire de l'identité des maisons qui font appel à lui pour optimiser leurs créations. Un travail sur-mesure que l'on retrouve dans ses créations, à l'image de ses éclairs très gourmands, constitués de textures différentes qui rendent la dégustation insolite et pleine de surprises.

POUR 12 ÉCLAIRS

- PRÉPARATION 1 H 30 ● CUISSON 35 MIN
- UN PEU DÉLICAT ● BON MARCHÉ
- À COMMENCER LA VEILLE

MATÉRIEL : • poche à douille cannelée, feuille de papier cuisson, tapis silicone, plaque inox.

POUR LE CRAQUELIN AUX NOISETTES :

- 85 g de noisettes concassées • 30 g de margarine • 30 g de sirop de glucose • 30 g de cassonade • 1 pincée de pectine.

POUR LA PÂTE À CHOUX :

- 12,5 cl de lait
- 115 g de beurre • 4 œufs entiers
- 140 g de farine T55 • 5 g de sucre
- 5 g de fleur de sel.

POUR LE PRALINÉ FEUILLETÉ NOISETTE :

- 20 g de noisettes grillées • 50 g de praliné noisettes • 50 g de pâte de noisettes • 30 g de chocolat noir à 55 % • 10 g de beurre • 50 g de gavottes (4 paquets individuels).

POUR LA CRÈME AU BEURRE :

- 190 g de beurre doux • 5 cl de lait entier • 2 œufs
- 105 g de sucre.

EN + :

- 200 g de noisettes caramélisées
- 90 g de praliné noisette • 35 g de pâte de noisettes • 25 cl de crème pâtissière.

LES CONSEILS D'ARNAUD

- Dans le craquelin, l'utilisation de la margarine permet une meilleure tenue lors de la cuisson.
- On trouve du sirop de glucose (sucre inversé) en pot de verre en grandes surfaces et la pectine au rayon sucre.
- Préparez la veille au moins les craquelins et la pâte à choux et éventuellement les différentes crèmes.
- Finalisez les éclairs minimum une heure avant la dégustation pour laisser le temps à la crème de figer.



1. La veille, préparez le craquelin. Faites fondre la margarine, ajoutez le sirop de glucose, 6 cl d'eau puis le mélange cassonade et pectine. Faites cuire le tout à feu doux jusqu'à frémissement et maintenez ce frémissement quelques sec. Ajoutez les noisettes concassées dans la préparation. Mélangez puis étalez cette pâte le plus finement possible entre 2 feuilles de papier cuisson (photo 1), puis placez-la au congélateur. Une fois congelé, sortez le craquelin et détaillez des rectangles de 2 x 12 cm puis remplacez-les au congélateur.

2. Préparez la pâte à choux. Tamisez la farine. Faites bouillir le lait avec 12,5 cl d'eau, le sucre, la fleur de sel et le beurre. Retirez du feu, ajoutez la farine en mélangeant vivement (photo 2) puis faites dessécher la pâte pendant 2 min.

3. Débarrassez-la dans la cuve du batteur munie d'1 feuille, incorporez les œufs 1 à 1 (photo 3). Continuez de travailler ainsi la pâte jusqu'à ce qu'elle retombe en formant un ruban lorsque vous la soulevez, signe qu'elle est prête.



4. Sur 1 plaque inox recouverte d'1 feuille de papier silicone, à l'aide d'1 poche munie d'1 douille lisse, dressez des bandes de 12 cm de longueur (photo 4). Placez-les au congélateur sur 1 plaque bien plate.

5. Le jour même, faites cuire les éclairs. Placez-les encore congelés sur des plaques de cuisson recouvertes d'1 feuille de papier silicone. Sortez les bandes de craquelin et déposez-les sur les éclairs. Laissez revenir les éclairs légèrement à température. Enfouissez les plaques de cuisson dans le four préchauffé à 240 °C. Éteignez immédiatement le four pendant 10 min. Rallumez le four pour atteindre la température de 180 °C et prolongez la cuisson de 20 min en entrouvrant légèrement la porte pour permettre l'extraction de la vapeur et sécher ainsi la pâte à choux. Débarrassez les éclairs sur 1 grille dès la sortie du four.

6. Préparez le praliné feuilleté. Faites fondre le beurre et le chocolat au bain-marie à 45 °C. Mélangez le praliné noisette, la pâte de noisette, le mélange chocolat-beurre puis ajoutez les gavottes écrasées entre vos doigts et les noisettes grillées concassées (photo 5). Étalez le praliné dans 1 cadre d'environ 12 cm par 12 cm (photo 6). Laissez-le prendre au réfrigérateur puis détaillez des bandes de 1 x 11 cm.



7. Préparez la crème au beurre. Faites chauffer le lait. Séparez les blancs d'œufs des jaunes. Battez les jaunes avec 35 g de sucre et ajoutez-les dans le lait chaud. Faites épaissir à feu doux comme une crème anglaise sans cesser de mélanger. Arrêtez lorsque la crème nappe la cuillère. Battez la crème dans 1 robot pour la faire refroidir. Une fois qu'elle est refroidie, ajoutez le beurre coupé en cubes et à température ambiante. Foisonnez le tout pour obtenir un mélange émulsionné lisse et brillant.

8. Battez les blancs d'œufs avec le sucre restant, comme pour une meringue, jusqu'à ce qu'ils soient bien fermes. Dans la cuve du robot comportant le premier mélange, ajoutez les blancs d'œufs délicatement et faites foisonner pour obtenir un mélange aérien lisse et brillant.

9. Finalisez la crème mousseline. Lissez la crème pâtissière, ajoutez-y le praliné noisette. Incorporez la crème au beurre et faites foisonner à nouveau le tout. Utilisez la crème mousseline immédiatement ou stockez-la filmée au réfrigérateur et émulsionnez-la à nouveau lors de l'utilisation.

10. Procédez au montage. Découpez les éclairs un peu au-dessus du milieu. À l'aide d'1 poche munie d'1 douille cannelée, garnissez le fond d'un trait de crème mousseline, déposez la bande de praliné à l'intérieur (photo 7). Dressez des rosaces régulières et serrées de crème, ajoutez un trait de praliné entre chaque rosace (photo 8) et parsemez d'éclats de noisettes caramélisées (photo 9). Posez le couvercle de pâte à choux en biais. Placez les éclairs au réfrigérateur. Lors de la dégustation vous pouvez parfaire votre présentation en assiette avec le reste des noisettes caramélisées.

3 INGRÉDIENTS max

LE PARI DE LA RÉDACTION ? TROIS PETITES COURSES ET LES BASIQUES DU PLACARD POUR DES IDÉES QUI DONNENT ENVIE DE CUISINER.

Recettes Sophie Menut Yovanovitch.
Stylisme et photos @mathilde_besly



SALADE DE CHOU ROUGE ET CORIANDRE

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 15 MIN • SANS CUISSON • FACILE • BON MARCHÉ

VOUS DEVEZ ACHETER : • 1/2 chou rouge • 1 petite noix de gingembre • 12 cerneaux de noix.

VOUS AVEZ CHEZ VOUS : • 2 pommes • 1 citron • 10 brins de coriandre • 2 c. à soupe de beurre de cacahuètes
• 1 c. à soupe de vinaigre de miel • 3 c. à soupe d'huile de sésame • 3 c. à soupe d'huile d'olive • Sel • Poivre.

1. Lavez le chou, ôtez son cœur et émincez-le finement. Pelez les pommes, ôtez leurs pépins et coupez-les en bâtonnets. Citronnez-les avec le jus d'un demi-citron.

2. Préparez la sauce. Épluchez le gingembre, coupez-le en petits morceaux. Placez-les dans le bol d'1 mixer. Ajoutez le beurre de cacahuètes,

le jus du 1/2 citron restant, les 2 huiles, le vinaigre et mixez pour obtenir une sauce fluide.

3. Concassez les noix grossièrement au couteau. Lavez et ciselez la coriandre.

4. Dans 1 saladier, mélangez les lanières de chou, les bâtonnets de pomme et la coriandre. Versez la sauce, salez, poivrez et mélangez encore.

Parsemez de noix sur le dessus juste avant de servir.

CONSEIL : ajoutez des raisins secs ou des cranberries pour faire de cette salade un plat complet léger et spécial forme.

NOTRE BON ACCORD : un gamay d'Anjou (Loire).



*Du chou rouge,
des noix et du gingembre.*



• De la pâte feuilletée, du fromage pour pizza et des champignons de Paris.

TARTE FEUILLETÉE AUX POMMES DE TERRE ET CHAMPIGNONS

POUR 4/6 PERS. • PRÉPARATION 15 MIN
• CUISSON 45 MIN • FACILE • BON MARCHÉ

VOUS DEVEZ ACHETER : • 400 g de champignons de Paris • 125 g de fromage pour pizza • 1 rouleau de pâte feuilletée.

VOUS AVEZ CHEZ VOUS : • 6 pommes de terre à chair ferme • 2 gousses d'ail • 10 brins de persil • 30 g de beurre • 3 c. à soupe d'huile d'olive • Sel • Poivre.

1. Épluchez et émincez très finement les pommes de terre à la mandoline. Séchez-les dans 1 torchon propre.
 2. Préchauffez le four à 180 °C. Étalez la pâte feuilletée dans 1 moule. Faites fondre le beurre quelques sec. au micro-ondes et mélangez-le avec 2 c. à soupe d'huile. Badigeonnez le fond de tarte au pinceau avec ce mélange. Disposez les pommes de terre en les faisant se chevaucher légèrement. Badigeonnez-les avec le reste de mélange beurre-huile. Salez, poivrez et enfournez pour 40 min.
 3. Pendant ce temps, épluchez et hachez l'ail avec le persil. Coupez les champignons en lamelles et faites-les sauter 10 min avec 1 c. à soupe d'huile d'olive. Ajoutez l'ail et le persil et assaisonnez.
 4. Répartissez le fromage coupé en dés et les champignons sur la tarte et remettez-la au four pendant 5 min, le temps que le fromage fonde.
- NOTRE BON ACCORD :** un beaujolais blanc.





Du porc, des nouilles ramen
et des germes de soja.

NOUILLES SAUTÉES AU PORC ET AUX LÉGUMES

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 15 MIN
• CUISSON 16 MIN • FACILE • BON MARCHÉ

VOUS DEVEZ ACHETER : • 200 g de pointe
de porc • 100 g de germes de soja • 1 paquet
de nouilles ramen.

VOUS AVEZ CHEZ VOUS : • 2 carottes • 1 oignon
• 4 brins de menthe • 4 c. à soupe de sauce soja •
2 c. à soupe de graines de sésame • 1 c. à soupe
d'huile d'arachide • Sel • Poivre (facultatif).

1. Découpez la viande en petites lamelles, arrosez-les
de sauce soja. Faites cuire les pâtes 5 min dans
1 casserole d'eau bouillante. Égouttez-les,
rafraîchissez-les et mettez-les côté.

2. Épluchez et râpez les carottes et l'oignon.

3. Faites sauter la viande 6 min dans 1 wok ou
1 sauteuse avec l'huile. Retirez les morceaux et,
sans rincer la sauteuse, faites sauter les carottes et
l'oignon pendant 5 min. Ajoutez les pâtes, les germes
de soja et la viande et continuez la cuisson encore
5 min. Déglacez avec un trait de sauce soja.

4. Répartissez le contenu de la sauteuse
dans 4 assiettes creuses et décorez avec
des feuilles de menthe et les graines de sésame.

CONSEIL : ajoutez les légumes que vous aimez,
selon la saison. La pointe de porc est le morceau
le plus économique possible et vous ferez
des heureux avec ce plat sans vous ruiner.

NOTRE BON ACCORD : un blanc de Provence.



*Des poires, de l'hibiscus
et des pralines.*

POIRES POCHÉES AU SIROP D'HIBISCUS ET PRALINES ROSES

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 20 MIN • CUISSON 25 MIN
• FACILE • BON MARCHÉ

VOUS DEVEZ ACHETER : • 4 poires (type comice)
• 75 g de pralines roses • 3 sachets d'infusion
à l'hibiscus.

VOUS AVEZ CHEZ VOUS : • 4 étoiles de badiane
• 1 bâton de cannelle • 250 g de sucre.

1. Faites chauffer 1 l d'eau avec le sucre dans 1 casserole. Lorsque l'eau frémit, ajoutez les sachets d'hibiscus. Laissez infuser pendant 15 min.

2. Épluchez les poires. Gardez-les entières. Ajoutez les étoiles de badiane et la cannelle dans le sirop d'hibiscus. Posez les poires dans le sirop et laissez-les cuire à petits frémissements pendant 20 min ou plus selon la maturité des fruits, il faut qu'elles soient fondantes.

3. Égouttez-les délicatement et laissez-les refroidir. Ôtez la badiane et la cannelle et laissez réduire le sirop de moitié. Filtrez-le et laissez-le refroidir.

4. Coupez la base des poires pour les faire tenir bien droites. Arrosez-les de sirop d'hibiscus. Concassez les pralines grossièrement et saupoudrez-en les poires. Servez-les avec 1 boule de glace vanille.

CONSEIL : un dessert qui change un peu des traditionnelles poires au vin rouge et dont les enfants pourront se régaler. On trouve dans le commerce des sucres colorés à différents parfums. Celui à la barbe à papa pourra être saupoudré sur les fruits.

NOTRE BON ACCORD : un crémant de Bourgogne rosé.

ESCAPADE

ENVIE DE MER OU





DE MONTAGNE

EN CE DÉBUT D'ANNÉE, VOUS ÊTES PLUTÔT SABLE CHAUD OU SOMMETS ENNEIGÉS ? ENVIE DE DÉPAYSEMENT ET DE CHALEUR LES PIEDS DANS L'EAU, OU BESOIN DE SENTIR LA NEIGE CRISSER SOUS VOS PAS ? ON VOUS EMMÈNE DÉCOUVRIR DEUX PETITS PARADIS DIAMÉTRALEMENT OPPOSÉS ! DIRECTION L'ÎLE MAURICE ET L'AUTRICHE. DANS LES DEUX CAS, DÉPAYSEMENT ASSURÉ. Textes et photos Sophie Menut Yovanovitch

L'île Maurice

RENDEZ-VOUS AU SHANDRANI ET AU TROU AUX BICHES, DEUX HÔTELS DU GROUPE MAURICIEN BEACHCOMBER.

Quasiment déserte jusqu'à la fin du XVI^e siècle, possédée par les Hollandais qui la nomment Maurice en l'honneur du prince d'Orange Maurice de Nassau, colonisée de 1715 à 1810 par les Français qui la débaptisent pour lui donner le nom d'Isle de France, l'île passe ensuite sous le joug des Anglais avant d'obtenir son indépendance en 1968.

Aujourd'hui, le tourisme contribue pour 8 % au PIB du pays. Lorsque l'hiver s'installe chez nous, l'été austral commence sur l'île Maurice. Les fleurs des flamboyants se mettent à rougir et leurs taches de couleur dans la nature et le long des chemins sont dignes de la palette d'un peintre. Elles ne sont pas les seules. Bougainvilliers, zinnias, gueules-de-loup, anthuriums, rosiers, géraniums, ibiscus et autres oiseaux du paradis offrent leurs explosions de teintes à chaque recoin de l'île. Tamarins, filaos, cocotiers, frangipaniers, eucalyptus, manguiers et poivriers sauvages, fougères ou encore orchidées sont à leur apogée. Le soleil, les ondées et la chaleur assurent à ces 300 espèces de plantes endémiques une vie semblable au paradis.

Les plages de sable blanc ne sont pas l'unique richesse de l'île

Thé, miel, canne à sucre, vanille, fruits tropicaux (ananas, litchi, banane) font partie des ressources mauriciennes, mais il faut se rendre au marché pour être totalement dépaycé. Ici aussi, les couleurs explosent. Tamarin, chou-chou, longane, corossol sont quelques-uns des produits que l'on ne trouve nulle part ailleurs. Aux alentours, dans la tradition du street-food, on achète sur les stands, gâteaux piments, samoussas, achards et beignets que l'on dévore avec les doigts tout en buvant l'eau d'une noix de coco fraîchement coupée. On a posé nos valises dans deux hôtels mauriciens pour aller à la rencontre de quelques produits locaux et des chefs qui les magnifient. En 1952, Amédée Maingard inaugure le Park Hôtel à Curepipe, premier établissement du groupe Beachcomber et premier hôtel de l'île. Pouvait-il imaginer qu'il y en aurait plus de 150 aujourd'hui et que la chaîne Beachcomber, 100 % mauricienne, ne compterait pas moins de huit adresses ?

Deux chefs mettent en avant la gastronomie, chère au groupe hôtelier. Guillaume Bregeat est tombé amoureux de Maurice et de sa douceur de vivre et dirige les cuisines de l'hôtel Trou aux Biches. Moorroogun Coopen est Mauricien et chef de l'hôtel Shandrani. Pas mieux que lui pour valoriser son île natale et ce qui y pousse. Tous les deux nous partagent leurs recettes et nous emmènent à la découverte de petites pépites locales.



1. Boire un verre en regardant le coucher du soleil à Trou aux Biches.
2. Le chef Moorroogun Coopen cuisine à deux pas du lagon.
3. Les marchés locaux regorgent de trésors culinaires.
4. Le chef Guillaume Bregeat et Mam dans les barachois.

