

LE SOLEIL

CAHIER J

LE SAMEDI 5 FÉVRIER 2005

style

DÉCO	2
DÉLICES	8
MODE	16

Des
designers
qui
ont de **l'étoffe**



PASSION MAISONS Avec Alain Choquette

Pour les amoureux du patrimoine, Alain Choquette nous présente de vraies belles vieilles maisons retapées par des gens qui y ont mis passablement de temps, énormément d'huile de coude et beaucoup de coeur en plus.

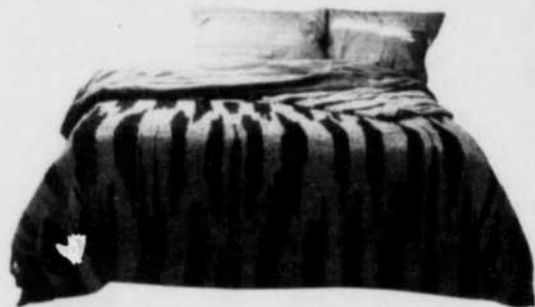
MARDI 20 H

HiSToRiA

ARTISANS D'AVANT-GARDE

Avec cette nouvelle série, nous désirons vous faire (re)découvrir quelques métiers d'art pratiqués par des experts audacieux.

Des designers qui ont de l'étoffe



MICHÈLE LAFERRIÈRE
MLaferriere@lesoleil.com

■ Comme les enfants qui se demandent d'où viennent les bébés, les fous des fringues se pâment sur les étoffes en cherchant à percer leur mystère. D'où viennent les tissus ? De l'imagination fertile des designers textiles, qui marient plumes et fil à pêche, qui torturent la matière, en la tordant, en la brûlant, ou en la pliant comme un accordéon, et qui amalgament sans vergogne les fibres naturelles aux synthétiques.

À l'instar des médicaments, les tissus sont souvent l'aboutissement de recherches et d'expérimentations. À sa manière, la designer textile Rosie Godbout est une chercheuse. Cette artiste montréalaise d'origine française se trouve en résidence à la Maison des métiers d'art de Québec jusqu'à vendredi, pour un *work in progress* intégrant la notion de métissage. Elle créera sans doute une murale, comme en font foi les bandes d'étoffe entrecroisées qui composent une ébauche bigarrée très prometteuse sur sa table de travail.

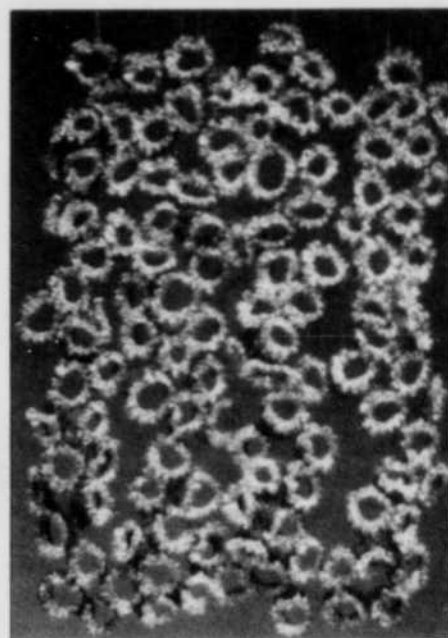
Au dernier étage d'un édifice de Saint-Roch, Rosie s'épanouit à travers des millions de retailles de tissus et des fils de mille et une couleurs. Le bonheur ! Elle se défend d'être styliste. Elle se décrit comme tisserande. « J'ai appris le tissage

Une myriade de paillettes combinées à une résille de crin parent de façon extravagante ce coussin en taffetas de soie.





Des étoffes colorées et brodées de petits miroirs évoquent des cultures d'outre-mer.



Cette structure organique composée d'une quantité moyenne de 230 000 perles de verre sur 2340 fils de nylon a été réalisée par l'artiste Natasha St. Michael.



« Je fais de l'art à porter. Ça dépasse le vêtement. Ce sont des œuvres d'art », raconte la designer textile de Montréal Rosie Godbout.

au Québec, durant la période "retour à la terre", relate-t-elle. C'est resté un hobby jusqu'à ce qu'elle se mette à participer aux salons de métiers d'art et qu'elle introduise la couleur, à une époque où « les gros mottons blancs » étaient en vogue.

Aujourd'hui, Rosie Godbout ne fait presque plus de tissage. « J'ai fait le tour », résume-t-elle. Son dada, c'est une base soluble à l'eau (« un peu comme du Saran-Wrap ») qui sert de support à ses patrons. Elle prend des fibres de coton, de soie, de rayonne, de « n'importe quoi », qu'elle empile en couches sur cette base, « comme du laminage ». Elle quadrille le tout à la machine à coudre, avec des fils de toute nature. Puis elle trempe la pièce dans l'eau, pour faire fondre la base soluble. Ainsi naissent les tissus.

Rosie craque aussi pour le feutre, « une agglomération de fibres de laine », explique-t-elle. Son feutre à elle est en toison Mérinos. Sur une toile de viscose, de soie ou de coton à fromage, elle superpose plusieurs couches de laine, qu'elle enduit d'eau et de savon, puis qu'elle roule manuellement sur de longs cylindres. Elle est à contre-courant de son époque, la Rosie, avec ce « corps à corps avec la matière ».

UN DOMAINE RÉCENT

Au Québec, la création de tissus est assez récente. « Elle a d'abord été associée à l'économie de survivance », précise Yvon Noël, directeur général de l'École des métiers d'art de Québec, qui offre, notamment, un programme d'études collégiales en création textile, au même titre que le Centre de design textile de Montréal.

« C'est un monde incroyable », s'enthousiasme-t-il, devant l'essor de ce domaine pour lequel, pourtant, il n'y avait aucune formation disponible entre 1969 et 1989. « Les artisans apprenaient sur le tas et perpétuaient leur savoir eux-mêmes », mentionne-t-il.

Aujourd'hui formés dans des écoles qui leur donnent aussi la possibilité de faire de la recherche, les futurs designers textiles disposent d'outils et de procédés sophistiqués. Des métiers à tisser à 12 ou à 24 cadres jumelés à des logiciels de conception produisent des motifs d'une grande complexité. Sur les métiers à jacquard, ils travaillent à partir de dessins ou de photos numérisés. « Chaque fil est indépendant », précise Yvon Noël.

Sur leurs métiers, les élèves utilisent, par exemple, des fibres synthétiques sur la chaîne, et des fibres naturelles sur la trame. Ils donnent des « choes » au tissu en le pliant, en le mouillant, en le tordant ou en le brûlant avec des solvants pour y créer des impressions saugrenues. La trame peut rétrécir, mais pas la chaîne. Ou vice versa. Intrigant ! Ils apprennent aussi à teindre les étoffes en les nouant ou en les attachant, selon des techniques japonaises ancestrales.

Yvon Noël a vu des jeunes jouer avec la lumière, en inventant des tissus faits de fils d'acier ou de laiton. Rien ne les rebute, même pas le mariage de la plume et du fil à pêche. À Montréal, l'artiste Natasha St. Michael tisse des perles de verre sur du fil de nylon, sans métier. La création textile est un mode d'expression où les garçons, bien que peu nombreux, excellent, affirme M. Noël.

À ses yeux, Rosie Godbout est une « créatrice importante au Québec », parce qu'elle a réussi un « fondu-enchaîné » de plusieurs procédés. Mais à l'instar de ses collègues designers textiles, elle doit maintenant faire face à un beau défi : construire un pont avec les designers de mode.

BIENNALE DU LIN

La biennale du lin, qui se déroulera ce printemps dans Portneuf, sera un pas en ce sens, puisqu'elle réunira des créateurs de mode et des designers de tissus. Le designer textile belge Daniel Henry y participera pour partager ses techniques sur la maille à laquelle il donne une valeur ajoutée, grâce à des manipulations telles la sérigraphie et la teinture au pistolet.

Céline Dion utilise les tissus de Daniel Henry dans son spectacle *A New Day*, à Las Vegas. Rosie Godbout a le bonheur, elle aussi, de présenter quelques-unes de ses parures à Vegas, à la boutique du Cirque du Soleil de l'hôtel MGM Grand, où le *KÀ* de Robert Lepage est à l'affiche depuis novembre. « Je fais de l'art à porter, résume-t-elle. Ça dépasse le vêtement. Ce sont des œuvres d'art. » Son inspiration lui vient du corps, qu'elle enveloppe, maintenant, alors que, dans une autre vie, elle se souciait de le garder en forme, puisqu'elle était prof d'éducation physique.

