

LA PRESSE

GOURMANTE



VIN
Découvrez les classes de maître de Jacques Benoit à www.lapresse.ca/vins



X5
VERRES À VIN
PAGE 6

RESTO
**VIA DANTE:
NOSTALGIE
À L'ITALIENNE**
PAGE 7

CUISINE
**SUR LES TRACES
DES BASQUES**
PAGES 2 ET 3



RECEVOIR SANS STRESS

10 CONSEILS DE JOSÉE DI STASIO
POUR UN REPAS DÉTENDU

Quand on regarde Josée di Stasio cuisiner à la télévision, tout a toujours l'air facile, accessible, à la portée de tous. Pourtant, quand on se retrouve seul dans sa cuisine, avec des invités sur le point d'arriver, rien ne semble jamais aussi simple. Le stress est trop souvent l'ingrédient premier du repas que l'on s'apprête à servir, tandis qu'on se promet d'apprendre, un jour, à mieux s'organiser. Lâchons prise, conseille l'animatrice culinaire préférée des Québécois. L'imperfection est délicieuse. Tout comme l'authenticité. La chroniqueuse Marie-Claude Lortie a rencontré celle qui vient de publier son troisième livre de recettes, *À la di Stasio 3*. Elle lui a donné 10 conseils pour recevoir en toute convivialité.

À LIRE EN PAGE 8



PHOTO MARCO CAMPANOZZI, LA PRESSE

**LE Grand rendez-vous annuel de
la sommellerie au Québec!**

avec

François Chartier



LES ÉDITIONS
LA PRESSE

En vente en librairie ou
sur librairie.lapresse.ca



« François Chartier a dépassé le simple instinct des harmonies mets et vins. Ses recherches rigoureuses lui ont procuré les clés pour réaliser des harmonies toujours réussies. »

Harvey Steiman
WINE SPECTATOR

SUR LES TRACES DES BASQUES



Les Basques sont réputés têtus. Et c'est bien d'obstination qu'il faut faire preuve pour dénicher, à Montréal, leur cuisine tout en poivrons, poissons et soleil. Mais le jeu en vaut largement la chandelle...

SYLVAIN SARRAZIN
COLLABORATION SPÉCIALE

« **D**es restaurants basques à Montréal, malheureusement, il n'y en a pas », tranche le chef cuisinier Gérard Couret. Depuis que son établissement, Vents du Sud, a rendu son dernier souffle il y a quelques années, trouver un menu 100 % basque en ville relève en effet des travaux d'Hercule. Mais elle vaut le coup: le Pays basque, petit territoire à cheval entre le sud-ouest de la France et le nord-est de l'Espagne, offre une gastronomie traditionnelle, simple et variée, aussi bien issue de la mer (morue, calmars) que du terroir (piments, fromages, viandes). Heureusement, en écumant les enseignes françaises ou espagnoles de la métropole, il demeure possible d'en glaner, çà et là, quelques becquées.

Premier arrêt, rue Roy, où règne le restaurant Pintxo (prononcer « Pine-tcho »); un nom sur – et dans – toutes les bouches des Basco-Québécois. Les pintxos, mot basque signifiant « cure-dent », savent piquer la curiosité du palais: œufs brouillés à la morue, bajoue de bœuf braisée, foie gras, gésier de canard...

« On les confond souvent avec les tapas, mais ils sont plus petits et se mangent en plusieurs services », spécifie le chef, Alonso Ortiz. Jonglant entre tradition et créativité, ce dernier confectionne des assiettes de bouchées dignes des

comptoirs de San Sebastián, cité du Pays basque espagnol où il s'est initié à cet art.

Autre adresse incontournable: Les Pyrénées, rue Saint-Paul dans le Vieux-Montréal. « Chez nous, la cuisine basque représente environ un quart de la carte, souligne le propriétaire, Carlos Anegas. La sauce basquaise, composée de tomates, de poivrons, d'oignons et d'ail, constitue l'une de nos principales bases de sauce. »

Elle nappe ainsi de grands classiques, tels le poulet basquaise, la piperade (un mijoté de légumes, complice idéal du jambon de Bayonne) ou encore le marmitako, un ragoût de thon conçu par les pêcheurs basques.

Également au menu, une terrine de foie de volaille et un jarret d'agneau braisé. Varié, vous dit-on! Enfin, le dessert venu, la cerise n'est pas seulement sur le gâteau, mais aussi à l'intérieur: M. Anegas est l'un des rares chefs montréalais à préparer le gâteau basque, sorte de galette garnie de cerises noires. Simple, sec, mais surtout savoureux!

Messes basses et mets basques

On trouve aussi d'autres adresses à Montréal, mais elles sont ardues à repérer: il s'agit d'enseignes françaises ou espagnoles ayant aménagé dans leur menu un petit coin basque, confidentiel, l'histoire d'un plat ou deux.