LE CURRY DE POULET DE COOPEN

POUR 6 PERS. • PRÉPARATION 20 MIN • CUISSON 50 MIN
• FACILE • BON MARCHÉ

• 1 poulet coupé en morceaux • 2 tomates • 2 oignons
• 1 noix de gingembre • 2 gousses d'ail • 3 brins de coriandre
• 10 brins de ciboulette • 24 feuilles de curry • 1 c. à soupe de sauce tomate • 1 c. à soupe de cumin en poudre
• 1 c. à soupe de methi en poudre (fenugrec) • 4 c. à soupe de curry en poudre • 5 cl d'huile d'olive • Sel • Poivre

1. Poudrez les morceaux de poulet avec 2 c. à soupe de curry. Hachez 1 oignon et faites-le revenir dans 1 cocotte avec 2 c. à soupe d'huile et les feuilles de curry. Mélangez le methi et le cumin et versez-les dans la cocotte. Ajoutez enfin le poulet et laissez-le colorer sur toutes ses faces pendant 15 min.
2. Mélangez les 2 c. à soupe restantes de poudre de curry et un peu d'eau dans 1 bol. Hachez l'oignon restant avec le gingembre et les gousses d'ail épluchés. Dans 1 autre sauteuse, faites-les revenir avec 2 c. à soupe d'huile, ajoutez le contenu du bol et 10 cl d'eau. Laissez cuire les épices pendant 15 min.
3. Versez le contenu de la sauteuse dans la cocotte et ajoutez les tomates pelées et coupées en cubes et la sauce tomate. Salez, poivrez. Laissez cuire le tout encore 20 min.
4. 5 min avant la fin de la cuisson, ajoutez les herbes ciselées.
NOTRE CONSEIL : servez le curry comme on le fait traditionnellement sur l'île avec un rougail de tomates et d'oignons, du riz et des lentilles. Le methi, nom hindi du fenugrec, est une plante aromatique et une épice indissociable des curries.



LE ROUGAIL DE POISSON DE COOPEN

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 10 MIN • CUISSON 20 MIN
• FACILE • ABORDABLE

• 4 pavés de vieille • 1 oignon • 1 noix de gingembre
• 1 gousse d'ail • 3 brins de thym • 2 brins de coriandre
• 15 cl de sauce tomate • 5 cl de bouillon de poisson
• 4 c. à soupe d'huile d'olive • 1 pointe de piment de Cayenne • Sel • Poivre

1. Faites chauffer 2 c. à soupe d'huile dans 1 poêle pour saisir le poisson pendant 3 min de chaque côté. Laissez au chaud.
2. Dans la même poêle, versez le reste de l'huile et ajoutez la noix de gingembre, la gousse d'ail et l'oignon épluchés et hachés. Laissez cuire pendant 3 min et ajoutez le thym.
3. Versez la sauce tomate, le bouillon de poisson et le piment. Salez, poivrez et laissez cuire pendant 10 min. Posez les filets de poisson dans la poêle, ajoutez les brins de coriandre et poursuivez la cuisson pendant 2 min.

NOTRE CONSEIL : la vieille est un poisson à la couleur orangée et à la chair douce et relativement neutre. C'est pour cela qu'elle apprécie les sauces un peu relevées.



LES MADELEINES AU MIEL DE GUILLAUME

POUR 12 GROSSES MADELEINES • PRÉPARATION 15 MIN • CUISSON 8 MIN • FACILE • BON MARCHÉ • À COMMENCER LA VEILLE

- 250 g de beurre • 8 blancs d'œufs
- 100 g de poudre d'amande • 90 g de miel liquide Senneville • 250 g de sucre glace
- 100 g de farine

1. Dans 1 saladier ou dans le bol d'1 robot, tamisez et mélangez la farine et le sucre glace. Ajoutez la poudre d'amande et le miel en fouettant. Mélangez bien et versez les blancs d'œufs en continuant de fouetter.
2. Faites chauffer le beurre dans 1 petite casserole jusqu'à ce qu'il devienne noisette et versez-le dans la préparation sans cesser de fouetter.
3. Laissez reposer la pâte 24 h au frais et répartissez-la dans des moules à madeleine. Tapez-les légèrement sur le plan de travail et enfournez-les à 220 °C pour 4 min, puis baissez la température à 180 °C et poursuivez la cuisson encore 4 min. Servez les madeleines tièdes ou froides.

L'INFO DE GUILLAUME : au sein du groupe Beachcomber, une compétition est organisée chaque année entre les hôtels. Le challenge ? Imaginer le meilleur dessert à base de miel !

LES RUCHERS SENNEVILLE

La famille De Senneville est installée à Maurice depuis 1764. Étienne, lui, s'est découvert une passion pour l'apiculture et s'est lancé en 2007. Aujourd'hui, il prend soin de 400 ruches à l'ouest de l'île, chacune pouvant contenir jusqu'à 50 000 abeilles et produire 50 kg de miel (plus du double de chez nous). Elles butinent, dans un rayon de 1,5 km, les fleurs d'eucalyptus, de bananier, palmier, acacia et les baies roses qui donnent des saveurs différentes selon les saisons. Étienne produit 20 tonnes de miel par an, lorsque sur l'île, on en consomme 340 tonnes !



DES HÙÎTRES A MAURICE

Il fallait toute l'obstination de Khemraj Persand, dit Mam, pour arriver à devenir ostréiculteur sur l'île. Depuis 2013, à Poudre-d'Or, dans ses barachois (des bassins d'élevage), sur 10 hectares, il fait grandir entre 500 et 1 million d'huîtres tous les ans. Une variété endémique qui résiste bien à la chaleur. Bientôt, il installera de quoi élever des crevettes. En attendant, il nous régale de gros oursins tout juste sortis de l'eau.



Le Grand torii à l'île de Miyajima, Japon



Christian Le Squer

Traditions ancestrales et sanctuaires légendaires Nippons

Croisière gastronomique en partenariat avec Cuisine et Vins de France, le magazine de référence de la gastronomie.

Embarquez pour une croisière inédite au Japon avec le **chef triplement étoilé Christian le Squer** à bord du *Soléal* de la compagnie PONANT. Lors de ce voyage d'exception d'Osaka à Maizuru, découvrez les sites millénaires de Toba, Miyajima et de Kuano kodo. À bord, laissez-vous surprendre par la cuisine gastronomique de Christian Le Squer qui aura à cœur de mettre en lumière les produits nippons en y ajoutant son interprétation très personnelle.

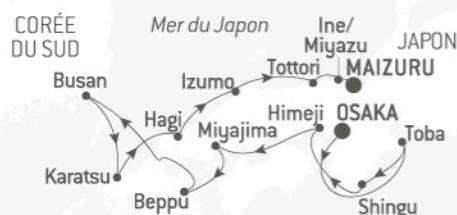
Dîners de gala avec accords mets et vins et démonstration culinaire ponctueront également la croisière. **Philippe Bourguignon, ancien meilleur sommelier de France** vous partagera ses connaissances lors d'une dégustation de vin. Une master class sur les sakés vous sera proposée afin de connaître tous les secrets de cette boisson légendaire et d'en apprendre davantage sur les raisons de sa popularité.

Sophie Menut Yovanovitch, rédactrice en chef du magazine Cuisine et vins de France, notre partenaire, partagera aussi avec vous ses connaissances sur les grandes traditions culinaires du Japon lors d'une conférence.

Laissez-vous dépayser, lors de cette escapade de 13 jours, par l'harmonie parfaite entre cuisine raffinée et lieux remarquables.

Notre invité d'honneur

Christian Le Squer incarne la haute gastronomie française, plus qu'un chef étoilé, il transmet des émotions dans sa cuisine.



Voyager est un art avec PONANT

État-major français, gastronomie, bien-être, service attentionné, invités d'exception... À bord de yachts à taille humaine, PONANT invite à explorer le monde au cours de voyages où raffinement, authenticité et instants privilégiés avec les invités d'honneur sont au cœur de l'expérience.

Traditions ancestrales et sanctuaires légendaires nippons

Osaka • Maizuru
Du 22 mai au 3 juin 2025
13 jours/12 nuits

Contactez votre agent de voyage
ou appelez au 04 91 16 16 27

En partenariat avec
PONANT
EXPLORATIONS

L'Autriche

BIENVENUE DANS LES SEEFELD,
À 20 KILOMÈTRES D'INNSBRUCK,
TOUT PRÈS DE LA FRONTIÈRE ALLEMANDE.

Lorsque l'on parle médailles et championnats de ski, l'Autriche arrive en tête du classement depuis 1985. Les amateurs de glisse filent sur les pistes de Kitzbühel ou de l'Arlberg.

Nous vous emmenons au Tyrol, sur des versants aux pentes plus douces où vous trouverez l'un des plus grands domaines de ski de fond du pays, soit 245 km de pistes, avec, partout, une conscience du tourisme durable. Authenticité et nature en point de mire.

Le biohotel Leutascherhof, au pied des montagnes du Wetterstein, à Leutasch, est le parfait point de départ de vacances sur les hauts plateaux du Tyrol. Pour Eveline et son mari Christian Wandl, qui dirigent l'établissement comme les parents de Christian avant eux, l'attachement à la nature et la considération pour les clients ne sont pas de vains mots mais une vraie philosophie de travail. Lui a décidé qu'il ne serait jamais rémunéré plus de quatre fois plus que ses employés au plus petit salaire. Une économie circulaire pensée pour le bien commun, oui, ça existe ! Après un sauna, on se détend dans sa chambre tout de bois vêtue. Les habitués savent combien ils vont se régaler au restaurant, qui ne travaille qu'avec des fermiers locaux et ne cuisine que bio. Eveline s'occupe entre autres de la carte des vins et propose des dégustations à ses clients. Un bon moyen de se familiariser avec la richesse des vins autrichiens, et en particulier la générosité du cépage emblématique : le grüner veltliner.

Une région toujours très préservée

Aujourd'hui, les fermes d'élevage ou agricoles, que l'on découvre au hasard d'une balade au fond de la vallée, rappellent la présence d'anciennes cultures de pomme de terre, de lin, d'avoine et d'orge et les forêts immenses, les territoires de chasse d'autrefois.

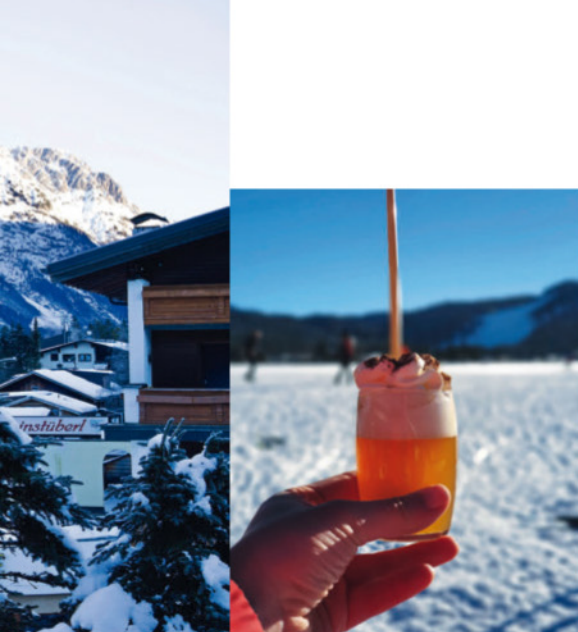
On vient dans les Seefeld été comme hiver pour se dépenser, respirer l'air pur, admirer de magnifiques paysages, se régaler de nourritures rassurantes.

Les fermiers alentour vous ouvrent leurs portes, même en leur absence. On choisit des tisanes de plantes locales, des fromages, du miel, de la viande séchée, des liqueurs de fruits, de l'artisanat... et on laisse ce que l'on doit dans une petite boîte en bois, une fois son choix fait.

Pour retrouver son âme d'enfant, on se couvre bien et on monte au sommet du Katzenkopf Leutasch, 1 200 mètres plus haut, pour en redescendre en luge et en hurlant... de joie. Une idée de vacances nature, bien-être et sans stress.



1. Le village de Leutasch.
2. La région des Seefeld est restée très authentique et de nombreuses fermes font le paysage.
3. L'hôtel Leutascherhof de Christian et Eveline Wandl est situé en plein cœur du village.
4. Sur le lac Weidachsee, on pêche comme autrefois.



RESTAURANT KÜHTAIERHOF À LEUTASCH

Impossible de ne pas s'asseoir autour d'une table de cette mythique auberge, accueillis par la famille comme si nous comptions parmi leurs amis. L'auberge et son décor de brocante semble être là depuis toujours. Ici, c'est la nature dans l'assiette. Beaucoup de produits cuisinés sont locaux : les céréales, les œufs des poules de l'auberge, le lait d'une ferme voisine... La recette gagnante, c'est l'amour et la convivialité : un beau programme que l'on retrouve dans des assiettes généreuses.



PÊCHERIE DU LAC WEIDACHSEE

Propriété royale au XV^e siècle, la pêcherie, avec ses 4 hectares de lac et 2,5 hectares d'étang et de forêts, appartient aujourd'hui à Thomas Angerer, qui gère la pisciculture, le fumoir et le restaurant où l'on se régale de truites et d'ombles chevaliers tout juste pêchés. Mais avant cela, les poissons auront eu une vie paisible pendant deux ans et demi dans une eau en provenance de la montagne et microbiologiquement pure. Chaussez vous-même de grosses bottes, munissez-vous canne et d'une épuisette mises à disposition par la pêcherie, et allez creuser un trou dans la glace pour pêcher comme on le faisait il y a déjà des centaines d'années.





LES KAISERSCHMARRN DU KÜHTAIERHOF

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 15 MIN
• CUISSON 8 MIN • ASSEZ FACILE
• BON MARCHÉ

• 4 œufs • 40 cl de lait • 30 g de beurre
• 120 g de farine • 40 g de sucre + 30 g
• 30 g de sucre glace • Sel

1. Mélangez les œufs entiers, la farine tamisée, 40 g de sucre et une pincée de sel. Versez le lait en fouettant pour éviter les grumeaux. Vous devez obtenir la consistance d'une pâte à crêpes épaisse.

2. Faites chauffer le beurre dans 1 grande poêle et versez la pâte. Laissez-la cuire pendant 3-4 min en passant sur les bords avec 1 spatule pour la décoller.

3. Lorsque la face inférieure devient dorée, retournez-la et continuez la cuisson. Coupez-la en 4 et retournez-la en la faisant sauter.

4. À l'aide de 2 spatules, coupez rapidement des bandes, puis des petits morceaux. Saupoudrez-les de sucre en poudre et faites-les sauter brièvement pour les garder moelleux. Saupoudrez-les de sucre glace juste avant de servir.

NOTRE CONSEIL : vous pouvez ajouter des raisins secs gonflés dans du rhum dans la pâte. Vous pouvez aussi battre les blancs d'œufs en neige et les incorporer dans la pâte. Mais pourquoi se fatiguer alors que c'est déjà délicieux comme cela ? Servez avec de la compote de pommes et un peu de confiture de prunes.



L'OMBLE CHEVALIER AU FOUR DU KÜHTAIERHOF

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 30 MIN • CUISSON 35 MIN • FACILE • ABORDABLE

- 4 filets d'omble chevalier • 800 g de pommes de terre vitelotte
- 8 carottes • 1 oignon • 5 brins de persil • 150 g de beurre
- 4 c. à soupe de farine • 50 cl de vin blanc • Sel • Poivre

1. Préchauffez le four à 200 °C. Rincez les filets de poisson, essuyez-les et passez-les dans la farine. Faites mousser 80 g de beurre dans 1 grande poêle pour faire dorer les filets pendant 3 min de chaque côté. Laissez au chaud.
2. Lavez tous les légumes, épluchez les carottes et coupez-les en 4 puis en 2 dans la longueur. Faites-les cuire avec les pommes de terre entières à l'anglaise pendant 15 min. Égouttez-les.
3. Épluchez et coupez l'oignon en cubes. Dans 1 grand plat creux allant au four, déposez l'oignon, puis les filets de poisson et les légumes. Ajoutez le beurre restant coupé en cubes, les feuilles des brins de persil. Salez, poivrez et arrosez avec le vin blanc. Enfourez pour 15 min.



STRUDEL AUX POMMES

POUR 4/6 PERS. • PRÉPARATION 20 MIN
• CUISSON 35 MIN • FACILE • BON MARCHÉ

- 4 pommes type reinette • 1 citron
- 30 g de beurre • 1 c. à soupe de lait
- 1 rouleau de pâte filo • 50 g de poudre d'amande • 1 c. à café de cannelle en poudre • 30 g de sucre glace

1. Préchauffez le four à 180 °C. Lavez et pelez les pommes. Coupez-les en cubes. Pressez-les dans 1 passoire pour en extraire le plus de jus possible. Citronnez-les avec le jus du citron.
 2. Faites fondre le beurre pendant 30 sec au micro-ondes. Déroulez le rouleau de pâte. Déposez 4 feuilles l'une sur l'autre en les décalant légèrement et badigeonnez la surface obtenue avec le beurre fondu.
 3. Mélangez les pommes, la poudre d'amande et la cannelle. Répartissez l'ensemble sur les feuilles de pâte et enroulez-les délicatement sur elles-mêmes pour former un boudin en veillant à ce que la préparation ne s'échappe pas des extrémités. Badigeonnez la pâte au pinceau avec le lait.
 4. Enfourez pour 35 min. Laissez un peu refroidir avant de saupoudrer le strudel de sucre glace juste avant de le servir accompagné d'une crème anglaise.
- NOTRE CONSEIL :** venu d'Europe centrale, le strudel est un dessert traditionnel en Autriche, en Hongrie, en Allemagne... Chaque pays, chaque pâtissier, chaque famille a sa propre recette et les variantes sont nombreuses. Si vous ne trouvez pas de pâte filo, utilisez de la pâte feuilletée.