Elle constate que les gens achètent « un Godbout » dans un esprit festif. « Ils ne se cachent plus derrière un vêtement, ils se montrent et osent être différents », observe-t-elle. À Québec, ses créations sont disponibles à la boutique Coup de griffe, rue Saint-Paul. « Mon vêtement est vraiment terminé lorsqu'il est porté », affirme-t-elle.



Michèle
LaFerrière

MLaferriere@lesoleil.com

Le bleu du ciel



LE SOLEIL, ÉRICK LABBE

■ NOTRE-DAME-DU-PORTAGE — Christine Beaulieu et Louis-Marie Bouchard vivent à Notre-Dame-du-Portage, dans une maison centenaire bâtie si près du fleuve qu'elle semble portée par les glaces. Sur trois de ses côtés, d'immenses fenêtres en demi-lune encadrent le ciel et le Saint-Laurent, œuvres vivantes, témoins du passage des saisons et de couchers de soleil réputés partout sur la planète.

Dans une autre vie, Christine et Louis-Marie faisaient partie de la horde des travailleurs actifs. Matin après matin, ils quittaient leur bungalow de Sainte-Foy pour se rendre au boulot, pas du tout malheureux, mais affairés et un peu bousculés. « Par la fenêtre de la maison, je ne voyais que d'autres maisons », relate madame.

Aujourd'hui retraités, « dans la soixantaine avancée », précise monsieur, ils jouissent de la vie dans ce village du Bas-Saint-Laurent qui les a adoptés. Ils font du ski à travers les glaces du fleuve, ils marchent tous les jours avec leur chienne Diva, ils nagent dans le Saint-Laurent et bichonnent leur maison. Sans stress.

Au rythme de Notre-Dame-du-Portage. Ils y ont d'abord vécu l'été, dans cette maison qui était un chalet, tout au début de la route du fleuve, en face de l'île aux Lièvres et des îles Les Pèlerins. Ils n'ont pas mis de temps à apprécier le trésor dont ils étaient dorénavant propriétaires : une maison de 150 ans située dans un lieu de villégiature fréquenté par les mieux nantis.

Pendant deux ans, ils l'ont repeinte, redécouverte, remontée, en imaginant le bois mou sous son « tapis shag et ses trois couches de prélat » et en fouillant derrière son plafond pour dénuder ses vieilles poutres. L'inspiration est venue du fleuve et de la nature qui prennent leurs aises dans tous les recoins, grâce

aux quatre fenêtres en demi-lune, dont les rideaux de lin sont toujours ouverts.

Pas du tout m'as-tu-vu, Christine et Louis-Marie ! Ils vivent entourés d'antiquités, de façon sobre, mais confortable. Ils ont donné à leur cuisine un cachet méditerranéen, avec des murs bleus qui s'harmonisent au ciel, et un plancher de céramique sur lequel reposent un buffet à deux corps de 1915 et une berceuse chinée chez un regrattier. « On partait d'une grande maison, il a fallu s'adapter à cette petite cuisine », confie Christine, en désignant du menton les râpes à fromage et les ustensiles suspendus au plafond.

Dans la salle à manger, Louis-Marie nous instruit sur la « table papillon », »

Près de la fenêtre en demi-lune qui ouvre sur le large, une belle berceuse chinée chez un regrattier

Club des Villas sur le golf

Prenez possession de votre maison et obtenez
9 mois de paiement hypothécaire
GRATUITEMENT



Maison modèle à visiter
au 1564, rue de la Girolle
de 159 000\$ à 399 000\$

L'unique Quartier

- Projet domiciliaire de l'année 1998, 1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004
- Projet domiciliaire de l'année au Québec 1999
- Finaliste Entrepreneur de l'année 1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004
- Inclus : Terrain • T.P.S. et T.V.Q. • Permis
- Notaire • Argenteur • Galerie arrière
- Pelouse • Bois franc • Sous-sol semi-fini
- Foyer • Thermostat électronique
- Et encore plus...

Renseignements sur place
Visitez notre site web : www.clubdesvillas.ca

843-7771

dont les rallonges se déploient sans effort. « Elle a été fabriquée à Saint-Éphrem de Beauce, il y a 100 ans, mentionne-t-il. Et les chaises de parloir, je les ai achetées chez un antiquaire d'ici. » La lampe suspendue vient du marché aux puces de Sainte-Foy. Et le vaisselier d'acajou, « pur victorien », appartenait à un oncle de Christine. Délicieux, le pain au citron et le café que nous avons dégustés en prenant le soleil de midi.

CETTE « VIEILLE AFFAIRE-LÀ »

À l'étage, Louis-Marie se fend d'un grand sourire quand le photographe a l'idée de le faire poser devant le secrétaire victorien. « J'enseignais dans une communauté religieuse, où ce meuble était encombré de papiers, raconte le géographe. La sœur m'a dit qu'elle était bien contente que je la débarrasse de cette "vieille affaire-là". » Louis-Marie lève le loquet de la porte au verre bombé. Il pouffe: « Il faut la barrer, sinon elle ouvre, car la maison est en pente. »

Ce secrétaire se trouve dans une « pièce polyvalente » qui illustre l'ingéniosité du couple. La laveuse et la sècheuse sont camouflées par un panneau de toile. Grâce à un rideau coulissant fixé au plafond sur un rail, le divan-lit peut être isolé de l'escalier, dont les poteaux ont été dénichés dans un dépotoir de Cacouna. « L'armoire à mémère » (1830) a passé des années dans le haut d'un hangar de Charlevoix, avant d'être transbahutée à Notre-Dame-du-Portage.

Les deux petites chambres n'ont pas de rideaux. « On ne se lasse jamais du paysage », résumant nos hôtes, de parfaits promoteurs de la luminothérapie. Leurs origines saguenéennes ne sauraient mentir, mais aujourd'hui, ils sont devenus les ambassadeurs les plus convaincus de Rivière-du-Loup, la ville la plus proche, où ils ont connu la « merveilleuse » Micheline Roy, designer en chef chez Rona. Ils lui doivent les couleurs, les espaces de rangement, la salle de bains, « petite mais fonctionnelle », et l'intégration des antiquités. « On ne se sent pas comme dans un catalogue », se réjouit Louis-Marie.



Le fleuve à ses pieds... Un paysage dont on ne se lasse jamais!



Christine Beaulieu et Louis-Marie Bouchard coulent des jours heureux à Notre-Dame-du-Portage.



PHOTOS: LE SOLEIL, ÉRIK LABRÉ

La cuisine baignée de lumière se donne des airs méditerranéens.

Osez comparer...

la qualité de fabrication et la performance des produits



PLANCHER
BOIS FRANC
2000

Plancher préverni

mirage

impose la norme

En toute
confiance...



Licence RBQ 8003-8326-39

Pintendre, 622, route Kennedy (418) 837-8800 • Québec, 2335, boul. Hamel • (418) 871-2000 • www.plancher2000.com

L'heure du thé

■ Il se décline en blanc, en jaune, en vert ou en noir. Il est fumé, vieilli, aromatisé ou tout simplement naturel. Le thé a de multiples facettes et ce n'est pas pour rien que cette douce boisson jouit d'une popularité croissante.



Marianne White

MWhite@lesoleil.com

Il y a autant de façon de boire le thé que de pays où l'on consomme cette boisson. Les thés chinois sont servis dans des théières en argile de Yixing, aussi appelées théières à mémoire car leur paroi intérieure poreuse absorbe l'odeur et la saveur du thé infusé. On utilise une même théière pour infuser un seul type de saveur de thé. Les théières de fonte chinoises sont également très populaires et peuvent être utilisées comme bouilloire.

Pour le thé à la menthe, on a recours à des théières en argenterie marocaine et les fins thés verts japonais sont préparés, pour leur part, dans des théières japonaises en fonte émaillée. Les théière en céramique, en porcelaine, en verre ou en inox sont également prisées pour leur polyvalence car elles servent pour tous les types de thé.

Depuis novembre, la maison de thé montréalaise Camellia Sinensis a ouvert une succursale sur la rue Saint-Joseph, à Québec. Véritable lieu d'initiation, on y apprend l'art et la manière de servir et déguster le thé.

Pour les amateurs du *five o'clock tea* à l'anglaise, le Château Frontenac continue de perpétuer cette tradition, mais durant la saison estivale seulement.