Ainsi, Denis Peyrat, chef de cuisine chez Le Valois (dans Hochelaga-Maisonneuve), ose les chipirons à l'encre et à la

plancha, avec coulis de pimientos du piquillo. Du chinois? Non, du basque typique. Il s'agit en fait de calmars coupés en rondelles et grillés, nageant dans leur propre encre tournée en crème. Quant au coulis, petite touche personnelle du chef, il est obtenu à partir de piments doux de Navarre, habituellement farcis à la morue. « Nous servons aussi de la piperade avec du jambon cru, très populaire pour les brunchs », indique M. Peyrat. Histoire de ne pas embrouiller les gourmets québécois, ce plat a dû être rebaptisé « légumes provençaux », au risque de soulever l'ire des puristes! Mais Le Valois devrait se faire pardonner: on chuchote qu'un menu intégralement basque pourrait voir le jour sous peu...

En attendant, on peut tenter sa chance auprès du restaurant Plein Sud, sur l'avenue du Mont-Royal Est, qui propose sporadiquement les mêmes types de plats.

Cogner aux portes espagnoles du Plateau peut aussi s'avérer fructueux. El Gitano et Casa Galicia servent tous deux une lotte à la sauce biscayenne (une variante parfumée au thym ou au romarin).

En revanche, gare au nom trompeur du Biarritz, tout nouveau restaurant de tapas du boulevard Saint-Laurent, qui ruinera les espoirs de l'amateur en quête d'authenticité.

Moralité de ce jeu de piste: même si Montréal n'abrite pas vraiment une table basque de A à Z, il demeure possible d'en trouver le b.a.-ba!



ALONSO ORTIZ DU RESTAURANT PINTXO A CUISINÉ CES PLATS TYPIQUES POUR NOUS.

PHOTOS BERNARD BRAULT, LA PRESSE



LE FAMEUX FOIE GRAS QUI FAIT LA RÉPUTATION DU SUD-OUEST FRANÇAIS, SERVI ICI AVEC DES OIGNONS CONFITS.

FILET FRAIS DE SARDINE MARINÉE, ASSORTI DE POIVRONS ET D'AVOCAT.



CETTE FIGUE FARCIE AU JAMBON SERRANO ET AU FROMAGE MAHÓN PRÉSENTE UN ACCENT ESPAGNOL PRONONCÉ.

LA MORUE, TRÈS PRISÉE EN CUISINE BASQUE, EST ICI NAPPÉE DE SAUCE VIERGE.





CE TARTARE DE BETTERAVES JAUNES S'AVÈRE HAUT EN COULEURS... ET EN SAVEUR!



SIMPLE ET EFFICACE: DES ASPERGES ROULÉES DANS DU JAMBON SERRANO.



ON N'HÉSITE PAS À S'AFFRANCHIR DE LA CUISINE TRADITIONNELLE AVEC CE CARPACCIO DE WAPITI.



**PIMENTS VERTS ET
VERRES DE ROUGE**

La quête culinaire se poursuit jusque dans les verres... Le vin basque d'Irouléguy, bon compagnon de cette cuisine régionale, a beau être disponible dans certaines succursales SAQ (se tourner vers le réseau Sélection), les réserves s'avèrent limitées. Et pour cause: il est issu de l'un des plus petits vignobles de France. Pour ceux qui passeraient à côté de ces rouges fleurant la violette et la cannelle, résultat d'un assemblage de tannat, de cabernet franc et cabernet sauvignon, on peut trouver d'autres vins. «Un tempranillo de La Rioja, tel que La Montesa, conviendra très bien», glisse Michel Beauchamp, conseiller à la SAQ Beaubien.

**AU QUÉBEC, IL NEIGE
DU PIMENT D'ESPELETTE**

«Le piment d'Espelette, c'est mon poivre», concède le chef Denis Peyrat. Cette poudre magique, ingrédient-clé de la cuisine du sud-ouest français, s'est aujourd'hui répandue dans nombre de boutiques et restaurants québécois. Baptisé de son village natal, ce piment possède une saveur caractéristique et un mordant modéré. Employé en cours de cuisson ou saupoudré directement sur les mets, il peut aussi agrémenter le chocolat. Attention, le prix d'un pot de 50g est à l'image de son contenu: quelque peu relevé, soit 12\$ au bas mot.

POUR JOUER AU BASQUE

SYLVAIN SARRAZIN
COLLABORATION SPÉCIALE

La cuisine basque reste accessible. Cependant, si tomates et poivrons sont monnaie courante ici, il n'en va pas de même pour d'autres ingrédients, aussi spécifiques qu'indispensables; et à nouveau, le butinage devient inévitable.

Quelques tranches de charcuterie en entrée? Cap sur le Plateau. D'excellents chorizos sont suspendus à la librairie L'Española. Des jambons dignes de ce nom? La Vieille Europe en a plein ses rayons. Le chef Gérard Couret recommande aussi la charcuterie Fernando, rue Roy.

Puis, direction marché Jean-Talon. Aux Saveurs de Charlevoix, on déniché les excellents produits à base de canard issus de la Ferme basque de Saint-Urbain. Et tant qu'à visiter le marché, la Moutonnaire ferait un caillé de brebis qui, selon M. Couret, ressemble au mamia, un dessert conçu par les bergers pyrénéens d'antan.