ABONNEZ-VOUS À
Cuisine et Vins
DE FRANCE

25€
SEULEMENT

EN CADEAU

UN COFFRET DE 4 VERRES À VIN

L'ATELIER
FRANCE
1926
DU VIN



1 AN - 6 NUMÉROS
VERSIONS NUMÉRIQUES
INCLUSES

Découvrez le verre
qui fait parler le vin.
Conçu pour libérer
les arômes et
sublimer chaque
dégustation,
ce verre innovant
transforme votre
expérience
œnologique.



NERVURE
DES AROMES®
DANS LA
PARAISON

SIMPLE, RAPIDE ET SÉCURISÉ, 4 FAÇONS DE VOUS ABONNER !

1 ENTREZ LE CODE
222WP2
sur **magazines.fr**
LE SITE OFFICIEL D'ABONNEMENT

PAIEMENT PAR CARTE BANCAIRE

2  **PAR TÉLÉPHONE**
01 84 888 222
PRIX
D'UN APPEL LOCAL,
TRANSACTION
SÉCURISÉE.

3 
**EN FLASHANT
CE QR-CODE**

4 **CHÈQUE**

CHÈQUE LIBELLÉ À L'ORDRE DE CUISINE ET VINS DE FRANCE, JE REMPLIS ET RETOURNE CE BULLETIN SOUS ENVELOPPE NON AFFRANCHIE AVEC MON RÈGLEMENT À :
CUISINE ET VINS DE FRANCE - SERVICE RELATION CLIENT - LIBRE RÉPONSE 56 389 - 93309 AUBERVILLIERS CEDEX.

OUI, JE M'ABONNE 1 AN AU MAGAZINE CUISINE ET VINS DE FRANCE (6 N°) POUR 25 € AU LIEU DE 87,50€*
EN CADEAU LE COFFRET DE 4 VERRES À VIN L'ATELIER DU VIN

222WP2

Je renseigne mes coordonnées (EN MAJUSCULES)

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal :

Ville :

E-mail :

Téléphone :

☐ J'accepte de recevoir les offres de CUISINE ET VINS DE FRANCE, ainsi que celles du GROUPE MARIE CLAIRE sur des produits et services similaires à ma commande par voie postale, téléphone, et e-mail.

☐ J'accepte de recevoir les offres des partenaires de CUISINE ET VINS DE FRANCE et consens à ce que mes coordonnées (notamment mon adresse postale, mon numéro de téléphone, mon e-mail) leur soient communiquées.

Offre valable 3 mois (du 3/1/2025 au 3/4/2025) en France Métropolitaine, réservée aux nouveaux abonnés, et dans la limite des stocks disponibles. Photos non contractuelles. Pour l'étranger, veuillez nous consulter. L'envoi de votre premier numéro ainsi que votre cadeau se fera sous un délai de 3 à 4 semaines à compter de la date de réception de votre règlement. L'envoi du présent bulletin de souscription vaut prise de connaissance et acceptation des Conditions Générales de Vente accessibles à tout moment sur le site magazines.fr. Ce magazine est édité par la société MARIE CLAIRE ALBUM (RCS Nanterre 552 062 770). Conformément à l'article L 221-18 du Code de la Consommation, vous disposez d'un droit de rétractation pendant un délai de 14 jours ouvrés à compter de la réception du magazine. Une telle demande devra être adressée au Service Client par e-mail à leserviceclient@magazines.fr ou par courrier à Groupe Marie Claire - Service Client - 9 Place Marie Jeanne Bassot 92300 Levallois-Perret. Les informations collectées sont destinées à la société Marie Claire Album SAS, responsable de traitement. Elles sont utilisées à des fins de traitement et de gestion de votre abonnement. Le cas échéant, ces données pourront être communiquées à ses partenaires commerciaux à des fins de prospection uniquement si un consentement exprès a été donné en ce sens, lequel peut être retiré à tout moment. En application de la réglementation en vigueur relative à la collecte et au traitement des données personnelles, vous disposez des droits d'accès, de rectification, d'effacement, d'opposition, à la portabilité des données et à la limitation des traitements. Pour exercer vos droits, veuillez contacter le Groupe Marie Claire (GMC) par mail à dpo@gmc.tn.fr ou par courrier à Groupe Marie Claire-DPO - 9 Place Marie Jeanne Bassot 92300 Levallois-Perret, en justifiant de votre identité. Pour toute information complémentaire, consultez notre Politique de Confidentialité sur notre site magazines.fr.

Andrei Krasov/Getty Images/Stockphoto. v.lucia/gmc.

(*) Prix public TTC



Mon Carnet futé

DÉPAYSANTE ET
RÉCONFORTANTE
La cuisine de l'hiver

**UNE SEMAINE
DE RECETTES**
UNE IDÉE PAR JOUR

**ENVIE DE
RECETTES
CHINOISES**

LES CHOUX
ILS ONT
TOUT BON!

LES AGRUMES
DU PEPS DANS
NOS ASSIETTES

UNE SEMAINE EN CUISINE

PAS FACILE DE TROUVER CHAQUE JOUR DES IDÉES POUR CUISINER. DÉCOUVREZ DES RECETTES FACILES ET ORIGINALES POUR DES REPAS SAVOUREUX ET RÉCONFORTANTS.



CURRY DE POIS CHICHES AU LAIT DE COCO

POUR 2 À 3 PERS. • PRÉPARATION 30 MIN • CUISSON 20 MIN
• FACILE • BON MARCHÉ

• 400 g de pois chiches cuits • 1 boîte de concassé de tomate (une conserve de 400 g poids net) • 1 c. à soupe de concentré de tomate
• 1/2 citron vert • 3 gousses d'ail • 2 à 3 cm de gingembre frais
• 1 petit piment rouge • 1/2 bouquet de coriandre • 1 oignon • 20 cl de lait de coco Bionity • 1 yaourt à la noix de coco • 1 c. à café de cumin • 1 c. à café de coriandre • 1 cuillère à café de 4 épices
• 1 c. à café de curcuma • 1 c. à soupe d'huile d'olive • Sel • Poivre

1. Épluchez l'ail et le gingembre et mixez-les dans 1 petit hachoir avec le piment. Réservez.
 2. Dans 1 sauteuse, faites revenir l'oignon émincé avec l'huile d'olive sur feu moyen sans le laisser dorer. Il doit devenir tendre et translucide. Ajoutez-y alors la préparation à l'ail puis les épices et le concentré de tomate. Mélangez bien et laissez cuire pendant 1 min.
 3. Rincez les pois chiches et égouttez-les. Ajoutez le concassé de tomate, 15 cl d'eau, les pois chiches et le lait de coco et mélangez. Laissez cuire pendant 15 à 20 min à couvert sur feu moyen en mélangeant de temps en temps pour laisser la sauce s'épaissir.
 4. En fin de cuisson, assaisonnez de sel et de poivre. Ajoutez le jus du citron vert et la coriandre fraîche hachée. Servez avec du riz basmati, versez le yaourt à la noix de coco et parsemez de feuilles de coriandre.
- NOTRE BON CONSEIL :** vous pouvez agrémenter ce curry de légumes de saison (potimarron, patate et patate douce en automne, courgette en été, épinard frais haché, etc.).



NOTRE BON ACCORD

AOP Costières de Nîmes, Château de Nages, Cuvée JT blanc 2021, 22 €.

Cépages : 60 % roussanne, 25 % viognier, 15 % grenache blanc.

Des notes entre tilleul et amande et une bouche ample et gourmande, un côté anisé et de la fraîcheur, à ouvrir dès l'apéritif.

DHAL DE LENTILLES CORAIL À LA CLÉMENTINE DE CORSE

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 20 MIN • CUISSON 25 MIN
• FACILE • ABORDABLE

• 300 g de lentilles corail • 4 clémentines de Corse • 1 oignon • 20 g de gingembre • 400 g de tomates concassées (1 boîte) • 10 brins de coriandre fraîche • 20 cl de lait de coco • 1 c. à café de pâte de curry vert • 1 c. à café de curcuma en poudre • 30 ml d'huile d'olive • Sel • Poivre

1. Ciselez l'oignon, hachez le gingembre et faites-les revenir dans 1 cocotte avec l'huile d'olive pendant 2 à 3 min. Ajoutez la pâte de curry et le curcuma et poursuivez la cuisson pendant 2 min.
2. Ajoutez les lentilles corail, les tomates concassées et le lait de coco. Prélevez les zestes de 3 clémentines de Corse. Pressez leur jus et versez-le dans la cocotte. Ajoutez 30 cl d'eau et poursuivez la cuisson à feu doux pendant 20 min environ. Épluchez la dernière clémentine et coupez ses quartiers en 2, ajoutez-les à la fin de la cuisson.

3. Salez et poivrez. Parsemez de zestes de clémentine et de coriandre.
NOTRE BON CONSEIL : servez le plat avec des pommes de terre cuites à la vapeur.

NOTRE BON ACCORD

Domaine de Sauzet, Champ de la Croix 2020, 16,50 €.

Cépages : 46 % syrah, 35 % cabernet, 11 % grenache.

Un vin bio du pays d'Oc, puissant, légèrement boisé mais le tout sans excès, tout en souplesse et fraîcheur avec ses légères notes mentholées pour apporter du tempérament à cette recette épicée.



Clémentines de Corse

Mon carnet fûté

GROS CHOU FAÇON BOUCHÉE À LA REINE

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 20 MIN • CUISSON 30 MIN
• ASSEZ FACILE • ABORDABLE

POUR LES CHOUX : • 100 g d'emmental • 125 ml de lait • 80 g de beurre demi-sel • 4 œufs + un jaune pour la dorure • 150 g de farine • 1 pincée de noix de muscade • 2 pincées de sel • 2 tours de moulin à poivre. **POUR LA FRICASSÉE :** • 2 blancs de poulet • 400 g de champignons • 10 brins de persil • 1 échalote • 1 gousse d'ail • 15 g de beurre + 1 filet d'huile • 2 briquettes de crème entière • Sel • Poivre.

1. Préparez la pâte à choux. Dans 1 casserole, portez le lait avec 125 ml d'eau à ébullition avec la noix de muscade râpée, le sel et le poivre. Faites-y fondre le beurre. Hors du feu, ajoutez aussitôt la farine en une seule fois. Mélangez vigoureusement avec 1 spatule pour que la pâte forme une panade qui ne colle plus à la casserole. Remettez à feu doux et continuez à mélanger pendant 1 min pour assécher légèrement la pâte. Placez la panade dans 1 saladier froid. Dans 1 bol, cassez les œufs, battez-les en omelette et incorporez-les à la pâte en 4 fois. Ajoutez le fromage et mélangez bien avant de mettre dans 1 poche à douille.

2. Sur 1 plaque à four chemisée de papier sulfurisé, pochez 4 boules de pâte d'environ 10 cm de diamètre et 4 ronds plats de 5 cm de diamètre (pour les chapeaux). Badigeonnez-les de jaune d'œuf. Enfourez pour 10 min à 200 °C, puis 15 min à 180 °C. Évidez les 4 grosses boules.

3. Découpez le poulet en petits morceaux, salez, poivrez, faites-les revenir à la poêle avec la moitié du beurre et l'huile. Réservez. Faites revenir l'échalote et l'ail émincés avec le reste du beurre et faites-les suer pendant 5 min puis ajoutez les champignons et le persil ciselé. Faites cuire pendant 5 min à feu doux. Ajoutez la crème et laissez réduire 5 à 7 min. Remplissez les choux avec cet appareil, déposez les chapeaux sur le dessus.

NOTRE BON ACCORD

Chablis Joseph Drouhin, Réserve de Vaudon, 22,50 €.

Cépage : chardonnay.

Des notes citronnées qui titillent le nez pour une bouche ardente et nerveuse, tempérée par sa finesse. Un côté iodé qui aide à équilibrer la richesse du plat.





SOUPE NORDIQUE AU SAUMON

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 25 MIN • CUISSON 25 MIN • FACILE • ABORDABLE

• 500 g de saumon de Norvège sans peau • 400 g de pommes de terre fermes • 3 poireaux • 3 carottes • 1 oignon • 1 citron • 1 bouquet d'aneth fraîche • 2 feuilles de laurier • 200 ml de crème fraîche ou crème liquide • 1 noix de beurre • 1 c. à soupe de fumet de poisson • Sel • 1 c. à café de poivre en grains

1. Ciselez finement l'oignon. Coupez les poireaux en fines lamelles et lavez-les. Épluchez et coupez les carottes en rondelles puis coupez les pommes de terre en cubes.
2. Coupez le saumon de Norvège en gros cubes.
3. Dans 1 grande casserole, faites suer l'oignon, les poireaux et les carottes dans le beurre sans les faire colorer. Ajoutez les pommes de terre, les feuilles de laurier et les grains de poivre. Versez 1,5 l d'eau et ajoutez le fumet de poisson. Laissez mijoter pendant 15 min à feu moyen jusqu'à ce que les pommes de terre soient cuites.
4. Juste avant de servir, ajoutez les morceaux de saumon et la crème. Laissez frémir à feu moyen pendant 3 à 5 min jusqu'à ce que le saumon soit cuit. Attention à ne pas faire bouillir la crème. Couvrez et attendez encore 5 min.
5. Équeutez et ciselez l'aneth. Servez dans des assiettes creuses et saupoudrez d'aneth, de poivre noir et d'1 filet de jus de citron.

NOTRE BON ACCORD

Cassis blanc, Domaine du Bagnol 2023, 19,50 €. Un vin du Sud pour un plat du Nord ! Élégant et racé, des notes citronnées, agrumes et pêches, une belle tension, de la minéralité et un beau tranchant pour accompagner cette soupe gourmande.

GIGOLETTES DE LAPIN AUX POMMES, AU CIDRE ET À L'ESTRAGON

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 15 MIN • CUISSON 40 MIN

• FACILE • BON MARCHÉ

• 4 gigolettes de lapin Lapin & Bien • 200 g de lardons fumés • 6 pommes • 1 grosse échalote • 1 gousse d'ail • 6 brins d'estragon • 55 g de beurre • 1 c. à soupe rase de farine • 350 ml de cidre brut • 1 pincée de piment d'Espelette

1. Épluchez la gousse d'ail et l'échalote et coupez-les en dés. Lavez l'estragon et séchez-le. Pelez les pommes, épépinez-les, coupez-les en quatre et recoupez chaque quartier en trois.
2. Faites revenir les lardons dans 1 cocotte sans matière grasse pendant une petite dizaine de min. Récupérez-les à l'aide d'1 écumoire. Dans le gras de leur cuisson, faites revenir l'échalote et l'ail ciselés pendant 3 à 4 min. Ôtez-les, mettez-les avec les lardons. Ajoutez 25 g de beurre dans la cocotte et faites dorer les gigolettes de lapin pendant une petite dizaine de min, le temps qu'elles colorent bien de chaque côté. Saupoudrez-les de farine, mélangez, puis ajoutez l'ail et l'échalote, les lardons et l'estragon. Versez le cidre et décollez bien les sucs, remuez et faites cuire pendant 20 min à couvert.
3. Pendant ce temps, faites fondre 30 g de beurre à feu vif dans 1 poêle antiadhésive. Faites-y cuire les lamelles de pommes pendant 15 à 20 min. Il faut que les morceaux soient bien saisis et ne se transforment pas en purée. Saupoudrez d'un peu de piment d'Espelette.
4. Au moment de servir, regroupez dans 1 même plat le lapin, sa garniture et les pommes et ciselez quelques feuilles fraîches d'estragon. Servez bien chaud.

NOTRE BON ACCORD

Cairanne Cellier des dauphins, cuvée signature, 9 €. Une robe profonde pour ce vin légèrement épicé et fumé. Très facile à déguster, il est à la fois souple et présent. Pour se faire plaisir sans se ruiner.



FLAN PÂTISSIER MANGUE & PASSION

POUR 4/6 PERS. • PRÉPARATION 10 MIN • CUISSON 35 MIN
• FACILE • BON MARCHÉ

- 1 petite mangue • 3 fruits de la passion • 3 tranches de citron
- 10 feuilles de verveine ou de menthe • 3 gouttes d'arôme alimentaire de noix de coco • 1 litre de lait entier • 4 œufs
- 100 g de maïzena • 80 g de sucre

1. Préchauffez le four à 200 °C. Dans 1 saladier, fouettez les œufs, la maïzena et la moitié du sucre. Portez à ébullition le lait avec le reste du sucre et l'arôme de coco.

2. Versez progressivement le lait bouillant dans le saladier en fouettant énergiquement pendant 1 min. Reversez le tout dans la casserole et continuez la cuisson à feu moyen tout en remuant sans cesse avec 1 fouet. Lorsque le mélange a bien épaissi, versez-le dans 1 moule beurré et enfournez pour 30 à 40 min. Laissez dorer le dessus. Laissez refroidir et placez au frais pendant au moins 2 h avant de démouler.

3. Décorez avec des morceaux de mangue, les fruits de la passion, le citron et les feuilles de verveine.

NOTRE BON CONSEIL : vous pouvez également aromatiser votre flan avec de la vanille ou du chocolat, selon vos envies.

NOTRE BON ACCORD

Rasteau Domaine des Escaravilles ambré 2019, 21 €. Un vin riche issu d'une vendange de raisins à surmaturité. Des délicieuses notes d'oranges confites, de curry, une bouche caressante... une gourmandise à lui tout seul.