Porcelaine de Villeroy et Boch. Pierre Robitaille, 79,99\$



Théière chinoise en fonte. Camellia Sinensis, 94\$

TROUVAILLES



Théière en argent qui bascule durant l'infusion. Eddy Laurent, 99,99\$



Marocaine en argent, idéale pour thé à la menthe. Camellia Sinensis, 46\$



Porcelaine blanche et réchaud en inox. Mi-Ra, rue Maguire, 72,75\$



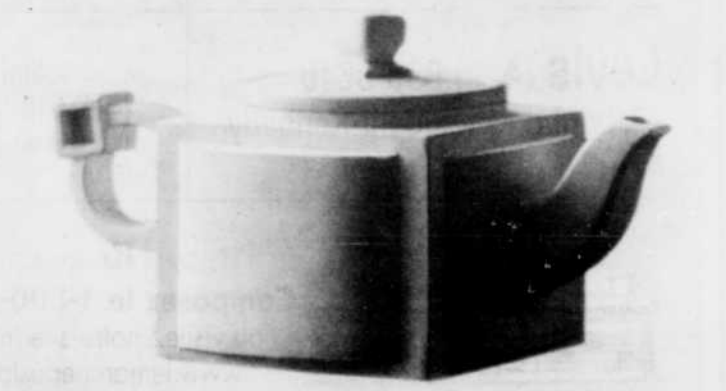
Théière japonaise en fonte émaillée. Camellia Sinensis, 68\$



Théières Yixing, ou à mémoire, qui absorbent la saveur du thé. Camellia Sinensis. Celle de gauche, 30\$, celle de droite, 108\$



Du Vietnam, céramique. Camellia Sinensis, 34\$



Théière à mémoire. Eddy Laurent, 123,99\$

Économies
INCROYABLES!

LE MARCHÉ DU STORE
DIRECTEMENT DE NOTRE MANUFACTURE

jusqu'à **15%** de rabais

Stores de bois naturel

Modèle Laredo^{MD}
Ex.: 24" x 30" **107²⁸\$**



Photo: Modèle Laredo^{MD} avec gallon de tissu décoratif en option

Garantie
à VIE
sur TOUS nos
stores faits sur
mesure!



Ministores aluminium
Modèle Softlook^{MD}
Ex.: 18" x 42" **68⁴⁰\$**

20,000
styles & couleurs
et les conseillers-
experts
pour vous aider à choisir!

• Plus grande **SÉLECTION!** • Plus bas **PRIX!** • Meilleur **SERVICE!** •

Vanier (418) 687-0053
265, boul Wilfrid-Hamel
Angle Pierre-Bertrand, en face de l'hôpital

St-Georges de Beauce (418) 228-0067
9000, boul. Lacroix
Voisin de IGA et S&Q

Lévis (418) 838-8646
72, boul du Président-Kennedy
En face du McDonald's

Chicoutimi (418) 549-1465
1505, boul. Talbot
En face du restaurant Tim Horton's



Plus de **110** supermagasins!
Composez le **1-800-254-6377**
ou visitez notre site internet au
www.lemarchedustore.com

Prime! Épargnez jusqu'à 15%

AU-DELÀ DE NOS TRÈS BAS PRIX «DIRECTEMENT DE NOTRE MANUFACTURE»

10\$ de rabais

prime!

À CHAQUE ACHAT
DE 100\$ OU PLUS
CHEZ LE MARCHÉ
DU STORE

code: GM727033 Expire le 20 FÉVRIER, 2005

20\$ de rabais

prime!

À CHAQUE ACHAT
DE 200\$ OU PLUS
CHEZ LE MARCHÉ
DU STORE

code: GM727033 Expire le 20 FÉVRIER, 2005

50\$ de rabais

prime!

À CHAQUE ACHAT
DE 500\$ OU PLUS
CHEZ LE MARCHÉ
DU STORE

code: GM727033 Expire le 20 FÉVRIER, 2005

15% de rabais

prime!

À CHAQUE ACHAT
DE 1000\$ OU PLUS
CHEZ LE MARCHÉ
DU STORE

code: PD727033 Expire le 20 FÉVRIER, 2005

Expire le 20 FÉVRIER, 2005 Codes: GM727033 & PD727033

Ce coupon doit être présenté lors de l'achat. Non valable sur les achats antérieurs et ne peut être jumelé à aucune autre offre. Non applicable à l'achat des cartes-cadeaux.

style délices



L'authentique TRUFFE NOIRE

■ La chasse aux truffes noires bat son plein en France en février et mars. Cadeau original à offrir à l'élu(e) de son cœur pour Noël ou la Saint-Valentin en lieu et place du chocolat et des fleurs, le « diamant noir » gagne des adeptes au Québec. Mais comme les sacs Hermès et les montres Cartier, l'authentique truffe, cet ultime symbole de luxe gastronomique, est parfois victime de contrefaçon. Gare aux imposteurs !

À Noël, en France, dans certains milieux, il est dans les mœurs de s'offrir des truffes fraîches. Une tendance qui semble prendre du galon au Québec également, si l'on en croit Bruno Marie, du Marché transatlantique, seul importateur commercial de ces exquis champignons au Canada. « Le gros de notre clientèle, ce sont une vingtaine de chefs cuisiniers, dont ceux des restaurants Laurie Raphaël, d'Initiale, du Saint-Amour, du Château Frontenac et du Manoir Richelieu. Mais cette année, une dizaine de consommateurs sont aussi passés à nos bureaux de Montréal pour venir chercher une truffe fraîche en disant que c'était pour offrir. » Cette charmante tendance émergente semble aussi se dessiner pour la Saint-Valentin, période durant laquelle les truffes noires fraîches sont encore plus savoureuses parce que plus mûres qu'à Noël.

Inabordable, la truffe ? Oui, *a priori*, si l'on considère son prix de détail d'environ 2200 \$ le kilo. Un prix qui se justifierait par sa rareté : capricieuse, très difficile à repérer et à débusquer — ce qui se fait grâce aux services d'un chien truffier dressé à prix d'or, d'un cochon ou d'une mouche qui pond ses œufs là où le champignon pousse — la truffe est en déclin. D'après les producteurs du Quercy, d'où proviennent celles destinées au marché québécois, la récolte est passée de 55 tonnes en 1958 à 8 tonnes seulement en 1998. Mais si l'on considère qu'une belle truffe va chercher dans les 30 g, soit autour de 70 \$, la perspective change et ce champignon magique se retrouve concurrentiel devant un excellent chocolat. Comme nombre de produits fins, il n'en faut qu'une infime quantité pour rehausser de façon spectaculaire l'arôme et le goût d'un plat : quelques fines lamelles sur un plat de pâtes, une tartine beurrée ou dans des œufs brouillés et vous voilà au paradis. Vous ferez donc pas mal de chemin avec une seule truffe fraîche, qui se conserve environ deux semaines. C'est du moins le cas lorsque vous achetez le produit authentique, la truffe noire, la *tuber melanosporum*.



Anne
Desjardins

delices@lesoleil.com

Collaboration spéciale

LA TRUFFE CHINOISE : À PROSCRIRE !

Sauf qu'en 1995, un vent de panique a soufflé chez les truffiers français lorsqu'une « fausse » truffe, un imposteur, a inondé les marchés internationaux à coup de centaines de kilos : la truffe chinoise, *tuber indicum*, qui pousse dans l'Himalaya et ressemble à la truffe périgourdine comme une sœur. Mais là s'arrête la comparaison. Car elle n'en a ni le parfum puissant ni la délicate saveur. Les Français n'ont pas tardé à réagir en mettant au point un système de contrôle extrêmement sévère auprès des truffiers, des revendeurs et des restaurateurs afin d'éviter la contrefaçon et la fraude. Des chercheurs du CNRS ont même créé un test d'ADN pour distinguer la vraie de la fausse, lequel pourrait éventuellement être appliqué à l'ensemble de la Communauté économique »

européenne. Il en va de la préservation du patrimoine génétique de la truffe et de son fragile écosystème, car il suffirait qu'un seul plant de truffe chinoise se développe aux côtés d'une truffe noire pour le coloniser et ruiner son développement.

Malheureusement, au Québec et ailleurs, les revendeurs de truffes chinoises (*tuber indicum*) ont la part belle et font des affaires d'or en proposant leurs champignons trois fois moins cher, soit autour de 800 \$ le kilo. Une aubaine sur laquelle trop de restaurateurs se ruent. « Dans certains établissements, on les sert en petite quantité au client à prix d'or en clamant que ce sont d'authentiques truffes noires, résume Bruno Marie. Pour masquer leur absence totale de parfum, on ajoute un trait d'huile de truffe, et le tour est joué. C'est de la fausse représentation. Mais il ne faut pas se leurrer : une Mercedes à 10 000 \$, ça n'existe pas ! »

NOIRE OU BLANCHE ?

Si la truffe dite du Périgord est la plus célèbre, avec sa chair violacée veinée de blanc, cette région n'a pas le monopole de sa production, puisqu'elle pousse aussi dans la Touraine et jusqu'à la frontière italienne, en passant par les Pyrénées et la péninsule ibérique. On en produit 75 tonnes chaque année, contrairement à la truffe blanche (*tuber magnatum pico*), plus rare (25 tonnes annuellement), très goûteuse, qui pousse uniquement dans certaines régions du nord de l'Italie et qui est récoltée en novembre. De la douzaine de variétés de truffes, ce sont les deux seules prisées des connaisseurs.