Photo & stylisme / Recette : Anne Veroustan / Oriel

Mon carnet fûté

CHOCOLAT CHAUD AU BEURRE DE CACAHUËTE

POUR 1 PERS. • PRÉPARATION 5 MIN • CUISSON 5 MIN • FACILE • ABORDABLE

- 250 ml de lait d'amande non sucré • 45 g de chocolat noir sans produits laitiers • 1 c. à soupe de sirop d'agave • 1 c. à soupe de cacao en poudre
- 1 c. à café d'extrait de vanille • 1 c. à soupe de beurre de cacahuète Jardin Bio étic. POUR LE TOPPING : 1 c. à soupe de chantilly • 1 c. à soupe de beurre de cacahuète • 10 g d'amandes concassées • 10 g de granola maison.

1. Dans 1 petite casserole, faites chauffer le lait à feu doux jusqu'à ce qu'il soit bouillant. Ajoutez le chocolat haché, l'agave, la poudre de cacao et l'extrait de vanille. Remuez jusqu'à ce que le chocolat fonde complètement. Retirez du feu et incorporez le beurre de cacahuète. Versez le chocolat chaud.

2. Réalisez le topping. Garnissez votre chocolat chaud de chantilly. Faites fondre le beurre de cacahuète au micro-ondes pendant 15 à 20 sec dans 1 petit bol et coulez-le sur la chantilly. Saupoudrez d'amandes concassées et de granola maison.

NOTRE BON ACCORD

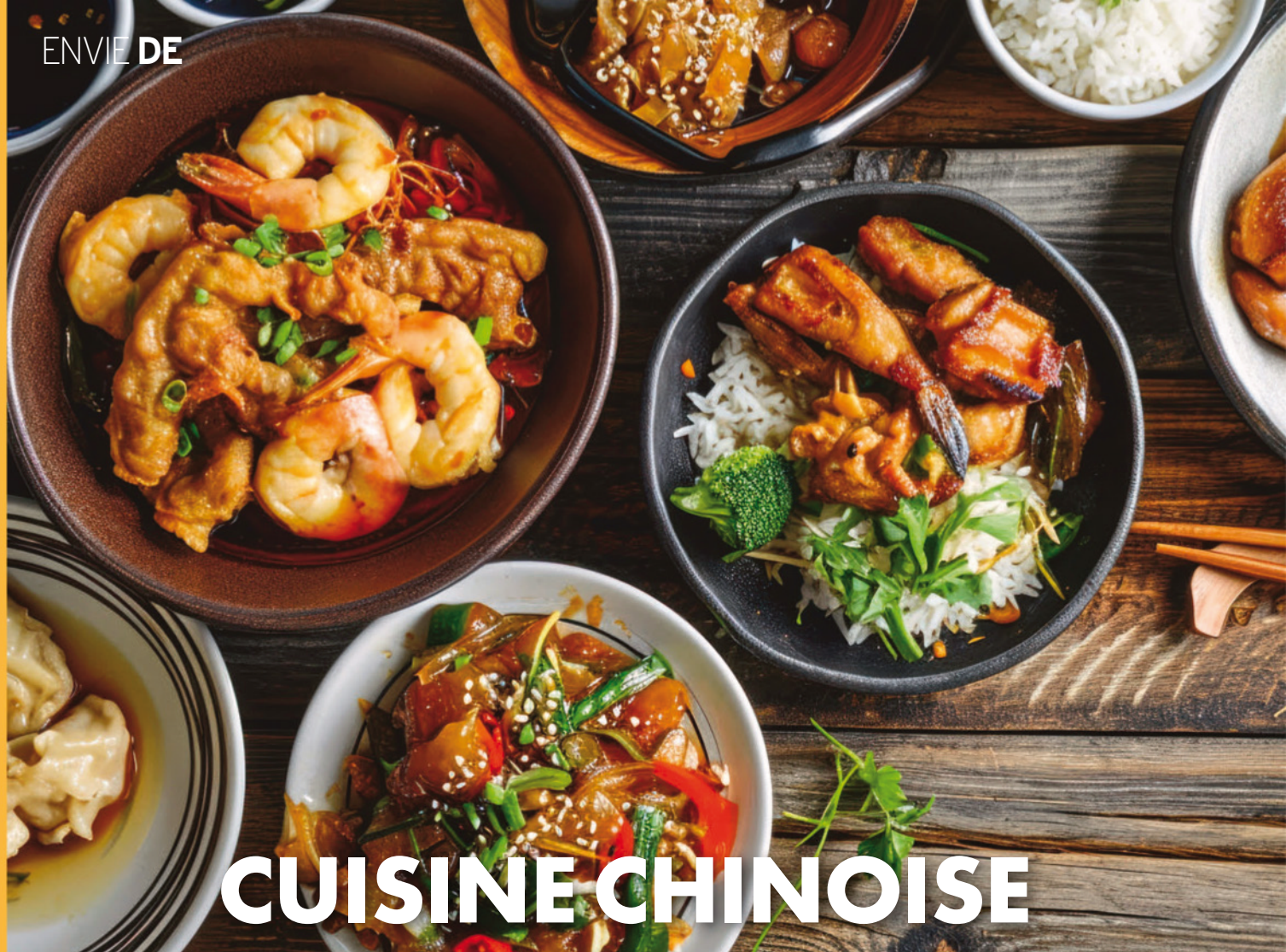
Château Desmirail 2022, 45 €.

Cépages : 40 % cabernet franc, 40 % cabernet sauvignon, 5 % petit verdot, 5 % cabernet franc.

Difficile d'assortir un chocolat chaud avec quoi que ce soit car il se suffit à lui-même, mais pourquoi pas ce vin qui vaut la peine à lui tout seul, dans un accord pas si décalé que cela avec ses notes chocolatées et sa rondeur.



Jardin bio étic



ELLE EST AUSSI VARIÉE QUE LE PAYS EST GRAND. SES PROVINCES, COMME NOS RÉGIONS, OFFRENT UNE GRANDE DIVERSITÉ DE SPÉCIALITÉS. LE 29 JANVIER, LE PAYS FÊTERA SA NOUVELLE ANNÉE, L'OCCASION DE SORTIR NOS BAGUETTES.

Par Sophie Menut Yovanovitch

SOUPE AUX VERMICELLES

POUR 4 PERS. Faites blanchir **100 g de vermicelles de riz** dans l'eau bouillante pendant 2 min, égouttez-les et rincez-les à l'eau froide. Faites chauffer **1 l de bouillon de volaille**, ajoutez **1 blanc de volaille** coupé en toutes petites lamelles, **3 champignons parfumés** préalablement trempés dans 1 bol d'eau chaude, **12 haricots mangetout** et **1 tranche de jambon cru** coupée en cubes. Laissez cuire pendant 7 min, ajoutez **1 ciboule** émincée finement, les feuilles de **3 brins de basilic chinois**, les vermicelles et **1 trait de sauce soja**. Laissez chauffer pendant 2 min.



SOUPE AIGRE-DOUCE

POUR 4 PERS. Faites chauffer **1 l de bouillon de volaille**, ajoutez **150 g de tofu ferme** coupé en cubes, **6 champignons de Paris** émincés et **1 boîte de pousses de bambou** égouttées. Dans 1 bol, mélangez **1 c. à soupe de maïzena** et 3 c. à soupe d'eau, puis incorporez-la à la soupe pour l'épaissir. Ajoutez **1 c. à soupe de vinaigre** et **2 c. à soupe de sauce soja**. Juste avant de servir, incorporez un œuf battu en remuant.

ŒUFS BROUILLÉS AU CRABE

POUR 2 PERS. Fouettez **4 œufs entiers** avec **75 g de chair de crabe émiettée** et **1 c. à soupe de nuoc-mam**. Émincez **1 cibette** et hachez **1 gousse d'ail**. Faites gonfler **2 champignons parfumés** dans 1 bol d'eau chaude pendant 10 min, égouttez-les et coupez-les en lamelles. Faites blondir ail et cibette avec **2 c. à soupe d'huile neutre** pendant 3 min dans 1 petite poêle, ajoutez les champignons puis, 2 min plus tard, le mélange œufs-crabe. Faites cuire sans cesser de remuer jusqu'à obtenir une consistance crémeuse.



YIN ET YANG L'HARMONIE EN CUISINE

Complémentaires, le yin et le yang se retrouvent en cuisine. Le yin évoque la fraîcheur et la féminité, symbolisées par les fruits et légumes. Le yang, plus masculin, concerne les aliments plus revigorants et épicés comme la viande et les fritures.

AUBERGINES FAÇON SICHUAN

POUR 4 PERS. Coupez 4 auberginés avec leur peau en petits morceaux. Faites-les sauter avec 3 c. à soupe d'huile dans 1 sauteuse pendant 5 min. Égouttez-les. Dans la même sauteuse, faites sauter 1 gousse d'ail, 1 noix de gingembre, 1 piment haché pendant 2 min. Dans 1 bol, mélangez 15 cl de bouillon de bœuf, 1 c. à soupe de sucre, 1 c. à soupe de vinaigre, 1 c. à soupe d'huile de sésame et 2 c. à soupe de sauce soja. Versez le contenu du bol dans la sauteuse, portez à ébullition et remettez les aubergines. Laissez cuire encore 5 min. Saupoudrez de graines sésame et de coriandre hachée.

CHOW MEIN (NOUILLES SAUTÉES)

POUR 4 PERS. Faites cuire 250 g de nouilles de blé chinoises selon les instructions. Égouttez-les. Dans 1 wok, faites sauter 1 gousse d'ail et 1 noix de gingembre hachées, ajoutez 250 g de viande de porc coupée en lamelles et faites-les cuire jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Ajoutez 1 carotte, 1 poivron et 1 oignon émincés et poursuivez la cuisson pendant encore 10 min. Ajoutez les nouilles et 3 c. à soupe de sauce soja. Mélangez bien et servez chaud.

RIZ FRIT

POUR 4 PERS. Dans 1 wok, faites chauffer un peu d'huile, ajoutez 2 œufs battus et faites-les cuire comme des œufs brouillés. Ajoutez 1 oignon émincé, 1 carotte coupée en cubes, 1 bol de petits pois décongelés, puis 400 g de riz cuit. Ajoutez 4 c. à soupe de sauce soja et un peu d'huile de sésame. Faites sauter tous les ingrédients jusqu'à ce qu'ils soient bien mélangés et chauds.

DUMPLINGS (RAVIOLIS CHINOIS)

POUR 4 PERS. Hachez 100 g de porc et 100 g de crevettes crues décortiquées. Hachez 3 feuilles de chou et 1 petit oignon. Faites-les cuire dans 2 c. à soupe d'huile pendant 5 min. Ajoutez-les au mélange porc-crevettes, avec 1 gousse d'ail hachée et 4 brins de persil ciselés. Versez 1 c. à soupe de sauce soja et mélangez bien. Déposez 1 noix de farce au centre d'1 carré de pâte à ravioli. Pliez-le hermétiquement. Procédez ainsi jusqu'à la fin des ingrédients. Faites cuire les raviolis à la vapeur ou faites-les frire jusqu'à ce qu'ils soient dorés.

CREVETTES SAUTÉES, SAUCE PIQUANTE

POUR 4 PERS. Décortiquez 500 g de crevettes crues, incisez-les sur le dos, retirez la veine dorsale et ouvrez-les comme un papillon. Salez-les et poivrez-les, roulez-les dans de la fécule de pomme de terre. Dans 1 bol, mélangez 1 gousse d'ail, 1 noix de gingembre et 1 petit piment hachés et versez 2 c. à soupe de sauce soja dessus. Faites sauter les crevettes dans 1 wok avec 4 c. à soupe d'huile d'arachide. Au bout de 5 min, ajoutez le contenu du bol et un peu de sauce piquante selon votre goût.

PORC AU CARAMEL

POUR 4 PERS. Coupez 500 g d'échine de porc en lamelles et faites-les dorer dans 2 c. à soupe d'huile pendant 5 min. Émincez 1 carotte, 1 oignon et 1 poivron en lamelles fines. Retirez la viande de la sauteuse et faites sauter les légumes à la place dans 1 c. à soupe d'huile pendant 5 min. Ajoutez 1 c. à soupe de gingembre en poudre, 1 c. à soupe de vinaigre balsamique et 1 c. à soupe de sauce soja. Laissez cuire 5 min. Ajoutez la viande. Préparez un caramel dans 1 petite casserole avec 75 g de sucre. Versez-le aussitôt dans la sauteuse et mélangez bien. Versez 1 c. à soupe de vinaigre de vin blanc, poivrez et mélangez bien. Servez avec du riz blanc.

BOEUF SAUTÉ AUX BROCOLIS

POUR 4 PERS. Mélangez 5 cl de sauce soja, 2 gousses d'ail et 1 noix de gingembre hachée. Faites mariner 300 g de tranches de bœuf finement coupées dans cette sauce pendant 1 h. Égouttez la viande. Faites-la sauter dans 1 wok jusqu'à ce qu'elle soit dorée, retirez-la du feu. Plongez 1 tête de brocoli coupée en fleurettes dans l'eau bouillante pendant 10 min. Égouttez-les. Ajoutez-les au bœuf dans le wok, mélangez, saupoudrez de graines de sésame et servez chaud.

BEIGNETS DE POMMES

POUR 2 PERS. Fouettez 2 œufs avec 250 g de farine et 1 petit verre d'eau. Épluchez 2 pommes et ôtez leur cœur avec 1 vide-pomme, coupez-les en grosses tranches. Plongez-les dans la pâte à beignet puis faites-les frire dans 1 l d'huile d'arachide brûlante jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Égouttez-les sur du papier absorbant. Faites chauffer 10 cl de miel avec 10 cl d'huile neutre dans 1 casserole. Trempez les beignets dans ce sirop brûlant puis plongez-les dans 1 saladier rempli d'eau et de glaçons. Dégustez-les aussitôt.



POURQUOI LES CHINOIS MANGENT AVEC DES BAGUETTES

L'usage des baguettes se serait répandu dès le XVI^e siècle avant J.-C. Tandis qu'en Europe, le couteau, qui sert tout aussi bien d'arme que d'accessoire à table, se généralise, les aristocrates chinois, qui accédaient au pouvoir par les études et non par la force, privilégient les baguettes en bois, ivoire ou nacre. Bannir le couteau signifiait laisser la violence en dehors des cuisines. Bienveillance et gentillesse au programme. « On se met à table pour manger et non découper des bêtes », dit le proverbe.





LES CHOUX, ILS ONT TOUT BON !

QU'ILS ÉVOQUENT DE BONS PLATS TRADITIONNELS OU DE PÉNIBLES SOUVENIRS DE CANTINE, LES CHOUX NE LAISSENT ASSURÉMENT PAS INDIFFÉRENT. D'ASPECTS FORT DIVERS ET DE GOÛTS MULTIPLES, ILS ONT EN COMMUN D'ÊTRE BONS POUR NOTRE SANTÉ. Par Jean-Michel Brouard

Alors que les températures diminuent et que les frimas s'installent, les potagers perdent progressivement de leur exubérance. Pourtant, dès l'automne et tout au long de l'hiver, un légume mérite le titre incontesté de roi, le chou. Ou plutôt les choux car la famille des brassicacées est vaste. Outre la moutarde, le navet, le raifort ou bien encore les radis, elle comporte également le genre *Brassica oleracea* qui inclut le chou frisé, le chou blanc, le chou rouge, le chou cabus mais aussi le chou kale, le brocoli, le chou romanesco,

le chou-rave ou bien encore le chou de Bruxelles. Au total, plus d'une dizaine de types différents composés de nombreuses variétés aux noms parfois voyageurs : le chou de Milan, le chou-fleur violet de Sicile, le quintal d'Alsace, le palmier noir de Toscane... Ceux-ci sont apparus à différentes périodes de l'histoire, le premier qui ait été cultivé dès l'Antiquité étant le chou kale. Par la suite, au gré des échanges commerciaux, d'autres variétés sont apparues autour de la Méditerranée et au Proche-Orient, la France les ayant

progressivement adoptées. Dès le Moyen Âge, choux frisé, cabus et pommé deviennent très communs dans les campagnes, principalement mangés par les paysans. La Renaissance verra quant à elle l'apparition du chou-fleur, du romanesco, du brocoli et du chou-rave.

LE LÉGUME AUX MILLE VERTUS D'HIPPOCRATE

Si les vertus nutritionnelles du chou kale ont été remises récemment sur le devant de la scène, faisant de ce dernier un

véritable incontournable bien-être, les atouts du chou sont célébrés depuis des millénaires. La mythologie grecque l'imaginait issu de la sueur de Zeus tombée sur terre. Pythagore en vantait les bienfaits, tout comme Hippocrate qui voyait en lui « le légume aux mille vertus ». C'est notamment grâce au chou que James Cook faisait distribuer à son équipage lors de son expédition dans le Pacifique entre 1768 et 1771 qu'aucun des marins ne mourut du scorbut. Pendant longtemps, les feuilles de chou étaient également utilisées pour soigner de nombreux maux. Dans son ouvrage *Notice sur les propriétés médicales de la feuille de chou* publié en 1875, le Docteur Blanc célèbre son action curatrice : « La feuille de chou, excellente pour le traitement des rhumatismes, est plus précieuse encore dans les affections suivantes : anthrax, phlegmon [...], plaies, tumeurs [...], panaris, ulcères. » Des cataplasmes de feuilles de chou continuent d'être appliqués pour tirer parti des propriétés cicatrisantes et calmantes.

UN ALIMENT À CONSOMMER L'ESPRIT LÉGER

Mais c'est surtout consommés que les choux révèlent tous leurs bienfaits. S'il y a bien un dénominateur commun à tous les choux, c'est leur faible teneur en calories. Étant composés très majoritairement d'eau, ils n'affichent en moyenne qu'une trentaine de calories pour 100 g. Ces légumes contiennent en outre une bonne quantité de fibres

qui permettent de favoriser la satiété et de faciliter le transit. Les choux de Bruxelles, avec 4 g/100 g, en sont bien pourvus, ainsi que le chou kale cru qui, lui, en contient près de 5 g/100 g. Consommés crus, ils sont aussi une très bonne source de vitamines, au premier rang desquels la vitamine C. Chou romanesco et brocoli crus affichent 70 mg/100 g, moins toutefois que le champion toute catégorie, le chou kale (145 mg/100 g). Ce dernier présente une concentration trois fois supérieure à celle de la pulpe d'orange !

Le chou vert et les choux de Bruxelles notamment constituent également une source importante de bêta-carotène, précurseur de la vitamine A (qui joue un rôle dans le fonctionnement normal du système immunitaire et de la vision), de vitamine K1 (indispensable pour la coagulation sanguine) et B9 (qui intervient dans la croissance et le renouvellement cellulaire).

La cuisson, notamment à l'eau bouillante, fait disparaître une part notable des vitamines, ce qui milite donc pour une cuisson rapide et modérée (wok) voire une consommation crue de ces produits, en taboulé notamment.

Côté sels minéraux, les choux ont tout bon et constituent de bons apports en potassium, calcium et phosphore qui interviennent respectivement dans le bon fonctionnement du système nerveux et de la fonction musculaire, la minéralisation et la bonne structure du squelette ainsi que dans la solidité des dents et

des os. Toujours en tête de peloton, le chou kale cru coche toutes les cases puisqu'il affiche les valeurs les plus élevées de potassium (375 mg/100 g), de calcium (185 mg/100 g, soit davantage que dans un yaourt nature) et de phosphore.

Enfin, des scientifiques s'intéressent au rôle que les glucosinolates, composés soufrés présents dans les choux, pourraient jouer dans la prévention de certains cancers. Plein de bonnes raisons de les intégrer davantage dans notre alimentation au quotidien.

FRICASSÉE AUX DEUX CHOUX

POUR 4 PERS. • PRÉPARATION 15 MIN
• CUISSON 20 MIN • FACILE • BON MARCHÉ

• 125 g de petits lardons fumés
• 1 petit chou frisé • 500 g de choux de Bruxelles • 1 oignon • 30 g de noisettes et amandes entières • 30 g de beurre
• Sel • Poivre du moulin



1. Lavez le chou frisé et ôtez ses premières feuilles. Retirez aussi le cœur et les côtes centrales un peu dures. Découpez les feuilles en lanières et faites-les blanchir 5 min dans 1 grande casserole d'eau bouillante salée.
2. Pendant ce temps, ôtez les premières feuilles des choux de Bruxelles, rognez un peu leurs pieds et coupez-les en 2.
3. Dans 1 sauteuse, faites fondre le beurre et faites blondir l'oignon haché. Au bout de 2 min, ajoutez les lardons et poursuivez la cuisson pendant 2 min.
4. Plongez les lanières de chou frisé et les choux de Bruxelles dans la sauteuse. Salez, poivrez, versez un verre d'eau et poursuivez la cuisson pendant 15 min à couvert. Si la préparation est trop sèche, rajoutez un peu d'eau ou de bouillon de volaille. Concassez grossièrement les fruits secs et ajoutez-les au moment de servir.

SAVEZ-VOUS CUISINER LES CHOUX ?

Choisissez des choux bien fermes, lourds et sans tache. Ceux-ci se conservent généralement une petite semaine au réfrigérateur. Si leur préparation suscite quelques appréhensions concernant l'odeur qui peut s'en dégager, de simples trucs de grand-mère très efficaces existent pour s'en prémunir. Il convient par exemple d'ajouter un croûton de pain ou bien un peu de bicarbonate de sodium dans l'eau de cuisson pour neutraliser les effluves. En outre, il est conseillé de blanchir quelques minutes les choux dans une première eau bouillante avant de terminer leur cuisson dans une seconde eau afin de faciliter leur digestion.



ET+ ENCORE

TRADITION

LA RECETTE DU 1^{ER} JANVIER SALADE DE LENTILLES

Pour assurer sa prospérité financière, on prévoit, le premier jour de l'année, de manger des lentilles, comme le veut la tradition. Dans 1 grande casserole d'eau salée, faites cuire 1 paquet de lentilles avec 1 carotte coupée en brunoise, 1 oignon piqué de clous de girofle et un bouquet garni à petits bouillons pendant 35 min. Égouttez les lentilles et ôtez le bouquet garni et l'oignon. Assaisonnez-les encore tièdes avec une vinaigrette composée de 2 c. à soupe de moutarde de Meaux, 3 c. à soupe de vinaigre de cidre, 4 c. à soupe d'huile de noix, 5 brins de cerfeuil ciselés, du sel et du poivre, et vous voilà presque Crésus !



ZOOM SUR

LE CHOU ROUGE

On ne sait pas toujours quoi en faire alors qu'il possède plein d'atouts : il ne vous ruinera pas, se conserve longtemps et ses vitamines assurent notre forme. Mangez-le cru coupé en fines lanières, mélangé à des pommes, des carottes et des oignons pour un coleslaw différent ou faites-le sauter dans un wok pour accompagner des viandes blanches ou un confit de canard ou braiser au four avec un peu de fond de volaille et du vin blanc.



LA RECETTE QUI LUI VA BIEN

SALADE DE CHOU ROUGE AUX NOIX



POUR 4 PERS. Lavez et émincez 1 grosse moitié de chou rouge en prenant soin d'enlever ses côtes. Concassez grossièrement 10 cerneaux de noix. Ajoutez-les avec 5 brins de persil ciselé et 2 brins de thym haché. Dans 1 bol, mélangez 4 c. à soupe d'huile de noix, 3 c. à soupe de moutarde et 1 c. à soupe de miel liquide, salez et poivrez, versez sur la salade de chou et ajoutez 12 cerneaux de noix entiers. Versez la préparation dans 1 petit plat et laissez prendre au frais au moins 2 h.

LA RECETTE QUI EN JETTE

CITRON EN GELÉE



POUR 4 PERS. Faites ramollir **2 feuilles de gélatine** dans 1 verre d'eau froide. Coupez le chapeau à **4 citrons**. Évidez-les délicatement à l'aide d'1 couteau incurvé. Récupérez la pulpe et mixez-la. Passez le jus obtenu à travers 1 passoire. Prélevez le zeste d'**1 citron** et pressez le jus. Versez-le dans 1 petite casserole et portez à ébullition. Arrêtez le feu, ajoutez la gélatine égouttée et mélangez vivement. Découpez **1 filet de daurade** en tout petits dés. Ajoutez les dés de poisson à la pulpe des citrons. Versez le jus de citron à la gélatine et **10 brins de ciboulette** ciselée. Salez et ajoutez **1 c. à soupe de baies roses**.



ANTI-GASPI

IL VOUS RESTE DU PAIN

- Réduisez-le en miettes dans un robot. Congelez-les pour les répartir dans le fond d'un moule à tarte. Faites-les dorer au four et parsemez-en vos salades.
- Émiettez-le grossièrement. Faites-le revenir dans un peu de beurre, 1 gousse d'ail écrasée et les zestes d'1 citron jusqu'à ce qu'il soit croustillant. Saupoudrez-le, sans l'ail, sur vos pâtes et risottos.
- Coupez le pain rassis en morceaux de la taille d'une bouchée. Ajoutez-les à 1 barquette de tomates cerise coupées en deux, 4 c. à soupe de câpres au vinaigre égouttées, 1 c. à soupe de pesto et 1 vinaigrette à l'ail. Servez comme une salade consistante.

BON À SAVOIR

2 FÉVRIER LA CHANDELEUR

« Si point ne veut de blé charbonneux, mange des crêpes à la chandeleur. »

Cette fête religieuse tire son nom des processions aux chandelles organisées pour célébrer la présentation de Jésus au temple. Aujourd'hui, la chandeleur est surtout le « jour des crêpes ». Crêpe que chacun se doit de faire sauter dans une poêle tout en tenant dans la main une pièce d'or pour assurer sa prospérité l'année durant.

Difficile de se procurer une pièce d'or, mais voici toujours la recette.

Versez **250 g de farine**, **25 cl de lait**, **4 œufs**, **50 g de beurre fondu**, un sachet de **sucré vanillé**, **1 c. à soupe de rhum** ou de **grand marnier** dans 1 blender. Mélangez bien le tout.



TOUR DE MAIN

FAIRE CUIRE UN ŒUF

Placez les œufs dans une petite casserole et ajoutez de l'eau froide jusqu'à les recouvrir (pas d'eau chaude qui fait craquer la coquille). Une fois l'œuf cuit, videz l'eau délicatement et faites couler de l'eau froide dans la casserole pour les rafraîchir. Plus l'œuf est frais, plus la coquille sera difficile à enlever.

Œuf à la coque : 2 minutes.

Le blanc est solide et le jaune est coulant. À déguster avec des mouillettes de pain.

Œuf dur : 8 minutes.

Blanc et jaune sont solides. Parfait dans vos salades de crudités.





NOMBRE DE CHEFS NE POURRAIENT PAS S'EN PASSER.
ZESTE, ÉCORCE, CHAIR, TOUT EST BON DANS LES AGRUMES.
FRUITS DE L'HIVER, ILS RÉVEILLENT NOS PLATS ET NOUS APPORTENT
LEUR LUMIÈRE ET LEURS VITAMINES. Par Sophie Menut Yovanovitch

SALADE DE FENOUIL À L'ORANGE

POUR 4 PERS. Lavez **2 fenouils** et émincez-les très finement. Épluchez **4 oranges** à vif, séparez les quartiers en passant avec 1 couteau près de leur membrane. Mélangez les fenouils, les quartiers et le **jus d'orange** récupéré. Ajoutez **50 g d'olives noires** dénoyautées, les feuilles de **4 brins de menthe** ciselés. Versez 5 cl d'**huile d'olive**, salez et poivrez.

TARTARE DE POISSON, CITRON VERT ET CITRON CAVIAR

POUR 4 PERS. Coupez **2 pavés de saumon** et **1 filet de dorade** en petits cubes et mélangez-les. Dans 1 bol, zestez **1 citron vert** et pressez son jus, versez **5 cl d'huile infusée au combava**, ajoutez **15 brins de ciboulette** ciselés, **3 c. à soupe de mayonnaise**, du sel

et du poivre et assaisonnez les poissons avec cet appareil. Répartissez le tartare dans des assiettes en le tassant dans des emporte-pièces. Sur le dessus, posez 1 petite c. à café d'**œufs de saumon** et les grains d'**1/2 citron caviar** par personne.

FETTUCINE AU CITRON

POUR 4 PERS. Prélevez les zestes d'**1 citron** et pressez son jus. Faites chauffer **25 cl de crème liquide** dans 1 petite casserole. Salez, poivrez, ajoutez une pincée de **noix de muscade**, **125 g de comté râpé**, les zestes et le jus du citron. Laissez cuire le tout pendant 2 min et réservez au chaud. Faites cuire **500 g de pâtes fraîches** dans 1 casserole d'eau salée. Égouttez-les dès qu'elles remontent à la surface. Versez la sauce et dégustez bien chaud.

ORANGETTES

POUR 1 GRAND BOL. Prélevez l'écorce de **4 oranges** à l'aide d'1 couteau économe. Recoupez-les en fins bâtonnets. Faites-les

blanchir 3 fois de suite dans 1 casserole d'eau bouillante en changeant l'eau à chaque fois. Égouttez-les et pesez-les. Remplacez-les dans 1 petite casserole. Ajoutez-leur le même poids de **sucre**, couvrez avec un peu d'eau et laissez cuire pendant environ 15 min à feu doux. Déposez-les en les espaçant sur 1 feuille de papier cuisson. Laissez-les sécher un peu. Saupoudrez-les généreusement de **sucre en poudre** en prenant soin de les tourner sur chaque côté afin de bien les enrober.

SARDINES POÊLÉES AU BEURRE YUZU

POUR 4 PERS. Demandez à votre poissonnier de lever les filets de **12 sardines**. Dans 1 bol, mélangez **1 cébette** et **1 gousse d'ail** hachée avec **5 cl de jus de yuzu**, **30 g de beurre** et **10 brins de persil** hachés. Salez, poivrez. Versez **2 c. à soupe d'huile d'olive** dans 1 grande poêle et faites saisir les filets de poisson pendant 2 à 3 min de chaque côté. Une minute avant la fin de la cuisson, ajoutez le contenu du bol. Rectifiez l'assaisonnement. Servez bien chaud.

VEAU AUX AGRUMES

POUR 4 PERS. Épluchez **2 oranges** et **2 citrons** avec 1 couteau pour prélever leur écorce en prenant soin de ne pas prendre leur membrane blanche amère. Coupez l'écorce en petits dés. Pressez le jus des fruits. Faites blanchir les dés d'écorce d'agrumes dans 1 casserole d'eau bouillante pendant 3 min puis égouttez-les. Épluchez et hachez **1 oignon**, **1 gousse d'ail** et **1 échalote**, faites-les blondir dans **2 c. à soupe d'huile d'olive** pendant 5 min dans 1 sauteuse, ajoutez **1 c. à soupe de thym**, les dés d'agrumes et la moitié de leur jus. Versez **5 cl de vin blanc** et poursuivez la cuisson pendant 5 min. Laissez au chaud. Faites poêler **4 côtes de veau** dans **2 c. à soupe d'huile neutre** pendant 7 min de chaque côté. Cinq minutes avant la fin de la cuisson, versez **15 cl de crème** et le reste du jus d'agrumes puis le mélange aux oignons. Servez la viande avec sa sauce et un peu de riz.

COUSCOUS SUCRÉ ET POMELO

POUR 4 PERS. Placez **3 verres de graines de couscous** dans 1 saladier. Versez 2 grands verres d'eau chaude dessus. Mélangez et laissez gonfler la graine. Rincez **50 g de raisins secs** et **50 g de cranberries** sous l'eau chaude et laissez-les gonfler dans **5 cl d'eau de fleur d'oranger**. Épluchez **1 pomelo**. Ôtez son écorce et sa membrane et « effilochez-le » un peu. Coupez **1 grenade** en 2 et récupérez ses graines. Pressez le jus d'**1 orange**. Ajoutez-y **30 g de sucre en poudre** et mélangez. Versez-le sur la graine de couscous. Ajoutez la chair du pomelo, les fruits secs et les graines de grenade. Mélangez délicatement l'ensemble et placez le saladier au réfrigérateur pendant au moins 2 h avant de servir.

CRÈME CITRON PASSION

POUR 4 PERS. Prélevez les zestes de **3 citrons** et pressez leur jus. Dans 1 bol, fouettez **120 g de sucre** avec **4 œufs entiers**. Ajoutez **120 g de beurre mou**. Ajoutez la pulpe de **2 fruits de la passion**, le jus et zestes des citrons. Posez le bol sur 1 bain-marie et fouettez afin de faire épaissir la crème. Passez-la au chinois et laissez-la refroidir. Répartissez la préparation dans des petits ramequins et laissez refroidir. Placez au frais au moins 2 h avant de déguster.

MOUSSE AU CITRON

POUR 4 PERS. Séparez les jaunes de **3 œufs**. Fouettez-les avec **100 g de sucre** dans 1 petite casserole. Lavez et râpez **3 citrons verts**. Pressez le jus. Ajoutez le tout dans la casserole. Incorporez **20 g de maïzena** en la tamisant et faites épaissir le tout à feu doux pendant

5 min. Hors du feu, ajoutez **20 g de beurre**. Battez les blancs en neige très ferme et incorporez-les délicatement au mélange refroidi. Répartissez l'ensemble dans des jolis verres et laissez au frais pendant au moins 2 h. Juste au moment de servir, émiettez un **spéculoos** au-dessus de chaque verre.

CONFITURE AUX TROIS AGRUMES

POUR 4 POTS. Lavez **1 pamplemousse rose**, **2 oranges** et **2 citrons** non traités. Jetez-les dans 1 grande casserole d'eau bouillante et laissez-les cuire pendant 15 min. Égouttez-les, laissez-les un peu refroidir et découpez-les en lamelles fines en prenant soin de récupérer leurs pépins au fur et à mesure et de les conserver dans 1 mousseline. Placez les rondelles de fruits dans 1 grand saladier avec le même poids de **sucre** et laissez-les mariner pendant une nuit. Le lendemain, renversez le saladier dans 1 grande casserole, ajoutez un demi-litre d'eau et laissez cuire pendant 45 min env, jusqu'à rendre les fruits translucides. Conditionnez en pots.



KUMQUATS CONFITS

POUR 2 POTS. Lavez **250 g de kumquats** et piquez-les par endroits avec 1 cure-dent. Versez 50 cl d'eau dans 1 casserole et ajoutez **300 g de sucre en poudre**. Ajoutez les fruits et laissez-les cuire pendant 10 min. Arrêtez le feu, laissez refroidir. Remettez à cuire encore 10 min et laissez refroidir. Reproduisez l'opération encore une fois. Confectionnez une pâte et dégustez-la avec des fromages blancs ou de la viande froide.

LA FARANDOLE DES AGRUMES

Citron vert, jaune, caviar, yuzu, cédrat, clémentine, orange, pamplemousse, pomelo, kumquat, calamondin, main de bouddha, sudachi... les agrumes nous viennent majoritairement d'Asie. Ils atteignent la Mésopotamie au premier millénaire avant notre ère, puis les rivages de la Méditerranée entre le XVIII^e et le IV^e siècle avant J.-C.

L'essor du commerce maritime au XV^e siècle permet leur diffusion à travers le monde.

Au fil du temps, de nouvelles formes hybrides et variétés sont apparues, fruits de rencontres d'agrumes entre eux.