Bruno Marie ne fait pas affaire avec des courtiers. Depuis 12 ans, il commande directement ses truffes noires à M. Jean-Luc Clamen, un caveur d'expérience qui officie dans le Quercy. Celui-ci en expédie 120 kg en trois arrivages différents, de la fin novembre au début mars. À la fin de la saison, les truffes surgelées sous vide font leur apparition, et sont produites par la maison française Urbani. Ces dernières sont tellement parfumées qu'elles embaument, même congelées. Une autre option consiste à acheter des truffes noires en conserve. Légèrement moins goûteuses à cause du procédé de conservation, elles demeurent quand même une solution de rechange valable. Enfin, pour les jours de semaine, on peut parfumer ses plats avec quelques cuillers d'huile de truffe noire pour leur donner un petit air de fête.

À part Anjou Québec, à Montréal, les épiceries fines ne vendent pas de truffes fraîches parce qu'elles sont trop coûteuses et trop fragiles. On les commande directement auprès du distributeur, le Marché transatlantique, qui les livre par service de messagerie en 24 heures partout au pays : 1 800 394-3530, ou (514) 257-3530



COLLABORATION SPÉCIALE ANNE DESJARDINS

Pour la choisir : la plus belle truffe n'est pas nécessairement la meilleure. Elle peut avoir une apparence bossue, qui témoigne des obstacles souterrains qu'elle a dû affronter en cours de croissance. À maturité, elle sera foncée et bien ferme.

Une initiation à la truffe en cuisine

Comme tous les aliments haut de gamme, tels le canard, le foie gras, le caviar ou le safran, la truffe intimide de prime abord. Pourtant, elle est très facile à utiliser en cuisine. S'il existe une foule de produits dérivés qui permettent d'obtenir des résultats intéressants (huile, conserve, pâté du Périgord truffé), rien ne vaut une truffe fraîche. Pour la choisir : la plus belle truffe n'est pas nécessairement la meilleure. Elle peut avoir une apparence bossue, qui témoigne des obstacles souterrains qu'elle a dû affronter en cours de croissance. À maturité, elle sera foncée et bien ferme. On ne la nettoie qu'au dernier moment, à l'aide d'une brosse. Pour la conserver de 2 à 10 jours : l'entourer de papier absorbant et la placer au réfrigérateur dans une boîte hermétiquement fermée. Changer le papier quotidiennement. Comme tout champignon, la truffe a horreur de l'humidité et de la condensation. Au moment de la cuisiner : après l'avoir bien brossée pour éliminer la terre, la rincer rapidement sous l'eau tiède et l'assécher. On la découpe en lamelles de l'épaisseur d'une croustille avec une mandoline ou un couteau bien aiguisé. On peut aussi en faire des copeaux, la découper en juliennes, en dés ou en brunoise. Pour l'apprêter : la truffe se déguste crue ou juste réchauffée. Elle se marie à merveille avec les œufs, les potages qui ont un goût délicat (courge, céleri-rave), les plats à la crème, les pâtes, les mescluns, les poissons blancs à chair fine et les légumes qui ne sont pas acides. Quelque 20 g suffisent amplement à parfumer un plat pour quatre convi-

ves. Ou quelques lamelles par personne. À cause de son goût unique, il convient de la mettre en vedette dans des préparations simples. Avec l'huile de truffe noire, utiliser 5 ml par convive et quelques gouttes seulement pour l'huile de truffe blanche.

QUELQUES IDÉES SIMPLES :

- en tartine : beurrez des tranches minces de baguette de la meilleure qualité, garnissez de fines lamelles de truffes. Mangez cru ou passez sous le grill une quarantaine de secondes.
- dans les pommes de terre : préparez votre recette préférée de purée, avec un peu de crème et de beurre (au lieu du lait) et râpez-y des copeaux de truffe fraîche.
- dans les œufs brouillés : même principe que pour la purée. Ajoutez un peu de ciboulette. Servez les œufs crémeux sur des toasts beurrés.
- dans les pâtes : faites un faux Carbonara en battant 2 œufs, 30 ml de crème ou d'eau, 45 ml de persil plat finement ciselé, du sel, du poivre et quelques morceaux de truffes hachés finement. Cuisez des spaghetti *al dente*, jetez-les ensuite dans une poêle bien chaude où des ciboules ont sué dans le beurre. Mélangez bien. Hors du feu, ajoutez les œufs, touillez rapidement.
- poireaux vinaigrette : faites une vinaigrette à base d'huile de tournesol ou de canola, d'un peu de vinaigre de vin rouge ou de balsamique et d'échalote sèche. Salez, poivrez. Ajoutez des lamelles de truffes hachées finement. Laissez macérer de 24 à 48 heures et servez sur des poireaux cuits à la vapeur.

BANC D'ESSAI

STÉPHANIE BOIS-HOUDE
Collaboration spéciale

Jus d'ail rôti au naturel en vaporisateur

GARLIC VALLEY FARM, 9,75 \$

Vous utiliserez l'ail en vaporisateur un peu, beaucoup ou généreusement en ayant en tête que huit vaporisations correspondent à l'équivalent d'une petite gousse. De teinte caramel doré, ce jus concentré (qui sent et goûte l'ail qui a retenu ses arômes en rôtissant) assaisonne viandes et volaille avant et après la grillade, les salades ainsi que les légumes cuits à la vapeur, une fois prêts à être servis avec de la fleur de sel. Et, contrairement au beurre à l'ail, ce produit ne contient aucun gras. On s'en servira également pour rehausser les fruits de mer ainsi que les croûtons de pain à griller... En vente dans les épiceries fines.



Sauce apéritive à l'avocat (guacamole)

LEADER PRICE, 6,09 \$

Avec une étiquette européenne comparable en termes de qualité aux produits préparés pour les marques maison de grandes bannières, Leader Price empote cette sauce à l'avocat d'une texture de mayonnaise plus fluide que l'authentique purée citronnée d'avocat indissociable des nachos et de la salsa. Si vous n'avez pas sous la main d'avocats mûrs afin de broyer leur chair en guacamole, la sauce moyennement piquante, additionnée de poivrons rouges et verts, d'oignon, de piments forts et de cheddar, goûte le Mexique par procuration ! Davantage un condiment qu'une trempette, elle ajoute du piquant aux tacos farcis au bœuf épicé ainsi qu'aux tortillas au poulet en sauce tomate. En vente dans les épiceries fines.



Bâtonnets de blé entier au sésame

SAN FRANCISCO
STYLE, 3,29 \$

Cuits au four, ces grisols faits d'une pâte à la farine de blé entier sont croustillants à souhait et plus savoureux que ceux à la farine blanche. Parsemés de graines de sésame avant leur cuisson, ces bâtonnets en sont bien enrobés d'où leur saveur grillée. Cristaux de gros sel en moins, ces grignotines tiennent du pretzel... en version santé. À introduire dans la corbeille à pain à l'heure de la soupe ! En vente dans les épiceries fines.



Le Pain béni

STÉPHANIE BOIS-HOUDE
Collaboration spéciale

■ En rompant le petit pain chaud au levain, et en le portant à notre bouche, l'excitation du premier communiant monte en nous. Est-ce la chaleur de sa mie nous réchauffant les mains qui provoque cet état de grâce? À l'étage inférieur du paradis, juste au-dessus du purgatoire, nous venons de nous attabler au Pain béni, un très sympathique resto où une cuisine du marché créative sans surcharge et un service gentil tout plein ne tarderont pas à faire la réputation d'un établissement sur lequel flotte déjà une odeur de sainteté!

Le Pain béni s'est installé au printemps dernier dans l'ex-47^e Parallèle, au rez-de-chaussée de L'Auberge de la place d'armes. Suivant le mouvement à l'épure, le longiligne espace a vu sa déco allégée au point où l'on découvre les murs briquelés auparavant « invisibles ». Superpositions de couleurs rouille, incarnat et jaunes qu'on dirait étalées à la spatule, les toiles de l'artiste Maurice Richard soulignent la géométrie de la salle principale dallée de céramique terra cotta. Ouverte, la cuisine donne envie de s'y glisser incognito pour voir qu'est-ce qui y mijote. Une soupe à l'oignon à la bière? Non. Plutôt une crème à la patate douce, purée caressante veloutée de crème sans compter...



LE SOLEIL, ÉRICK LABBÉ

Au Pain béni, on redécouvre les murs briquelés auparavant « invisibles ».