LE NOPAL, TRÉSOR DES MEXICAINS

CE CACTUS AU NOM COMMUN DE FIGUIER DE BARBARIE CONSTITUE UN ÉLÉMENT CENTRAL DE LA TRADITION MEXICAINE, NOTAMMENT CULINAIRE. ENCORE PEU CONSOMMÉ EN FRANCE, VOICI UN VÉGÉTAL QUI CACHE BIEN SON JEU. Par Jean-Michel Brouard



En regardant attentivement le drapeau du Mexique, on remarque sur la bande blanche centrale, encadrée de vert et de rouge, une représentation d'un aigle dévorant un serpent. Le rapace est posé sur un nopal aux fruits rouges caractéristiques. Cette cactacée est au cœur de la légende de la fondation de la ville de Tenochtitlán par les Mexicas (véritable nom des Aztèques), future Mexico. C'est cette scène avec l'oiseau, précédemment annoncée par le dieu de la guerre Huitzilopochtli, qui fut décisif dans le choix du site pour bâtir la cité. Le nopal est donc sacré et profondément ancré dans la culture mexicaine.

Poussant dans les régions arides, la plante s'est pourtant acclimatée sur tout le pourtour du bassin méditerranéen après avoir été importée en Europe par les conquistadors. *Opuntia ficus-indica* peut atteindre plusieurs mètres de hauteur dans le sud de la France, de l'Espagne, de l'Italie mais aussi au Maghreb. Elle est reconnaissable par ses grandes raquettes vertes dotées d'épines qui portent à l'automne des fruits colorés, allant du jaune au violet foncé, les fameuses figues de Barbarie, les **tunas** au Mexique.

FRUITS ET CLADODES, TOUT SE MANGE

Parfumés et goûteux, les fruits doivent être récoltés avec des gants car s'ils paraissent lisses, ils sont en réalité recouverts d'une myriade de minuscules épines qui s'avèrent très douloureuses lorsqu'elles s'enfoncent profondément dans la peau. Une fois la peau ôtée, c'est une chair magnifique qui se dévoile, constellée de pépins foncés et durs. Pouvant être consommée telle quelle, elle se révèle délicieuse préparée en confiture, exhalant son arôme de mangue. Plus inattendus, les cladodes, les tiges vertes et aplaties de la plante (qui se comportent en réalité comme des feuilles), sont fréquemment cuisinés au Mexique. À l'instar des fruits, leur utilisation nécessite un nettoyage préalable en règle, en grattant avec un couteau pour

ne laisser aucune épine. Ils sont ensuite taillés en lanières ou en cubes pour être bouillis dans une eau salée jusqu'à leur attendrissement et leur changement de couleur vers un vert plus foncé. Après avoir été essorés, ils peuvent être consommés avec du riz, sautés puis incorporés dans une omelette, intégrés dans une soupe, mélangés à de la tomate, des oignons et du piment... Crus, ils s'avèrent aussi délicieux, rappelant selon les cas le concombre, le haricot vert, la fève ou bien encore le petit pois.

UN REMÈDE RÉPUTÉ CHEZ LES MEXICAS

Si l'industrie pharmaceutique lui prête diverses vertus, vantées dans des compléments alimentaires, il convient de rester prudent en l'absence d'études scientifiques suffisamment probantes. Cependant, les raquettes, surtout lorsqu'elles sont consommées jeunes, sont riches en vitamine C, en fibres, en calcium, en magnésium, en potassium et en cuivre. Le mucilage, substance visqueuse contenue dans les tiges, contribue notamment à apaiser les maux d'estomac. La figue de Barbarie pour sa part s'avère être une très bonne source de fibres, de calcium et de potassium. L'huile extraite de ses graines est riche en vitamine E aux effets antioxydants qui aide à protéger les cellules et à lutter contre les radicaux libres.

ADAPTÉ À NOS CLIMATS

Il existe plus de 200 variétés de cactus regroupées sous le nom de figuier de Barbarie, et toutes peuvent facilement être plantées. La première méthode consiste à récupérer des graines dans les fruits, à les faire sécher quelques semaines avant de les semer dans un terreau recouvert de sable. Une autre solution plus simple consiste à couper une raquette entière, à laisser l'extrémité taillée sécher quelques semaines, puis à la planter directement au tiers de sa hauteur dans un terreau bien drainant. Rapidement, la plante va s'enraciner et laisser pousser de nouvelles raquettes.

P. 6 SHOPPING

Activia: Activia.fr/
Aarke: Aarke.com
Arnaud Larher: Arnaudlarher.com/
Bacha coffee: Bachacoffee.com
Bjorg: Bjorg.fr/
Bonnat: Bonnat-chocolatier.com/fr
Bonnerterre: Bonnerterre.fr/
Château Beaulieu: Chateau-beaulieu.com/
Clipper: Clipper-teas.fr/
Dammann: Dammann.fr/fr/
Degrenne: Degrenne.fr/
Divin: Divinolow.fr/
French Bastards: Thefrenchbastards.fr/fr
Hôtel Lutetia: Hotellutetia.com/fr
Isigny Ste Mère: Isigny-ste-mere.com/
Jukes: Jukescordialities.com/pages/france
JuraFlore: Cremerie-juraflore.com/
Kikkoman: Kikkoman.fr
KoRo: Koro.fr
Labo Dumoulin: Lelabodumoulin.fr/
Ladurée: Laduree.fr/
La Maison du Chocolat: Lamaisonduchocolat.com/fr_fr
Les Deux Magots Paris: Lesdeuxmagots.fr/
Malongo: Malongo.com
Marcel bio: Marcel-bio.com/fr/node/1
Meert: Meert.fr/fr/
Melifera: Melifera.fr/
Monoprix: Monoprix.fr/
MontGenep: melangedesalpes.com
Nivers: Nivers.fr/
Non sans Raison: Nonsansraison.com
Nutrielement: Nutrielement.com
Palais des thés: Palaisdesthes.com/fr
TeaTap: Teatap.com/fr
Terraillon: Terraillon.com/fr
Vivien Paille: Vivienpaille.fr/
Wolfberger: Wolfberger.com

P. 14 RESTOS

Adela: 20, rue du fbg Poissonnière, Paris 10. Adela-pasta.com
Assinie: 74, rue de Tocqueville, Paris 17, Tél. : 01 73 54 73 73.
Fellows: 84, rue du faubourg Saint-Denis, Paris 10. Fellows-restaurant.com
Osmossi: Maison Mavrommatis, 70, av. Paul Doumer, Paris 16, Tél. : 01 40 50 70 40.
Vendémiaire: 54, bd de la Tour Maubourg, Paris 7, Tél. : 01 47 05 89 86.

P. 15 ON AIME

Hôtel Le grand Quartier: 15, rue de Nancy Paris 10. Tél. : 01 76 21 61 61. Legrandquartier.com/
J.M. Weston: Eujmweston.com/
Maison Lehmann: 1, quai de Conti Paris 6. Lehmann-sa.com
Sébastien Gaudard: Sebastiangaudard.com/
Tariquet: Tariquet.com/

P. 38 DANS LES VIGNES

Domaine Roche: 1715, route de Carpentras, Cairanne. Tél. : 06 74 55 57 33.
Clos Romane: 215, avenue de la Libération, Cairanne. Tél. : 06 19 92 37 66.
Domaine Brusset: 70, chemin de la Barque, Cairanne. Tél. : 04 90 30 82 16.
Domaine de l'Oratoire Saint-Martin: 70, route de Saint-Roman, Cairanne. Tél. : 04 90 30 82 07.
Domaine Alary: 1345, route de Vaison, Cairanne. Tél. : 04 90 30 82 32.
Domaine Rabasse Charavin: 1030, chemin des Girards, Cairanne. Tél. : 04 90 30 70 05.

Domaine Boisson: 365, chemin du Moulin, Cairanne. Tél. : 04 90 30 70 01.
Les Chemins de Sève: 2365, route d'Orange, Vaison-la-Romaine. Tél. : 06 63 37 44 61.
Castel Mireio: route de Carpentras, Cairanne. Tél. : 04 90 30 72 18.
Le Tourne au Verre: 5, route de Carpentras, Cairanne. Tél. : 04 90 30 72 18.
Coteaux et fourchettes: 3340, route de Carpentras, Cairanne. Tél. : 04 90 66 35 99.
Di.vins Secrets: 3, rue Eugène Bard - Sainte-Cécile-les-Vignes. Tél. : 09 80 83 42 75.
Le Vieux Platane: 350, chemin du Moulin, Cairanne. Tél. : 04 32 80 01 69.

P. 44 DÉGUSTATION

Comte Armand: 7, rue de la Mairie, Pommard. Tél. : 03 80 24 70 50.
Clairmont: 755, route des Vignes, Beaumont-Montoux. Tél. : 04 75 84 61 91.
Château Trianon: Saint-Émilien. Tél. : 05 57 25 34 46
Château de Minière: 25, rue de Minière, Coteaux-sur-Loire. Tél. : 02 47 96 94 30.
Château La Conseillante: 130, rue de Catusseau, Pomerol. Tél. : 05 57 51 15 32.
Maison Louis Latour: 18, rue des Tonneliers, Beaune. Tél. : 03 80 24 81 00.
Domaine de la Ferrandière: La Ferrandière, Aigues-Vives. Tél. : 04 68 79 29 30.
Langlois: 3, rue Léopold Palustré, Saumur. Tél. : 02 41 40 21 40.
Cave de Turckheim: 16, rue des Tuileries, Turckheim. Tél. : 03 89 30 23 60.
Vignobles Brumont: 32 400 Maumusson Laguan. Tél. : 05 62 69 74 67.
Simonnet-Febvre: 9, avenue d'Oberwesel, Chablis. Tél. : 03 86 18 95 69.
The Deacon: www.facebook.com/deaconwhisky

P. 48 À CHACUN SA BOUTEILLE

Red Katz: 14 Rue de Cléry, Paris 2. Tél. : 06 98 27 98 50.

P. 60 BEAUX MARIAGES

Famille Fabre: Château de Luc, 1 rue du château, Luc-sur-Orbieu. Tél. : +33 4 68 27 10 80. |
Maison Brotte: av. Pierre de Luxembourg, Châteauneuf-du-Pape. Tél. : 04 90 59 44.
Champagne Tarlant: 21, rue de la coopérative, Oeuilly. Tél. : 03 26 58 30 60.

P. 64 EN COULISSES

Ducasse Baccarat: 11, place des États-Unis, Paris 16. Tél. : 01 84 75 13 15. Ducasse-baccarat-paris.com

P. 72 C'EST DU GÂTEAU

Inspirations By Arnaud Coutret: Arnaud Coutret (@arnaud_coutret)

P. 78 ESCAPADE

Hôtels Beachcomber: Beachcomber-hotels.com/fr/hotels-ile-maurice
Les Rûchers de Senneville: sales@beeworks.mu
Leutascherhof: Weidach 305, 6105 Leutasch, Autriche
Tél. : +43 5214 6208.
Kühntaierhof: Kirchplatzl 139, 6105 Leutasch, Autriche
Tél. : +43 5214 6226
Pêcherie Weidachsee: Am Weidachsee 289, 6105 Leutasch, Autriche
Tél. : +43 5214 6141.
Seefeld: www.seefeld.com

NOS ENTRÉES

Apéro gourmand, n° 218, p. 109
 Arancini, **HS été**, p. 88
 Asperges vertes, crêmeux de chèvre et haddock, n° 218, p. 24
 Aubergines alla melanza, **HS été**, p. 96
 Avocat crevettes « revisité », n° 221, p. 101
 Beignets de courgette aux herbes, n° 219, p. 22
 Beignets de rutabaga aux épices, n° 221, p. 130
 Boules de riz, n° 219, p. 104
 Bricks à la fêta et au miel, n° 220, p. 113
 Bruschetta à l'espadon et à la menthe, **HS été**, p. 74
 Cake à la farine de riz et chorizo, n° 220, p. 103
 Cake au quinoa, n° 219, p. 105
 Carpaccio à burrata, **HS été**, p. 87
 Carpaccio de chou-rave et pomme granny, n° 216, p. 103
 Carpaccio de tomate, crème de tonnat, n° 219, p. 36
 Ceviche d'huîtres aux agrumes et gingembre, n° 216, p. 73
 Coleslaw blanc aux légumes racines, n° 216, p. 103
 Cracker au houmous et crudités, n° 218, p. 38
 Crème de céleri et pomme granny, n° 221, p. 116
 Crème de cresson et pommes de terre, pommes paille, n° 216, p. 53
 Crème de lentilles corail, n° 217, p. 103
 Crème de potiron aux moules, n° 220, p. 27
 Crêpes aux pommes de terre et maïs, n° 216, p. 92
 Crevettes pil-pil, **HS Vins**, p. 39
 Crevettes sautées épicées, n° 217, p. 103
 Croustillants au boudin, n° 221, p. 117
 Crudités, sauce anchoïade, n° 219, p. 24
 Curry de salsifis au lait de coco, n° 216, p. 103
 Dattes au foie gras, n° 221, p. 143
 Empanadas, n° 219, p. 56
 Feuilleté au chèvre et aux figues, n° 220, p. 113
 Feuilletés au fromage, n° 217, p. 92
 Feuilleté aux anchois, n° 219, p. 26
 Feuilleté aux escargots, n° 220, p. 58
 Figs à la fêta, n° 220, p. 110
 Figs rôties farcies à la mozzarella et à la fêta en feuille de figuiers, n° 220, p. 34
 Flan aux deux saumons, n° 221, p. 145
 Flan de tomate à la Provençale, n° 219, p. 37
 Flans d'artichauts, n° 217, p. 17
 Fans de volaille, n° 221, p. 143
 Foie de canard à la vanille et déclinaison de pommes, n° 216, p. 83
 Foie gras à la truffe, n° 221, p. 113
 Foie gras traditionnel, n° 221, p. 113
 Focaccia aperitivo aux saveurs et couleurs d'Italie, **HS été**, p. 82
 Focaccia au gorgonzola, **HS été**, p. 96
 Focaccia aux tomates, n° 219, p. 36
 Focaccia d'Émilie-Romagne à la ricotta et au saucisson, **HS été**, p. 83
 Focaccia peperonata poivronnade, **HS été**, p. 83
 Focaccia Roma façon carbonara, **HS été**, p. 83
 Fonds d'artichauts gratinés, n° 217, p. 16
 Gaspacho de concombre au lait de coco, n° 219, p. 65
 Gaspacho de melon et fromage frais, n° 219, p. 27
 Gougères d'Albéric Bichot, n° 220, p. 56
 Gravlax de saumon, n° 221, p. 144
 Houmous courgette et fanes de radis, n° 220, p. 98
 Huîtres au crumble de curry, n° 216, p. 73
 Huîtres en ravigote, grenier médocain, croustillant et caviar, **HS Vins**, p. 51
 Mousse légère d'époisses, chutney de carottes, **HS Vins**, p. 53
 Œuf cilbir au butternut, lard et raisin au miel, n° 220, p. 35

Œufs cocottes printaniers à la Cancoillotte, n° 218, p. 96
 Crostata di pomodoro e ricotta, **HS été**, p. 89
 Œuf en meurette de Rémi Genots, n° 220, p. 59
 Œuf fermier cuit à 63 °C, bissara de haricot de Soissons et sauce chermoula, n° 219, p. 71
 Œuf mollé à la crème de maïs, n° 220, p. 82
 Escargots de Bourgogne persillé, royale de céleri, n° 218, p. 92
 Pâté aux patates bourbonnais, n° 216, p. 32
 Pâté de Pâques, n° 217, p. 88
 Pizzette talegio, oignon frais, pousses d'épinards, poire, œufs, n° 220, p. 33
 Poireaux, œuf poché et mayonnaise d'herbes, n° 218, p. 91
 Pomme de terre écrasée burrata saumon, **HS été**, p. 96
 Praires aux fruits de la passion, n° 221, p. 143
 Raïta de concombre, n° 219, p. 106
 Rillettes de saumon aux baies roses, n° 221, p. 144
 Röstis de navets et salade de mâche, n° 216, p. 76
 Rouleaux d'aubergines à l'italienne, n° 220, p. 112
 Rouleaux d'aubergines aux noix, n° 217, p. 51
 Rouleaux de courgettes à la tomate, **HS été**, p. 88
 Salade au roquefort et reines-claude, n° 220, p. 29
 Salade au saumon à la suédoise, n° 221, p. 144
 Salade d'asperges aux agrumes, n° 218, p. 25
 Salade d'aubergine à la marocaine, n° 219, p. 99
 Salade d'aubergines et grenade, n° 219, p. 99
 Salade de betterave aux œufs durs et à l'anchois, n° 216, p. 103
 Salade de betterave rouge au parmigiano reggiano et sauce aux herbes, **HS été**, p. 87
 Salade de chou frisé aux œufs, n° 221, p. 32
 Salade de confit de canard aux agrumes, n° 219, p. 95
 Salade de haricots, crevettes et ricotta, **HS été**, p. 26
 Salade de haricots verts du jardin de Manuelas, n° 220, p. 96
 Salade de l'été indien, n° 220, p. 113
 Salade de melon, avocat, crevettes, n° 219, p. 28
 Salade de pastèque à la fêta, n° 219, p. 104
 Salade d'épinards aux moules, n° 216, p. 20
 Salade de papaye verte, n° 221, p. 36
 Salade de pâtes froides au melon, n° 219, p. 28
 Salade de poivron aux anchois, n° 219, p. 26
 Salade de pois chiches et fêta, n° 219, p. 80
 Salade de pomme de terre « au vert », n° 218, p. 82
 Salade de potimarron à la grenade, n° 221, p. 142
 Salade de roquette au pecorino, **HS été**, p. 96
 Salade de tomate à la ricotta, **HS été**, p. 28
 Salade de tomates et son granité chèvre-basilic, **HS été**, p. 86
 Salade fenouil, orange et olives, **HS été**, p. 27
 Saumon aux épices, n° 221, p. 143
 Saumon fumé, chantilly au gingembre, n° 217, p. 103
 Soufflé truffe blanche, vanille, n° 221, p. 122
 Soufflés aux carottes et cantal, n° 216, p. 88
 Soupe à la norvégienne, n° 216, p. 57
 Soupe de fanes de radis, n° 217, p. 92
 Soupe de haricots blancs à la scamorza fumée, **HS été**, p. 97
 Soupe de poisson nordique, n° 221, p. 145
 Soupe de topinambours et pancetta, n° 216, p. 103
 Soupe froide de courgette et avocat, n° 219, p. 23
 Soupe paysanne au jambon de