CRITIQUE

Isolées au confessionnal, une banquette ainsi baptisée pour s'accuser « pour la peine » du péché de gourmandise, nous sombrerons dans le vice au son du jazz mélodique de Norah Jones. Si l'on se fie au récit enjôleur du serveur à propos du *potjveslesch* — une galantine ou de la viande de porc en gelée —, nous résisterions au gravlax de flétan mariné qui relève le saumon de ses fonctions. Ah, le gravlax...

Escorté d'une salade de bok choy émincé, le poisson blanc à la chair ferme et blanche a été tranché à la main en respectant un standard d'épaisseur qui permet d'apprécier la texture légèrement laquée de sa chair gorgée de marinade à la vodka. En s'élevant une bouchée et la zéstant avec l'un des suprêmes d'orange pelée à vif, le fruit, l'alcool et le poisson « à cru » se révèlent les uns aux autres en un cocktail scandinave!

Prisonniers consentants, une tomme lavée au cidre et du suisse se lient à jamais dans la coupelle de pâte phyllo qu'est la tartelette au fond de laquelle la fourchette déterre du blanc de poireau fondu et un pleurote sauté. Pour honorer les fromages, le chef complète avec un chutney à la pomme Granny Smith parfumé, nous semble-t-il, à l'estragon. S'y joint, en guise de finition, un sirop au porto. Très fin.

Une deuxième assiettée aurait été nécessaire pour résoudre le mystère de l'épice aromatisant presque imperceptiblement le potage orangé à la patate sud-américaine... Aurions-nous alors terrassé le poulet de Cornouailles? Improbable! Arrosée de vin doux, la peau caramel doré de ce petit volatile juteux, présenté entier, porte les stigmates du grill. Se détachant docilement des os, sa

viande encore mouillée n'a pas été choquée par ce traitement! Pourquoi l'humecter d'une sauce crémeuse à la moutarde de Meaux? C'est si bon! Un risotto aux champignons remarquable pour son fumet de vin blanc et une salade verte truffée de mini-tomates mûries sur grappe et d'une julienne de poire à la vinaigrette citronnée nous réduisent au contentement!

Tandis que l'amie décortique ses crevettes géantes de l'Argentine, nous lui volons, mine de rien, un pétoncle aussi gros en l'enrobant de la bisque déliée qui fait office de sauce homardine. Autour d'un dôme de riz safrané de style paella à la valencienne (avec petits pois), crustacés et mollusques brillent par leur tendreté.

Les pécheresses que nous sommes s'assagissent au dessert... Clin d'œil de connivence échangé avec notre serveur... Ce sera partie remise pour demain soir où nous savourerons la tarte aux trois chocolats, sauce au cappuccino, devant l'émission *Rumeurs* projetée au petit écran...

Pour : l'extrême gentillesse du service qui anticipe les questions et les souhaits

Contre : courte carte de vin au verre

Le Pain béni

24, rue Sainte-Anne, Québec

Téléphone : 694-9485

Type de cuisine : cuisine du marché

Ouvert du mardi au vendredi dès 11 h 30 et dès

17 h 30 tous les soirs. Fermé le lundi.

Table d'hôte du midi de 10,95 \$ à 14,95 \$

Table d'hôte du soir de 27 \$ à 39 \$

Entrée de 5 \$ à 17 \$

Plat de 18 \$ à 30 \$

Pâtes de 15 \$ à 19 \$

Pizza de 15 \$ à 19 \$

Bouteille de vin à compter de 29 \$

Stationnement dans la rue

MILLEFEUILLES

ANNE DESJARDINS

Collaboration spéciale

Connaître l'Asie et le Pacifique...

L'Asie du Sud-Est permet d'entrouvrir la porte sur des cultures très riches et fort différentes de la nôtre. Des cultures qui se sont mutuellement influencées, notamment au plan culinaire. Le Sri Lanka, l'Indonésie et la Thaïlande partagent avec l'Inde un patrimoine composé d'épices, d'ingrédients, de coutumes et de savoir-faire distinctifs. *Saveurs indiennes* est un des plus beaux ouvrages et des plus complets sur l'incroyable variété et complexité du sous-continent indien. Il s'agit autant d'un carnet de voyage et de propos gourmands que d'un livre de recettes. Neuf escales en tissent la trame : du Rajasthan au nord à Madras au sud, avec arrêt du côté de Calcutta et de la très cosmopolite ville de Bombay. Chaque escale est un prétexte à des rencontres insolites avec des villageois, des citoyens, des cuisiniers professionnels et des mères de famille qui ont installé leurs chaudrons en plein air. Ces gens aux origines diverses sont liés par leur amour d'une cuisine spécifique à leur coin de pays. Au-delà de la géographie, on découvre les innombrables influences (turque, iranienne, anglaise, chinoise) qui, à travers les siècles, ont jeté les bases d'une des gastronomies les plus complexes du monde. Avec ses photos touchantes où l'humain est en vedette au milieu de ses rituels gourmands, ses textes riches et ses recettes simples, ce livre est un pur bonheur.



CATHERINE BOURZAT/LAURENCE MOUTON, *Saveurs indiennes*, Éditions du Chêne

Recettes simples et authentiques

Pour ceux que le savoir-faire intéresse, *Curry party* offre un répertoire épatant de recettes pour maîtriser les bases de la cuisine de l'Asie du Sud-Est. Celles qu'on nous présente ici sont des préparations simples, adaptées aux réalités de l'approvisionnement occidental. Ce qui ne les empêche pas d'être

authentiques, avec leurs parfums de citron kéfir, de galangal, de basilic thaï, de cardamome et de safran. La plupart de la centaine de plats de *Curry party* sont d'origine thaïe et indienne, mais plusieurs sont communs au Sri Lanka et à l'Indonésie : roghan josh, korma d'agneau, brochettes de tofu au curry satay, poulet aux mangues ou aux abricots et noix de cajou, curry de légumes ou de haricots verts. Chaque recette est précédée d'une explication sur ses origines et sa signification dans la culture du pays visité. Comme le mot *curry* signifie « plat en sauce » en langue hindie, les recettes mijotées ou les sautés y occupent une place importante. Les photographies de Deirdre Rooney simplifient le procédé d'apprentissage et confèrent à ce livre une élégance et une sobriété en phase avec le modèle des livres de cuisine australiens que tous les éditeurs du monde copient. D'ailleurs, l'auteure elle-même vient de Sydney, mais elle a arpenté la planète dans tous les sens, à la recherche des meilleures cuisinières de chaque pays, à qui elle a choisi de rendre hommage dans ses livres.

JODY VASSALLO, *Curry party*, éditions Marabout

Déjà 20 ans

Eu Vrac

ÉPICERIE FINE

Un velours pour vos salades

Halles Fleur de Lys
527-3658

La soupe est servie!

On ne dira jamais assez à quel point un bon potage ou une solide soupe constituent un merveilleux concentré d'énergie, un exceptionnel point de ralliement pour toutes sortes de vitamines et protéines nécessaires à notre quotidien et, enfin, un remarquable exemple de raffinement gastronomique.

Au fait, connaissez-vous la différence entre soupe et potage?

La soupe est le pain que l'on détrempé du bouillon tandis que le potage est la préparation faite dans un pot ou une marmite.

Cela dit, je vous parle aujourd'hui d'un potage mexicain baptisé à la Pancho Villa, en l'honneur du célèbre révolutionnaire. Un véritable repas complet, reconstituant, énergétique, bref miraculeux pour notre tonus, que l'on soit à la tête d'une révolution ou non!

Potage à la Pancho Villa

INGRÉDIENTS

1 livre	de bœuf coupé en morceaux de 1 pouce
1 boîte	de tomates concassées (plus ou moins 450 g)
1,3 litre	de bouillon de bœuf
3 c.	à soupe d'huile d'olive
150 ml	de vin rouge
1	oignon haché

1	poivron vert (épépiné et haché finement)
1	petit piment rouge (taillé comme le poivron vert)
2	gousses d'ail (finement hachées)
1	carotte (finement hachée)
1/4 de c.	à thé de coriandre en poudre
1/4 de c.	à thé de cumin en poudre
1/4 de c.	à thé d'origan séché
1 pointe	de cannelle
30 g	de raisins secs
60 g	de riz blanc à longs grains
zeste	d'une demi-orange, râpé
1	feuille de laurier
20 g	de chocolat noir fondu

PRÉPARATION

- Faites dorer, sur chaque face, les cubes de viande dans la moitié de l'huile d'olive (soit 1 1/2 c. à soupe). Réservez sur le côté et arrosez avec le vin.
- Dans une casserole adéquate, faites chauffer, à feu moyen, le reste de l'huile d'olive (soit 1 1/2 c. à soupe).
- Incorporez l'oignon; couvrez et faites revenir 3 à 4 minutes en remuant. Ajoutez poivron, piment, carotte et ail et laissez cuire à nouveau 3 à 4 minutes.
- Incorporez alors le cumin, la coriandre, la cannelle, l'origan et le zeste d'orange.
- Après deux ou trois tours de cuillère en bois, ajoutez les tomates, le bouillon et votre viande mouillée de vin.
- Attendez que cela frémitte et diminuez le feu de façon à laisser mijoter le tout (bien couvert) du-

rant une bonne heure. Veillez cependant à mélanger de temps à autre (toujours à la cuillère en bois).