Bayonne, n° 216, p. 55
 Suppli alla scarmoza, **HS été**, p. 38
 Tartare de saumon, n° 221, p. 145
 Tartare de tomate, n° 219, p. 37
 Tarte croustillante aux olives noires, n° 219, p. 96
 Tarte filo au thon et œufs de caille, n° 218, p. 38
 Tartelettes à la ricotta et aux herbes, n° 218, p. 38
 Tarte tatin di pomodori datterni, **HS été**, p. 54
 Tartine de ricotta et dattes, n° 218, p. 108
 Tatin de betteraves, n° 216, p. 77
 Terrine de foie gras de canard des Landes, n° 221, p. 88
 Toast au thon et au fenouil, **HS été**, p. 87
 Trofie aux courgettes et pesto de pistaches, n° 219, p. 23
 Velouté de lentilles corail et aubergine, n° 219, p. 98
 Velouté de lentilles corail et carotte à la cardamome, crevettes croustillantes, n° 216, p. 52
 Velouté glacé de petits pois et orties, n° 218, p. 103
 Velouté de poires et châtaignes, n° 216, p. 25

NOS PLATS

Agneau confit à l'ail, n° 217, p. 103
 Aubergines à la milanaise, n° 219, p. 57
 Aubergines comme une moussaka, n° 219, p. 99
 Aubergines et tofu au sésame, n° 219, p. 98
 Aubergines façon thaï, n° 219, p. 99
 Aubergines farcies à l'Orientale, n° 219, p. 99
 Aubergines sauce miso, n° 219, p. 99
 Baba ganoush, n° 219, p. 98
 Bagel au jambon et cornichons, n° 220, p. 99
 Ballotins de chou au saumon, n° 221, p. 102
 Blanc de poularde aux légumes, sauce crémeuse, n° 221, p. 35
 Blanc de poulet au vinaigre balsamique, n° 219, p. 105
 Blanc de poulet aux épices, n° 220, p. 113
 Blettes au citron et à l'huile d'olive, **HS été**, p. 20
 Bouillon aux légumes et petits lardons, n° 217, p. 76
 Boulettes de bœuf à la tomate, n° 216, p. 78
 Bourride de poissons, n° 219, p. 88
 Bowl saumon d'hiver, n° 216, p. 89
 Bucatini aux sardines, **HS été**, p. 92
 Burger aux grillons, n° 216, p. 95
 Burger d'huîtres au chabichou du Poitou, n° 216, p. 73
 Cabillaud, sauce carotte gingembre curcuma, n° 217, p. 103
 Calamars farcis aux aubergines et pecorino sarde, **HS été**, p. 77
 Calamars sautés, haricots coco, tranches de potiron, n° 220, p. 32
 Canard à l'orange à la vietnamienne, n° 216, p. 60
 Canette aux poires, sauce aigre douce au cacao, n° 221, p. 93
 Carbonade de lotte à la bière, n° 221, p. 131
 Carciofi alla romana, **HS été**, p. 37
 Carottes rôties au yaourt, n° 218, p. 97
 Carottes rôties, sauce blanche façon labneh, n° 217, p. 73
 Carpaccio de betterave et tête de moine, **HS été**, p. 69
 Carpaccio de bœuf comme au Harry's bar, **HS été**, p. 69
 Carpaccio de mi-cuit de veau, sauce verte pistaches et câpres, **HS été**, p. 71
 Carpaccio de poulpe aux câpres, citron et basilic, n° 218, p. 64
 Carpaccio de saumon écossais Label rouge façon chirashi, **HS été**, p. 70
 Carpaccio de tomates, pesto de

pistaches et mûres, **HS été**, p. 70
 Carpaccio de veau au beaufort, **HS été**, p. 71
 Carpaccio de veau, sauce verte, n° 218, p. 26
 Cassolette de petits pois au citron, n° 218, p. 49
 Chaudrée de palourdes aux pommes de terre, n° 216, p. 33
 Chou farci au hareng fumé, n° 221, p. 33
 Chou-fleur rôti au curcuma, n° 217, p. 103
 Cœurs de laitue braisés, n° 218, p. 108
 Coq au vin de Fronsac, **HS Vins**, p. 48
 Coquillettes à la carbonara, **HS été**, p. 33
 Courge spaghetti en salade tiède, n° 216, p. 103
 Courgettes et fleurs de courgettes, **HS été**, p. 18
 Crevettes et artichauts sautés, n° 217, p. 78
 Crevettes sautées à l'aigre doux, n° 219, p. 81
 Curry de pommes de terre à l'indienne, n° 216, p. 32
 Curry de saumon et ananas, n° 217, p. 20
 Échine de porc au beurre de cacahuètes, n° 220, p. 110
 Émincé de veau bio aux myrtilles, n° 220, p. 100
 Entrecôte, sauce chimichurri, n° 219, p. 62
 Épaule d'agneau à la basque, n° 217, p. 19
 Épaule d'agneau au persil, n° 217, p. 18
 Épaule d'agneau aux herbes, n° 217, p. 60
 Épaule d'agneau confite aux épices, n° 217, p. 18
 Épaule de porc glacée aux patates douces, n° 217, p. 132
 Éperlans frits et mayonnaise épicée à la coriandre, n° 218, p. 61
 Épinards aux foies de volaille, n° 221, p. 21
 Escabèche de sardines, n° 220, p. 78
 Escalope de veau façon salade asiatique, n° 219, p. 96
 Escalopes de veau au miel, n° 220, p. 112
 Feuille à feuille de céleri au canard et jus aux châtaignes, n° 221, p. 105
 Feuilletés au jambon et fromage, n° 218, p. 39
 Filet de julienne en cocotte aux haricots secs, n° 220, p. 100
 Filets de maquereau, courgettes, pickles de moutarde, aioli, n° 217, p. 49
 Flan d'ail et coulis de poivron rouge, n° 217, p. 103
 Fleurettes de chou-fleur rôti, sauce à l'ail et au miel, n° 220, p. 113
 Fregola sarda à l'encre de seiche, palourdes et moules, **HS été**, p. 76
 Friand de veau au fromage, n° 218, p. 39
 Frites de patates douces au four, n° 220, p. 25
 Garmugia luchese, **HS été**, p. 19
 Galettes de bié noir, n° 220, p. 103
 Gâteau de pommes de terre Anna, n° 216, p. 33
 Gâteau de tomates confites, n° 219, p. 36
 Gnocchettis de betterave rouge, n° 217, p. 59
 Gnocchis de panais, n° 216, p. 103
 Gnocchis épinards et cresson, n° 216, p. 21
 Gratin de blettes, n° 216, p. 103
 Gratin dauphinois, n° 220, p. 61
 Gratin normand aux macaronis, n° 218, p. 97
 Haricots et tofu sautés au gingembre et au curcuma, n° 217, p. 103
 Homard aux agrumes, n° 220, p. 94
 Jambon persillé, n° 220, p. 57
 Kuku iranien, omelette aux herbes et aux baies, n° 217, p. 50
 Lapin au pruneau, n° 220, p. 84
 Lasagnes aux tomates et ricotta, **HS été**, p. 97
 Légumes du printemps en fricassée, n° 218, p. 50
 Légumes sautés à la sauce soja, n° 217, p. 52
 Légumes, sauce au curry, n° 217, p. 93
 Linguine au beurre citronné et tartare de daurade, **HS été**, p. 41
 Linguine aux moules, tomates et harissa, n° 220, p. 36
 Linguine à vongole et pesto de

menthe, **n° 218, p. 63**
 Loup à la plancha, fruits et légumes, **n° 219, p. 61**
 Macaronis au gorgonzola et aux poires, **HS été, p. 97**
 Maquereaux grillés, sauce yaourt herbes, pois chiches et courgettes grillées, **n° 218, p. 68**
 Maritozzi, **HS été, p. 43**
 Maxi pizza aux courgettes, **HS été, p. 94**
 Millefeuille de manioc et légumes du potager, **n° 218, p. 81**
 Minestrone de légumes anciens, **n° 216, p. 103**
 Moghrabieh Bil Djedj, **n° 217, p. 53**
 Moules au chorizo, **n° 220, p. 26**
 Moules au cidre et à la moutarde, **n° 220, p. 27**
 Mousse de camembert et pommes au four, **n° 219, p. 87**
 Omelette à l'asiatique, **n° 217, p. 103**
 Omelette aux asperges sauvages et au myzithra, **n° 217, p. 56**
 Orecchiettes, **HS été, p. 78**
 Orecchiettes aux brocolis, **HS été, p. 79**
 Orecchiettes aux tomates rôties, **HS été, p. 79**
 Orzo aux courgettes, crème de fêta, **n° 219, p. 95**
 Osso-buco à la milanaise, **HS été, p. 93**
 Pain de viande d'agneau aux haricots blancs et petits légumes, **n° 218, p. 98**
 Paleron de veau confit, carottes braisées, **HS Vins, p. 30**
 Palette de légumes de Provence, **n° 219, p. 57**
 Palong Shak Chingri, crevettes à la bengalie aux épinards, **n° 217, p. 54**
 Papillon, poularde, crème, **n° 221, p. 35**
 Pappardelle au poulet, **n° 217, p. 93**
 Parmentier de fruits de mer, **n° 217, p. 90**
 Parmigiana express, **n° 219, p. 99**
 Pasta alla carbonara, **HS été, p. 40**
 Patate douce en papillote aux épices et citron vert, **n° 220, p. 24**
 Patate douce farcie à l'Orientale, **n° 220, p. 25**
 Pâtes au saumon fumé, **n° 221, p. 145**
 Pâtes mode d'emploi, **HS été, p. 40**
 Pesto au pissenlit et chou kale, **n° 216, p. 103**
 Petits rougets grillés au barbecue, sauce vierge et salade de fèves, **n° 218, p. 67**
 Pie de ris de veau, homard et salsifis à la truffe noire, **n° 221, p. 91**
 Pink pasta, **HS été, p. 35**
 Pizza à la gricia, **HS été, p. 72**
 Pizza à la poêle, **HS été, p. 34**
 Pizza aux courgettes, **n° 218, p. 39**
 Pizza aux pommes de terre, scamorza, romarin, **n° 216, p. 32**
 Pizza gambas et citron, **HS été, p. 72**
 Pizza pomme de terre, courge, pesto de cresson, **n° 220, p. 99**
 Pleurotes d'Aillon-le-Vieux, mousseux à la bière, oignon confit, orge soufflée et oxalis, **n° 220, p. 71**
 Polpettone-pain de viande, **HS été, p. 20**
 Pommes de terre au caviar, **n° 221, p. 89**
 Pommes de terre farcies au jambon et fromage, **n° 217, p. 92**
 Porc confit et petites pommes reinettes au cidre, **n° 220, p. 37**
 Porc sauté aux épices, **n° 219, p. 82**
 Poularde farcie aux cranberries et au riz, **n° 221, p. 34**
 Poularde fermière d'Auvergne en croûte de pain, **n° 221, p. 132**
 Poulet à la façon de Gaston Gérard, **n° 220, p. 60**
 Poulet au lait parfumé et curry vert, **n° 219, p. 97**
 Poulet aux oignons en cocotte lutée, **n° 216, p. 100**
 Poulet au riesling, **n° 221, p. 118**
 Poulet satsivi, **n° 217, p. 51**
 Poulpe à l'huile, citron et olives taggiasche, **HS été, p. 75**

Poulpe en prison, **HS été, p. 18**
 Praires farcies, **n° 216, p. 22**
 Quasi de veau façon tandoori, **n° 218, p. 27**
 Quenelles de truite, pesto d'herbes, **n° 218, p. 83**
 Quesadillas de maïs, **n° 216, p. 92**
 Quiche au saumon et épinards, **n° 221, p. 145**
 Quiche aux courgettes à la ricotta et provolone, **HS été, p. 97**
 Quiche aux légumes et au bleu de Bresse, **n° 216, p. 103**
 Quiche aux oignons, miel et bleu d'Auvergne, **n° 220, p. 113**
 Quiche aux petits pois, **n° 218, p. 38**
 Quinoa au saumon fumé, **n° 221, p. 131**
 Ragoût de langoustines, **HS Vins, p. 90**
 Raviolis à la ricotta, légumes verts et sauce pesto, **n° 219, p. 58**
 Raviolis aux chanterelles et au thym, **HS été, p. 81**
 Raviolis de daurade, crème d'artichauts, **n° 217, p. 17**
 Raviolis de homard aux légumes confits, **HS Vins, p. 29**
 Ris de veau croustillant et artichaut de La Mainaz, **n° 216, p. 86**
 Risotto à la ricotta, **n° 218, p. 108**
 Risotto aux asperges, **HS été, p. 49**
 Risotto aux champignons, **HS été, p. 91**
 Risotto aux gambas et coulis de roquette, **HS été, p. 94**
 Risotto mode d'emploi, **HS été, p. 47**
 Risotto primavera, **HS été, p. 93**
 Risotto aux coquillages et safran, **n° 219, p. 59**
 Risotto, sauce osso-bucco, **HS été, p. 48**
 Riz au canard, **n° 220, p. 79**
 Riz frit retour d'Asie, **n° 217, p. 92**
 Rouleaux d'aubergine à l'italienne, **n° 219, p. 99**
 Rouleaux craquants au bœuf, **n° 218, p. 39**
 Saint-jacques gratinées au vin jaune et châtaignes, **n° 221, p. 90**
 Saint-Pierre et artichaut, coulis de coriandre, **n° 216, p. 65**
 Salade de coques et pommes de terre, **n° 216, p. 22**
 Salade de crevettes et ananas, **n° 217, p. 21**
 Salade de fruits de mer et petits pois aux herbes, **n° 218, p. 62**
 Salade de pot-au-feu, **n° 217, p. 92**
 Saltimbocca alla romana, **HS été, p. 38**
 Sashimi de bar, cerises, vinaigrette citron-paprika et herbes, **n° 218, p. 61**
 Saumon à la vapeur, sauce aux herbes, **n° 221, p. 145**
 Saumon au curry rouge, **n° 219, p. 59**
 Saumon au miso, **n° 221, p. 145**
 Saumon aux girolles et aux noix, **n° 220, p. 66**
 Saumon et nouilles soba, **n° 221, p. 145**
 Saumon laqué au miel, **n° 220, p. 113**
 Saumon, nouilles soba et brocoli, **n° 219, p. 101**
 Saumon, sauce salsa verde, **n° 221, p. 145**
 Sauté de chou à la citronnelle et coco, **n° 221, p. 33**
 Soles aux coquillages, écrasé de pomme de terre au beurre d'algues, **n° 221, p. 92**
 Soupe de céleri à la moutarde et à la pomme, **n° 217, p. 73**
 Soupe de nouilles au poulet grillé et petits légumes, **n° 216, p. 54**
 Soupe gratinée à l'oignon & au beaufort, **n° 216, p. 51**
 Souris d'agneau au citron et purée de pommes de terre en cocotte, **n° 218, p. 98**
 Spaghettis à la chapelure et aux anchois comme en Sicile, **HS été, p. 77**
 Spaghettis à la harissa, **n° 218, p. 84**
 Spaghettis à la norma, **HS été, p. 29**
 Spaghettis au vin rouge, **n° 216, p. 90**
 Spaghettis aux fruits de mer, **HS été, p. 90**

Spaghettis aux praires et pesto de roquette, **n° 216, p. 23**
 Spaghettis aux vongole et tomates cerise, **n° 219, p. 66**
 Spaghettis sautés aux petits lardons, **n° 217, p. 92**
 Tacos de Suadero à la poitrine de bœuf, **n° 217, p. 47**
 Tajine d'agneau aux tomates et au miel, **n° 219, p. 37**
 Tajine d'agneau et dattes, **n° 217, p. 55**
 Tomates farcies aux fruits de mer, **n° 219, p. 37**
 Tartare de bœuf Véronèse, **n° 217, p. 90**
 Tarte au reblochon, fenouil et épinards, **n° 217, p. 89**
 Tarte aux asperges, **n° 218, p. 25**
 Tarte aux oignons et asperges, **n° 217, p. 77**
 Tarte aux tomates cerise, **n° 218, p. 39**
 Tarte tatin aux oignons rouge, **n° 218, p. 39**
 Tartelette de recuite de brebis à l'ail noir, salade d'herbes, **HS Vins, p. 66**
 Tartiflette à la cancoillotte, **n° 216, p. 89**
 Tempura de légumes, **n° 217, p. 89**
 Terre de Graves, betterave au vin rouge et maigre fumé, **n° 217, p. 65**
 Thon rouge de Saint-Jean-de-Luz mariné, **n° 220, p. 93**
 Timbales de macaronis aux tomates confites, **n° 220, p. 83**
 Tomates farcies à la queue de bœuf confite, **n° 219, p. 76**
 Tortellis au potiron, **HS été, p. 80**
 Tortilla mexicaine, **n° 216, p. 93**
 Tortino di sarda, **HS été, p. 95**
 Tourte de pomme de terre au reblochon, **n° 221, p. 125**
 Tourte feuilletée au ris de veau, **n° 217, p. 83**
 Trofie au pesto, **HS été, p. 42**
 Velouté de poireau au camembert et à l'andouille croustillante, **n° 216, p. 56**
 Vermicelles de haricot mungo sautés, **n° 217, p. 52**
 Vignarola, **HS été, p. 37**
 Vitello tonato express, **n° 218, p. 27**
 Volaille des Landes rotie au beurre de sauge, crème de morilles, **HS Vins, p. 26**
 Yakisoba, **n° 217, p. 48**