- Voici venu le moment d'ajouter le riz, les raisins secs et... le chocolat. C'est reparti pour une demi-heure de cuisson que vous surveillerez quand même jusqu'à ce que votre riz soit bien cuit. Servez bien chaud dans des bols profonds.

Si vous avez la chance de trouver de la coriandre fraîche, utilisez-la pour la décoration finale. C'est beau et surtout très bon.

À BOIRE

Quel petit jus d'octobre pourrait agréablement ce repas pour skieur fourbu ou desperado patenté?

Certains blancs s'y prêtent très bien. Sans hésitation, je déboucherais un Château La Tour de l'Évêque blanc 2003 (SAQ 972 604, 750 ml, 16,55\$).

Après en avoir admiré la robe paille, on remarque un nez constellé d'agrumes où pointent avec subtilité quelques notes anisées. On savoure aussi la particularité de cépages comme le rolle, que d'autres appellent aussi Malvoisie de Corse et, plus classique mais tout aussi intéressant, la fraîcheur du semillon et l'ugni Blanc. Un vin qui, par sa légèreté et son fruité, s'adapte à une cuisine très cosmopolite, où prédominent les épices fine et l'huile d'olive.

Un vin que l'on doit à Régine Sumeire, la vigneronne de la Presqu'île de Saint-Tropez! Une femme de caractère qui nous a conquis depuis longtemps que ce soit en blanc, en rosé

CARTE BLANCHE... ET ROUGE

(Pétales de rose) ou en rouge avec des Côtes de Provence du meilleur cru.

ROBE FONCÉE

Si vos goûts penchent plutôt vers les robes foncées, essayez, cette fois encore un Château la Tour de l'Évêque Côtes de Provence 2002 (SAQ 440 123, 12,5% alc-vol, 750 ml, 16,55\$)

Ou alors plongez-vous dans l'arrière-goût d'un printemps encore lointain, avec un rosé!

Les quelques jours de température clémente que nous venons de connaître, magnifient l'effet espiègle d'un petit verre de rosé, lorsqu'un soleil déjà moins timide vient nous faire relever le nez par-dessus les écharpes.

OU ROSÉE...

En matière de rosé, hommage à un grand classique, le Rémy Panier 1997 (SAQ régulier 511 477, 750 ml, 11,5% alc-vol, 12,70\$). Du 100% cabernet franc, natif du pays de Loire, repris sous l'appellation de « Vins de pays du jardin de la France »! Cela inclut 10 départements du centre-ouest de l'hexagone tels le Cher, le Loiret, la Maine et Loire, le Loir et Chère, les deux Sèvres.

Médaillé d'or aux Sélections mondiales de Montréal, il pianote de fraise en cerise avec une belle longueur en bouche. Hormis tout un assortiment de salades, on en raffole avec les charcuteries et certains potages, comme celui d'aujourd'hui, mais aussi la fameuse *aigo bollido*, soupe à l'ail provençale!

Seul bémol! Si vous la consommez à la Saint-Valentin, soyez certains d'être deux à la manger, sinon le tête à tête risque de tourner court.



Jérôme-Henri
Dejardin
JHDdejardin@hotmail.co
Collaboration spéciale

CARAMBA!
une cuisine originale et authentique

<p>Le 12 février Soirée romantique tropicale avec groupe latino Mens - DeL Amor - 29⁹⁵ par personne Musique • Ambiance</p>	<p>Le 14 février Soirée romantique 58⁹⁵ pour 2 personnes 2 menus spéciaux Une bouteille de vin incluse Réservez tôt (416) 525-9191</p>
---	--

7 JOURS
le forfait parfait!

BAZAR et SERVICES
Les petites annonces du Soleil **844-4444**

Camps de cuisine
pour **enfants**
et ados

SEMAINE DE RELÂCHE
28 février au 4 mars

COURS DE CUISINE
pour tous

ACADÉMIE CULINAIRE

RÉSERVEZ MAINTENANT — À MONTRÉAL 514 393.8111 / À QUÉBEC 418 780.2211 / www.academieculinaire.com

Le Vendôme

SPÉCIAL POUR DEUX PERSONNES

Pâte de fete maison
Cœurs d'artichaut vinaigrette
Crêpe de saumon fumé florentine
Potage du jour, consommé ou jus de tomate
Linguini aux fruits de mer
Escalope de veau savoyarde
Filet de saumon au vinaigre de framboises
Confit de canard à l'érable
Entrecôte sur grill sauce champignons
Table à desserts et café ou thé
Avec 1/2 bouteille de vin blanc ou rouge

pour 2 personnes **55^{\$}**

Réservez tôt pour la Saint-Valentin

36, côte de la Montagne
www.restaurantvendome.com
692-0557

La Saint-Valentin

une tête aux origines romaines



Il est difficile de savoir qui était saint Valentin puisque, au total, sept saints chrétiens ayant pour prénom Valentin sont fêtés le 14 février. Le plus probable est sans doute un médecin devenu prêtre à Rome au III^e siècle, sous le règne de l'empereur Claude II. Ce dernier, trouvant que les hommes mariés faisaient de bien mauvais soldats en raison de leur dépendance à leur famille, décida, en 268, d'abolir le mariage. C'est pour avoir continué de célébrer clandestinement des mariages que saint Valentin fut arrêté et, deux ans plus tard, exécuté. Il fut enterré sur la voie Flaminienne où on lui rendit un culte.

Quant à la vocation de fête de l'amour associée à la Saint-Valentin, la plupart des historiens croient qu'elle vient des Lupercales, fêtes marquant le premier jour du printemps dans l'ancienne Rome et célébrées vers la mi-février. On organisait alors un tirage au sort pour former des couples qui demeureraient ensemble pour le reste de l'année. Les Chrétiens ont sans doute transformé cette fête païenne en fête religieuse, en lui donnant le nom d'un saint, comme les Québécois ont changé la Fête de la Reine en Fête des Patriotes.

Et Cupidon dans tout cela ? Il est romain lui aussi. Correspondant à Éros dans la mythologie grecque, il est le dieu de l'amour. Le fait qu'il soit personnifié par un chérubin muni d'un arc et de flèches est sans doute une autre adaptation chrétienne. Rendons à César ce qui est à César et à Dieu ce qui est à Dieu !

CADEAUX :
épater l'être aimé en
sortant des sentiers battus

Alors que les traditionnels bouquets de roses (toujours en nombre impair et jamais assorties à des œillets), boîtes de chocolat, ensemble de lingerie fine et autres coffrets de parfums sont toujours en tête des présents les plus offerts par les amoureux transis à leur tendre moitié pour la Saint-Valentin, il est aussi possible de sortir des sentiers battus en optant pour des cadeaux plus insolites et tout aussi romantiques.

Pour commencer, pourquoi ne pas offrir à votre tendre moitié une fin de semaine touristique à... Québec? Vous pourrez par exemple chanter la pomme à votre amoureux(se) à bord d'une calèche qui vous fera (re)découvrir les plus belles rues et places de la cité. Peut-être le cocher acceptera-t-il de vous déposer devant le restaurant que vous aurez choisi pour glisser des mots doux à l'être aimé tout en dégustant de somptueux mets. Et pour finir en beauté, pourquoi ne pas passer la nuit dans une suite d'un des hôtels de la ville? (N'oubliez pas de faire préalablement déposer dans la chambre une tenue de rechange pour le lendemain et une brosse à dents...)

Quelques idées de dernières minutes pour celles et ceux à qui il reste très peu de temps pour faire bonne figure :

Un bon cadeau pour un après-midi de relaxation dans un centre de beauté

Un abonnement chez un fleuriste qui livrera un nouveau bouquet toutes les deux semaines

Un abonnement pour des cours de tango, de salsa, etc.

Une femme de ménage à domicile. Un bon moyen de libérer les fameux samedis matins « ménages »



D'autres pourront opter pour un pique-nique presque improvisé sur les bords du fleuve Saint-Laurent ou, pour les plus frileux, devant un foyer (voire un calorifère). Au programme : bouteille de champagne, couverture en laine et délicieuses bouchées (les boîtes « cocktail dînatoire » – cochonne ou gourmande – amoureusement préparées pour l'occasion par le traiteur Deux Gourmandes et Un fourneau seront parfaites pour célébrer la fête de l'amour les yeux dans les yeux. (Deux Gourmandes et Un fourneau : 1960, Saint-Michel, coin Maguire, tél.: 687-3389). Et pourquoi ne pas profiter de cet instant magique pour remettre à l'être choyé une enveloppe contenant un abonnement de théâtre ou de cinéma accompagné d'un petit mot doux expliquant que ce cadeau vous permettra de passer de nombreuses soirées en amoureux ?