NOS DESSERTS

Ananas et mangue rôtis, **n° 216, p. 61**
 Baba au rhum, **n° 217, p. 28**
 Baba aux abricots, **n° 219, p. 63**
 Babka aux pralines roses, **n° 221, p. 45**
 Baba du partage à l'ananas, **n° 219, p. 78**
 Babka tressée au chocolat, **n° 221, p. 44**
 Beignets à la ricotta, **HS été, p. 97**
 Beignets croustillants au miel, **n° 220, p. 113**
 Biscuits à la farine de lentilles, **n° 220, p. 103**
 Biscuits au chocolat et aux amandes suisses (brünsli), **n° 221, p. 137**
 Biscuits aux fleurs, **n° 218, p. 99**
 Biscuit de Savoie, comme un tiramisu, **n° 217, p. 75**
 Biscuits épicés au miel russes, **n° 221, p. 137**
 Biscuits portugais à la cannelle, **n° 221, p. 136**
 Biscuits sablés espagnols (polvorones), **n° 221, p. 137**
 Blanc-manger aux fruits rouges, **n° 218, p. 111**
 Bolo de rolo brésilien à la goyave, **n° 221, p. 137**
 Bouchées glacées banane-chocolat, **n° 221, p. 133**
 Brioches au zaatar, **n° 219, p. 94**
 Brioches Buchtj, **n° 221, p. 45**
 Brioches perdues aux fruits rouges, version four, **n° 221, p. 45**
 Brioches perdues aux reines-

claudes, **n° 220, p. 29**
 Brioche polonaise au pavot, **n° 221, p. 45**
 Broyé du Poitou, **n° 217, p. 28**
 Brownie à l'ail noir et au gingembre confit, **n° 220, p. 105**
 Bûche de rêve de Jean-Paul Hévin, **n° 221, p. 114**
 Cake à l'abricot et aux fleurs de lavande, **n° 217, p. 86**
 Cake à la patate douce et farine de riz, **n° 220, p. 103**
 Cake au citron et mascarpone, **HS été, p. 100**
 Cake citron curcuma, **n° 217, p. 103**
 Cake de panna cotta, **HS été, p. 100**
 Cannolis au chocolat, **HS été, p. 99**
 Cannolis pistache, **HS été, p. 30**
 Carpaccio de fruits exotiques, **HS été, p. 71**
 Carpaccio de pêche au sirop de verveine, **HS été, p. 71**
 Carrot cake, **n° 217, p. 91**
 Challah sésame, **n° 221, p. 44**
 Charlotte aux mirabelles de Lorraine, **n° 220, p. 101**
 Cheesecake aux fraises, **n° 218, p. 111**
 Cheesecake aux framboises, **n° 219, p. 97**
 Chocolat vanuatu, **n° 221, p. 94**
 Christmas pudding anglais, **n° 221, p. 136**
 Cobbler aux prunes et à la cannelle, **n° 220, p. 38**
 Cookies à la farine de noisettes, **n° 220, p. 103**
 Coulis de fruits, **n° 220, p. 111**
 Couronne de semoule aux fruits des bois, **n° 220, p. 85**
 Crème brûlée au thé vert, **n° 218, p. 76**
 Crémets aux fruits, **n° 221, p. 119**
 Crêpes à l'épeautre et au lait d'avoine, **n° 216, p. 93**
 Crêpes au cacao et à la farine de châtaigne, **n° 216, p. 93**
 Crêpes à la coco, **n° 220, p. 103**
 Crêpes feuilletées berbères, **n° 216, p. 92**
 Crêpes marocaines mille trous, **n° 216, p. 93**
 Croissant polonais brioché, **n° 221, p. 45**
 Crumble à la rhubarbe confite, **n° 218, p. 28**
 Crumble aux poires et fenouil, **n° 216, p. 24**
 Crumble d'abricot à la pistache, **n° 218, p. 110**
 Crumpets, **n° 216, p. 93**
 Dessert à la chayotte, **n° 221, p. 146**
 Financiers au sarrasin, **n° 216, p. 79**
 Forêt noire, **n° 221, p. 96**
 Fougasse d'Aigues-Mortes, **n° 217, p. 28**
 Galettes à la farine de pois chiches, **n° 220, p. 102**
 Galettes orientales, **n° 216, p. 93**
 Gâteau au chocolat et à l'huile de noisette, figue et framboises, **n° 219, p. 67**
 Gâteau à la papaye et au lait de coco, **n° 221, p. 37**
 Gâteau au chocolat et à l'huile d'olive, **n° 219, p. 76**
 Gâteau creusois, **n° 217, p. 29**
 Gâteau carotte et potimarron aux noisettes et glaçage à l'orange, **n° 220, p. 39**
 Gâteau de riz à l'orange, **n° 217, p. 79**
 Gâteau de semoule au miel et à l'orange, **n° 220, p. 113**
 Gâteau fondant au safran suédois (safranskaddkaka), **n° 221, p. 137**
 Gâteau mollet, **n° 217, p. 28**
 Gâteau russe de Noël (kulish), **n° 221, p. 137**
 Glace à la banane, **n° 217, p. 93**
 Glace à l'huile d'olive, **n° 219, p. 63**
 Kolache aux myrtilles, **n° 221, p. 44**
 Kouign-amann, **n° 217, p. 29**
 Layer cake aux fraises et citron, **n° 218, p. 99**
 Les 13 desserts de Noël, **n° 221, p. 143**
 Linzer torte autrichien, **n° 221, p. 137**
 Macarons de Nancy, **n° 217, p. 29**
 Mique, **n° 217, p. 84**
 Moelleux à la farine de châtaigne, **n° 220, p. 103**

Moelleux aux pignons de pin et miel, n° 216, p. 90
 Moelleux aux pommes et aux prunes, n° 220, p. 67
 Moelleux de Noël, n° 221, p. 95
 Mont-blanc marron cassis, n° 220, p. 62
 Muceni safran, citron, miel, n° 221, p. 44
 Navettes de Marseille, n° 217, p. 29
 Neige de fromage blanc à la rhubarbe, n° 218, p. 109
 Nieulles d'Armentières, n° 217, p. 29
 Omelette soufflée aux fruits rouges, n° 218, p. 85
 Pain de gènes, HS été, p. 100
 Pain d'épice à la clémentine, n° 216, p. 91
 Pancakes à la farine d'avoine, n° 220, p. 102
 Pannacota agrumes verveine, HS été, p. 98
 Parfaits aux amandes fraîches, n° 218, p. 110
 Pâte à crêpes sucrées, n° 216, p. 92
 Panettone italien, n° 221, p. 137
 Pavlova aux agrumes, n° 218, p. 86
 Petits gâteaux de Noël, n° 221, p. 103
 Poire pochée à la sangria blanche, HS Vins, p. 30
 Poires au vin chaud épicé, n° 216, p. 25
 Pommes rôties au porto, n° 220, p. 79
 Pots de crème au jasmin, n° 218, p. 76
 Pot-pourri de fruits, n° 218, p. 111
 Povitica aux noix, n° 221, p. 45
 Pudding au pain rassis, n° 217, p. 93
 Riz au lait à la rhubarbe, n° 218, p. 111
 Riz au lait au caramel, n° 221, p. 142
 Riz au lait biscuits gingembre, n° 221, p. 142
 Riz au lait chocolat noir orange, n° 221, p. 142
 Riz au lait compote de pomme, n° 221, p. 142
 Riz au lait danois, n° 221, p. 136
 Riz au lait fraise et caramel, n° 220, p. 101
 Salade d'abricots, ricotta et pistaches, n° 218, p. 108
 Salade de fruits du printemps, n° 218, p. 29
 Sorbet express à la pomme, n° 220, p. 111
 Soupe de cerise, n° 218, p. 111
 Soupe de fin d'été, n° 220, p. 65
 Tartare de figues et framboises, n° 220, p. 110
 Tarte au citron meringuée d'Alexandre Favre, n° 220, p. 80
 Tarte au fromage blanc, n° 217, p. 91
 Tarte aux fraises, tomates confites et billes de mozzarella de François Daubinet, HS été, p. 64
 Tarte aux noix de pécan et caramel, n° 216, p. 91
 Tarte de Noël finlandaise, n° 221, p. 136
 Tartes fines aux pêches, n° 219, p. 83
 Tartelette aux marrons et clémentines, n° 216, p. 75
 Tartelettes sablées aux reines-claude, n° 220, p. 28
 Tarte rustique aux abricots et aux amandes, n° 218, p. 51
 Tarte tatin à la papaye, n° 221, p. 37
 Tartine au chocolat, n° 221, p. 126
 Teurgoule, n° 219, p. 88
 Tiramisu aux fraises, HS été, p. 97
 Torta della nonna revisitée, HS été, p. 21
 Trifle aux fruits du printemps saison, n° 218, p. 111
 Tuiles au miel, n° 220, p. 113
 Tummale di ricotta, HS été, p. 99
 Visitandines aux fruits confits, crème à l'orange, n° 221, p. 133

DIVERS & COCKTAILS

Arlettes, n° 217, p. 61
 Aperol Spritz, HS été, p. 51
 Bellini, HS été, p. 51
 Beurre au thé matcha, n° 218, p. 100
 Chermoula, n° 219, p. 106
 Chips d'aubergines au yaourt, n° 219, p. 98
 Chips d'épluchures de pomme de terre, n° 217, p. 93

Chutney de tomates, n° 219, p. 37
 Cidre chaud ou Mulled cider, n° 216, p. 97
 Condiment au citron, n° 218, p. 101
 Confiture de cranberry, n° 221, p. 139
 Confiture de poire au thé, n° 218, p. 76
 Confiture pomme kiwi citron, n° 220, p. 111
 Crème de tomate, n° 219, p. 36
 Échaudés de Brenne, n° 217, p. 29
 Frites de courge, n° 216, p. 103
 Frites ou pommes pont-neuf, n° 216, p. 33
 Gelée de fleurs de mimosa sauvage, n° 217, p. 95
 Gelée de framboise groseille, n° 218, p. 110
 Gelée de kiwi à la menthe, n° 218, p. 111
 Ghee, n° 218, p. 100
 Gingembre mariné, n° 217, p. 103
 Glühwein ou vin chaud de Noël, n° 221, p. 143
 Gomasio, n° 217, p. 98
 Hugo Spritz, HS été, p. 51
 Ketchup, n° 218, p. 100
 Lait au sésame noir et à l'orange, n° 217, p. 73
 Limoncello Spritz, HS été, p. 51
 Mignonnettes, n° 216, p. 33
 Mini-crêpes au sarrasin, n° 216, p. 92
 Pain à la pomme de terre, n° 216, p. 32
 Pain aux graines et à la farine de manioc, n° 220, p. 103
 Pain sans gluten au maïs, n° 220, p. 103
 Paprika, n° 218, p. 101
 Pâte à tartiner à la farine de souchet, n° 220, p. 103
 Pâte sablée à la farine d'épeautre, n° 220, p. 103
 Pâte de curry vert, n° 218, p. 100
 Pesto, n° 218, p. 105
 Pickles d'échalotes, n° 218, p. 100
 Pickles de radis, n° 218, p. 100
 Piña colada, n° 217, p. 21
 Pommes de terre en croûte de sel, n° 216, p. 33
 Pommes de terre Hasselback, n° 216, p. 33
 Pop-corn au beurre de cacahuètes, n° 220, p. 110
 Prosecco, HS été, p. 51
 Pudding de chia au coulis de mangue, n° 217, p. 73
 Purée d'ail, n° 217, p. 103
 Purée d'ail, n° 218, p. 101
 Purée de gingembre, n° 218, p. 101
 Salsa à l'ananas, n° 219, p. 106
 Salsa au poivron, n° 219, p. 107
 Salsa aux pistaches, n° 219, p. 107
 Salsa verte, n° 219, p. 106
 Sauce à la noix de coco, n° 219, p. 107
 Sauce à l'avocat, n° 219, p. 107
 Sauce au beurre de cacahuètes, n° 220, p. 110
 Sauce au gorgonzola, n° 219, p. 107
 Sauce au miso, n° 219, p. 106
 Sauce aux champignons, n° 219, p. 107
 Sauce BBQ par Colin, n° 218, p. 72
 Sauce épicée à la cacahuète, n° 219, p. 107
 Sauce rose pour crudités, n° 219, p. 106
 Sauce tomate maison, n° 219, p. 104
 Sauce umami, n° 218, p. 101
 Sauce verte pour poisson, n° 219, p. 106
 Sauce vierge à la tomate, n° 219, p. 37
 Sel aromatisé à la provençale, n° 218, p. 100
 Sirop au thé et à la fleur d'oranger, n° 218, p. 76
 Sirop de rhubarbe, n° 218, p. 29
 Sirop de vanille, n° 218, p. 101
 Tapenade verte, n° 220, p. 107
 Tomates séchées, n° 219, p. 103
 Tuiles au parmesan, HS été, p. 96
 Vinaigre de fraise framboise, n° 218, p. 101

Cuisine et Vins DE FRANCE

117, AVENUE VICTOR HUGO,
 92100 BOULOGNE-BILLANCOURT.
 Internet : www.cuisineetvinsdefrance.com
 E-mail rédaction : courrier@yovacook.fr
 E-mail abonnements :
leserviceclient@magazines.fr

MAGAZINE RÉALISÉ PAR YOVACOOK
 117, avenue Victor Hugo, 92100 Boulogne-Billancourt

RÉDACTION

Rédactrice en chef : **Sophie Menut Yovanovitch** (sophie@yovacook.fr)
 Directeur artistique : **David Nunes Ruano** (david@yovacook.fr)
 Secrétaire générale de rédaction : **Marie Martin** (marie@yovacook.fr)

ONT COLLABORÉ

Séverine Augé, Mathilde Besly, Fabrice Besse, Jean-Michel Brouard, Luca Camporese Béatrice Delamotte, Maeva Destombes/Hans Lucas, Josselin Rocher, Valérie Lhomme, Pierre Alexandre.

PUBLICITÉ

Olivier Duchalard : olivier@yovacook.fr (06 70 35 40 99)
 Marc de Brébisson : marc@yovacook.fr (07 60 60 86 75)

SERVICE RELATIONS ABONNÉS

Infos sur ou par courrier :
 Cuisine et vins de France, Service abonnements, Bâtiment B11,
 127, rue Charles-Tillon, 93300 Aubervilliers ;
 par mail : leserviceclient@magazines.fr
 De l'étranger : (+33) 1 84 888 222
 du lundi au vendredi de 8 h à 19 h et le samedi de 8 h à 16 h

Imprimerie : **Roto France Impression**
 Imprimé en France / Printed in France

PRÉSIDENTE DIRECTRICE DE LA PUBLICATION : **SOPHIE MENUT YOVANOVITCH**

Cuisine et Vins de France est édité par YOVACOOK Medias capital 10 000 €.
 Siège : 117, av. Victor Hugo, 92100 Boulogne Billancourt.

« Cuisine et Vins de France est une marque de Marie Claire Album, Paris, France. Le magazine Cuisine et Vins de France et ses hors-séries sont publiés par YOVACOOK sous licence. »

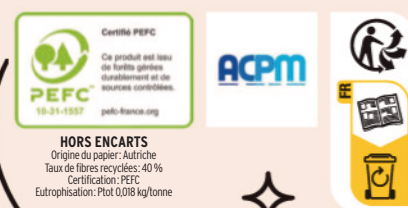
Dépôt légal : à parution. Commission paritaire : 0427 K 85024.

N° ISSN : 0337-8810. Distribué par MLP.

Les marques et adresses figurant dans ces pages

sont libres de toute publicité. TVA : 210 %

Abonnement France : 22 € (1 an) au lieu de 25,50 €, 35 € (2 ans) au lieu de 51 €. Pour l'étranger, consultez le site Magazines.fr





DOMAINES
ALBERT BICHOT
MAISON FONDÉE EN 1831



UNE GRANDE SIGNATURE,
AU COEUR DE LA BOURGOGNE

“Albert Bichot est engagé de longue date pour le respect de la biodiversité, de l'homme et de son environnement. Notre but : la recherche permanente d'une expression toujours plus précise de nos terroirs.”

Albéric Bichot 1^{ère} génération

Découvrez :



Domaine Long-Depaquit - Château-Gris - Domaine du Clos Frantin
Domaine du Pavillon - Domaine Adélie - Domaine de Rochebrès



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



DES ROSETTES ÉBOURIFFANTES ET GOURMANDES



ROSSI CONSEIL - RCS PARIS B 422 490018, Juillet 2024



Suisse. Naturellement.



tetedemoine.ch



Flashez ce QR-Code pour découvrir nos idées recettes



Les Fromages de Suisse. 
www.fromagesdesuisse.fr

POUR VOTRE SANTÉ, MANGEZ AU MOINS CINQ FRUITS ET LÉGUMES PAR JOUR
www.mangerbouger.fr