Vous êtes plutôt des adeptes de soirées romantiques à domicile? Profitez-en pour transformer, le temps d'une soirée, votre salon en véritable décor pour couple princier des mille et une nuits. Pour cela, il vous suffira de penser bougies – opter pour une trentaine de grosses bougies que vous éparpillerez dans la pièce (devant la fenêtre, sur un buffet, etc.). Vous pourrez également joncher le sol de pétales de roses (demander à un fleuriste) et recouvrir vos canapés et fauteuils de tissus rouge flamboyant, orange, rose fuchsia, etc. pour donner à la pièce un nouveau look très chaud et romantique.

LE SAINT-ICTOIRE
BISTRO • RESTAURANT

*Week-end
St-Valentin*

Picasso aux crevettes et brandy
OU
Feuilleté d'asperges et jambon de Parme
OU
Potage fraîcheur
OU
Suprême de volaille servi sur pommes de terre douces grillées
OU
Magret de canard en robe de lard et son mijoté de flageolets et pleurotes
OU
Escalopes de saumon au beurre d'oseille sur perles de risotto
OU
Mousse aux deux symphonies Caramel à la grenadine
36\$

380, Charest Est, Québec
Réservations : 525-5656

45\$^{99\$} /pers.

Les préliminaires:

Bruschetta d'avocats parfumés avec amour au saumon fumé et crevettes accompagnés de douce folie printanière et d'une vinaigrette enivrante

Croustillantes et délectables petites caillies confit enlacés dans un nid d'amour et jus mielleux

Granité de fruits interdits

Assiette gastronomique de complicité de bonheur composée de :

La complicité secrète de pétoncles et crevettes entrecroisés dans un élan de passion de feu ardent de l'intime harmonie

et

Le séduisant magret de canard rôti tendrement, nappé d'un nectar parfumé de cerises sauvages

et

La sensuelle longe d'agneau passionnément farcie d'épinards et de camembert enrobée d'une douce robe de filo et glace de viande parfumée de tomates, ail grillé et romarin

et

Le plaisir extrême de l'abondance chocolatée de la jouissance gustative

et

Infusion de l'éveil ou de la détente pour une nuit

Le Truffé
PÂTISSERIE - TRAITEUR

2300, boulevard Père-Lelièvre Duberger
Téléphone : 418 681-3384

- PAIN CUIT SUR PLACE
- PÂTISSERIE NOUVELLE, CHOCOLAT MAISON, FROMAGE, CHARCUTERIE, SALADE MAISON
- TRAITEUR

SPECIAL ST-VALENTIN!
MENU POUR 2 ENTRE AMOUREUX...

www.lettruffe.com

1071004

1071004

VENEZ DÉCOUVRIR TOUS NOS AUTRES DÉLICÉS.

RISTORANTE
LA TERRASSE
SCALA
TRATTORIA
fine cuisine italienne

En fin de soirée, la *piccola* au 2^e étage

Ambiance lounge où déguster confortablement chocolats fins, cafés flambés, fromages et choix complet de portos.

DU MERCREDI AU SAMEDI
souper «pianissimo» en musique

JEUDI, VENDREDI ET SAMEDI SOIR,
à compter de 22 heures
les chansonniers
(Aznavour, Brel, Brassens et autres)

Mario Brassard
Sébastien Blais
Denis Leblanc

529-8457
31, René-Lévesque Ouest, Québec
Valet P gratuit

Divin chocolat

On dit que certaines femmes aiment

mieux manger du chocolat que faire l'amour. Cette sensation d'extase serait attribuable aux substances contenues dans le cacao comme la caféine, la phényléthylamine, le salsolinol, la tyramine et la sérotonine, qui ont la propriété de stimuler le système nerveux à différents niveaux. On estime d'ailleurs que 40% des femmes et 15% des hommes souffriraient de «chocolisme», une forme de dépendance semblable à l'alcoolisme.

Mais chocolat et sexe ne sont pas inconciliables! En fait, le Dr Andrea Salonia, un chercheur italien, considère qu'il existe un lien entre la satisfaction sexuelle et le chocolat. Selon lui, les femmes aimant le chocolat semblent avoir une meilleure vie amoureuse.

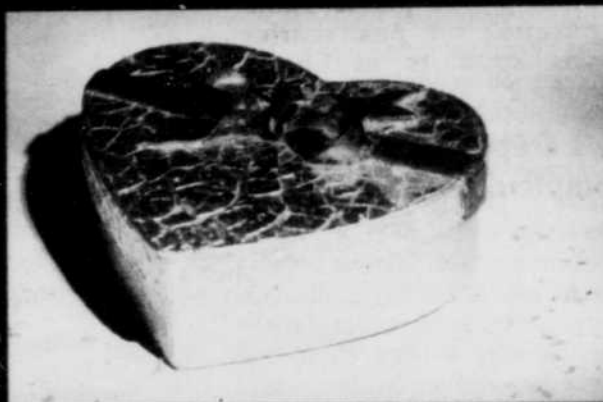
À condition qu'il ne contienne pas trop de sucre, le chocolat aurait des bienfaits pour la santé. Selon un article publié en décembre 2004 dans la revue *British Medical Journal*, le fait de manger 100 g de chocolat noir par jour permettrait de réduire les risques d'événements cardio-vasculaires de 21%. Le chocolat serait également un antidépresseur et un anxiolytique.

Nourriture des dieux ou du diable

Bien que le principal pays producteur de cacao soit aujourd'hui la Côte d'Ivoire et que 60% des cultures se retrouvent en Afrique, le chocolat est originaire du continent américain. Au Mexique, les fèves de cacao étaient utilisées à l'origine comme monnaie d'échange. Les Mayas et les Aztèques en tiraient le xocolatl, une boisson qu'ils offraient à leurs dieux. C'est pour cette raison qu'en 1735, le botaniste suédois Carl von Linné assigna au cacao le nom latin de *Theobroma cacao*, signifiant la «nourriture des dieux».

Toutefois, les Européens connaissaient déjà depuis longtemps les vertus... et les vices du chocolat. Au milieu du XVII^e siècle, certaines communautés religieuses en interdirent la consommation, sous prétexte que ses capacités revigorantes ne pouvaient être que diaboliques. Ces vertus stimulantes sont également décrites par Louis Lémery dans son traité des aliments publié en 1702.

Un péché permis



Si le chocolat est maintenant devenu un classique de la Saint-Valentin, ça n'a pas toujours été le cas. Le 14 février étant en plein carême, il fallait d'abord statuer sur la nature du chocolat dans les pays catholiques. Les Jésuites, qui en faisaient le commerce, soutenaient qu'il ne rompait pas le jeûne, alors que les Dominicains étaient convaincus du contraire. Cette controverse dura pendant plus de deux siècles.

Aujourd'hui, le chocolat n'est plus un interdit. Et comme il est à la fois bon pour la santé et excellent pour stimuler le désir, on serait fou de s'en passer!

*Grand week-end
des Valentins*
les 12, 13 et 14 février

Notre menu pour amoureux...

**Plaisirs gourmands
de la bonne chère**

pour 2 personnes **48\$**
à partir de

Une rose pour chacun
de nos convives!

Réservez tôt!



Heures d'ouverture:

lundi au vendredi:

11h à 22h

samedi et dimanche:

8h à 22h

Service de traiteur

647-0000 296, St-Joseph Est

Le coffret-cadeau idéal pour la St-Valentin



La Troupe V'la l'Bon Vent

présente tout en musique, en chanson et en poésie
son spectacle et son album

Mes tendres amours

Spectacles

vendredi

11 février

samedi

12 février

Salle Dina-Bélanger

*Aznavour Ferland, Bécand Trénet,
Maney Leclerc Prof Plamondon,
Léveillé Seguin Gauthier*

La Troupe V'la l'Bon Vent

Billets en vente à la billetterie

de la Salle Dina-Bélanger

au (418) 687-1016

Réseau Billetech :

www.billetech.com

En collaboration avec

LE SOLEIL

«Disque inspiré du spectacle
maintenant disponible chez Archambault»

Crêpes de la Saint-Valentin



Crêpes de la Saint-Valentin

Au moins un milliard de cartes de la Saint-Valentin seront envoyées cette année à des êtres chers de tous les coins du monde, dont 85% par des femmes. Selon l'adage, pour gagner le cœur de l'homme on doit passer par sa panse. Alors pourquoi ne pas marier bons souhaits et bonne bouffe ?

Les crêpes, une façon simple d'exprimer son amour à un être cher.

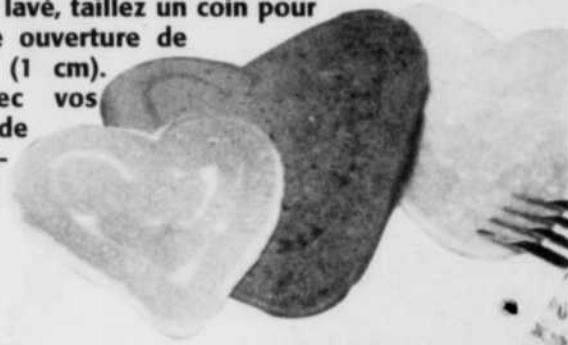
Crêpes au chocolat :



Préparez une recette de crêpes originales Blanc de ménage pour 6 ou 7 crêpes en suivant les directives de l'emballage. Ajoutez 3 cuillerées à soupe (45 ml) de cacao et 2 cuillerées à soupe (30 ml) de sucre cristallisé au mélange sec. Saupoudrez de sucre à glacer et servez avec des fraises tranchées.

Crêpes en forme de cœur :

Préparez une pâte de crêpes nature ou au chocolat. Versez la pâte sur une crêpière ou une plaque chauffante en lui donnant la forme d'un cœur. Faites cuire selon les directives. Pour simplifier le façonnage de la pâte, versez-la dans un sac pour glacer ou dans un sac de lait bien lavé, taillez un coin pour obtenir une ouverture de 1/2 pouce (1 cm). Servez avec vos garnitures de crêpes préférées. (EN)



FINE CUISINE ITALIENNE ET SUSHI BAR

St-Valentin

2005
12. 13. 14 février

- Ragoût d'escargots au chou braisé et vin rouge
ou
Ris de veau aux mangues caramélisées et sirop balsamique
- Insalata mista
ou
Crème du potager
- Sushi aphrodisiaque
ou
Volaille Rossini au porto et aux épinards
- Saumon en croûte de parmesan au beurre de poivrons doux
ou
Mignon de bœuf au poivre, anis étoilé et pommes de terre au gratin
- Dessert
- Thé ou café

55\$ par couple

Spécial de JAZZ
le 5 et 12 février

Réservez dès maintenant

1363, Maguire, Sillery 683-8111



INSTITUT
François
de Courval
DERMO-ESTHÉTIQUE

Elle vous confie souvent qu'elle aimerait retrouver une peau d'apparence plus jeune?

À la Saint-Valentin offrez-lui la beauté

UNIQUE AU MONDE

LA MÉTHODE BIOVAL^{MD} LIFT

Les cicatrices, les taches et la dépigmentation acquises, l'acné et ses séquelles, le vieillissement prématuré, la peau irradiée par les abus solaires ainsi que les flétrissures réagissent favorablement à cette approche!

Oui, les rides acquises sont réversibles!

1510, chemin Ste-Foy, Québec G1S 2P3

(418) 681-1510

1 877 681-1510

Internet : www.unik.ca

Courriel : fdecourval@oricom.ca

77 000 applications et 4200 clientes ne peuvent se tromper!

Paiement direct



PRIME CADEAU

à l'achat d'un soin d'une valeur de

100\$

obtenez **50\$** en produit maison (taxes incluses)

De plus, obtenez **25\$** de rabais à l'achat d'un certificat-cadeau de 100\$

Valide jusqu'au 9 mars 2005 sur présentation du coupon

INSTITUT
François
de Courval
DERMO-ESTHÉTIQUE

COCKTAIL DÎNATOIRE DE LA ST.VALENTIN POUR 2 PERSONNES



PARCE QU'ON NE VIT PAS QUE D'AMOUR ET D'EAU FRAÎCHE
DEUX GOURMANDES
XXX

DEUX GOURMANDES UN FOURNEAU
boutique traiteur

TÉLÉPHONE : 687.2EUX (3389)
1960, ST-MICHEL (MAGUIRE), SILLERY

style mode

Bijoux à la folie!

Trouver la perle rare!

ANNIE LAFRANCE
Collaboration spéciale

■ Début 2005, les collections printanières nous font déjà de l'œil. Et à l'approche de la Saint-Valentin, l'achat d'un bijou pour sa bien-aimée est un choix judicieux, surtout lorsqu'il suit les courants de la mode. Cette année, les bijoux vintage, les perles, le métal blanc et le diamant seront parmi les plus prisés.



Broche en papillon argent, 50\$, papillon turquoise, 30\$, broche en abeille, 25\$, chez La Boîte à bijoux.

Plusieurs bijoux en magasin sont inspirés des années 1930 à 1960. Les broches en pierre du Rhin ou en métal ainsi que les bagues aux larges chevalières détaillées sont tous des bijoux empreints de l'esprit vintage. Popularisées à l'époque par Chanel, les perles de Tahiti et des mers du sud font également un retour. Tandis que les pierres turquoises, le quartz rose et le majestueux diamant sont plus populaires que jamais.

Pour raviver la couleur d'un pull ou donner de l'éclat à un tailleur sombre, les broches vintage sont de mise. Dans le même esprit, les pendants d'oreille défont les boucles et les perles se multiplient sur plusieurs rangs. On remarque aussi une vague pour le métal blanc, qui fait fureur chez les jeunes couples qui échangent leurs vœux. Vive le rétro!

Toutefois, la nouveauté réside dans l'assemblage des bijoux qui mélange allègrement styles et couleurs. Les perles sont pastel, noires ou multicolores alors que les diamants bleus et roses devraient trouver une place de choix dans les vitrines printanières.



Collier de perles bleues, 165\$, chez la bijouterie CARAT

Pendentif Aldo, 30\$



Plusieurs boutiques proposent des copies de bijoux anciens à prix modiques alors que d'autres, comme La Boîte à bijoux, assurent la succession de bijoux authentiques des années 1930 à 1960.

EN COULEURS ET EN ABONDANCE

Un courant plus ludique propose des bijoux en forme d'insectes, d'autres faits de plumes ou aux billes ou perles surdimensionnées. Le printemps 2005 se définit donc par l'amoncellement de bijoux de tous genres et surtout par le mélange de perles colorées.

Chez Les Ateliers Vif-Argent, une boutique située dans Limoilou, les bijoux de la prochaine saison seront faits de plumes et de matières brutes. Tandis que la designer de Québec Sophie Dowse propose dans sa collection Sophiori des pièces montées aux couleurs vives faites de perles en argile de polymère (www.sophiori.com).



Montre Aldo, 30\$

Collier de perles plates, 465\$, chez la bijouterie CARAT

BEAUTÉ

Une pause en plein cœur de l'hiver

Le printemps est déjà arrivé chez certaines grandes marques

JOHANNE BOIVIN
Collaboration spéciale

Dior

Celles qui s'envolent vers le sud peuvent déjà se procurer les Péchés Gourmands de Dior. Deux destinations sont en vedette : la Riviera française et Miami Beach. La première exhibe des harmonies de paysages méditerranéens. Le regard est azuré, les lèvres sont imprégnées d'absolu de violette. La seconde propose le rose pour une allure ultra féminine. L'accessoire à se procurer est le minigloss DiorKiss avec volume booster et parfum fruité. (Entre 29\$ et 53\$)



Lancôme

Tiens, tiens, décidément, la Riviera française est en vogue. Pour Lancôme, c'est aussi la destination choisie. Avec une nouvelle artiste maquilleuse, Gucci Westman, on a droit à une palette éblouissante réunie dans plusieurs compacts pour les yeux et les lèvres. Lancôme suggère un teint naturel, un œil polychrome et une bouche laquée. C'est l'actrice Drew Barrymore qui incarne l'esprit de cette collection. À retenir, la palette Sea, Sand Sun, aux couleurs très intenses. (Entre 24\$ et 42\$)

Chanel

Inspirée des rubans dont Gabrielle Chanel ponctuait robes et coiffures, Ruban Perlé, la collection printanière de Chanel, offre un ballet de couleurs très douces. Le lilas et le rose prédominent. L'indispensable, le produit star de la saison, est un embellisseur de teint à la texture totalement inédite. Le produit est facile à appliquer et sert à valoriser la peau et à galber les volumes. (56\$)



Clarins

Les coups de foudre de Clarins pour le printemps 2005 sont des couleurs gourmandes et fondantes. La palette quatuor Rêves Bleus est composée de violet, fuchsia, marine et bleu ciel. In The Mood for Love (c'est ainsi qu'on l'a baptisé) a créé aussi une Ombre Fondante Yeux Haute Tenue en six teintes pimpantes, faciles à porter et... à collectionner ! Réjouissant ! (19\$ et 42\$)