D'ailleurs, les montagnes basques n'offrent pas que des pistes de ski: leurs fromages sont aussi fort grisants. Difficile donc de faire l'impasse sur ce tandem gagnant: fromage de brebis avec confiture de cerise noire. On trouvera le premier membre du couple – demander du P'tit Basque ou de l'Ossau-Iraty – dans une fromagerie Hamel ou à la Fromagerie des Nations (aux Halles d'Anjou). Côté confiture, coup de pot, l'épicerie Fouvrac (rue Fleury

ou Laurier), notamment, dispose de quelques réserves de confitures de cerises noires...

Pour finir en douceur, une autre version du gâteau basque, celle-ci garnie de crème vanillée, se vend à la pâtisserie 3 M, sur l'avenue du Mont-Royal Est.

Il ne reste plus qu'à vous coiffer d'un béret et vous voici parés!

Si l'aventure basque vous dit, voici quelques recettes, comme autant de pistes pour goûter cette cuisine régionale réputée.

AXOIA DE VEAU (prononcer «achoa»)

Faire dorer ail, oignons et poivrons verts et rouges coupés en morceaux dans une grande poêle ou un wok. Ajouter une once de vin blanc et de fins cubes d'épaule de veau. Saisir le tout, puis couvrir à feu doux pendant une trentaine de minutes. Saupoudrer de piment d'Espelette.

PIPERADE

On prend – presque – les mêmes ingrédients et on recommence. Faire revenir puis mijoter pendant une demi-heure oignons, poivrons, ail et tomates dans un chaudron, assaisonné de thym, de laurier et de piment d'Espelette. Battre des œufs (6 pour 4 personnes) puis les verser dans la préparation tout en remuant. Servir avec des tranches de jambon salé de type jambon de Bayonne, préalablement poêlées.



QUAND LES CÔTES GASPÉSIENNES ET BASQUES SE TOUCHENT: QUEUE DE HOMARD GRILLÉE SUR LIT DE FENOUIL.

POUR EN SAVOIR PLUS

Le carnet de cuisine du Pays basque, de Stéphanie Béraud-Sudreau, Éditions Sud-Ouest, 96 p., 29,95\$
Recettes des sept provinces du Pays basque, de Jean Jose Lapitz Mendia et Jeanine Pouget, Éditions Aubéron, 191 p., 48,95\$
À table... chez les Basques, d'Élisabeth de Meurville, éd. Glénat, 112 p., 34,95\$

GOURMAND

Tourtière et vin



FRANÇOIS CHARTIER
COLLABORATION SPÉCIALE
HARMONIES

Un peu comme samedi dernier, avec mon poulet travesti pour amateur de vin rouge, je revisite cette semaine avec un grand classique du terroir... le très québécois pâté à la viande, mieux connu sous le nom de tourtière. L'idée est d'à la fois vous donner des pistes aromatiques vers d'autres ingrédients complémentaires à la viande de porc, afin de renouveler ce classique, tout comme de faire une belle place au vin à table.

Donc, partant de son «gène» de saveur dominant, donné surtout par la structure aromatique de la viande de porc, il y a une multitude d'autres versions possibles avec des ingrédients de la même famille aromatique que sont, entre autres, les champignons et la noix de coco grillée, l'abricot séché et le scotch, les pacanes ainsi que le classique tandem cannelle et clou de girofle.

Vous ne verrez plus jamais la tourtière du même œil! En passant, la famille aromatique de la viande de porc est celle des lactones, qui sont des composés volatils (molécules) à odeurs suaves et fruitées,

que l'on trouve dans les ingrédients préalablement cités, tout comme dans les vins élevés en barriques de chêne, ainsi que dans notre tout aussi québécois sirop d'érable.

Pour votre recette classique de tourtière – car tout le monde en a une –, assurez-vous d'inclure de la cannelle (1/2 c. à thé) et du clou de girofle (1/4 de c. à thé), car tous deux créent la synergie aromatique recherchée, plus particulièrement, dans ce cas-ci, avec le chardonnay australien, pour les blancs, et le pinot noir californien, pour les rouges.

Puis, pour une autre version haute en saveurs, comme les abricots séchés et le scotch partagent avec la viande de porc certains composés aromatiques de même famille, osez ajouter une tasse du premier et 1/4 de tasse du second à votre recette classique, en plus de la cannelle et du clou de girofle.

Comment? Simple. La veille, taillez les abricots secs en petits dés et mettez-les à tremper dans le scotch, dans un contenant hermétique. Au moment de faire votre pâté, mélangez-les aux autres ingrédients de base. Puis, dans vos verres, privilégiez, en blanc, les chardonnays du Nouveau Monde ou les vins blancs du Midi à base de roussanne. Et, pour une harmonie décapante, au retour d'une journée de sport d'hiver, pourquoi ne pas servir un petit doigt de scotch pur malt?

Tout comme pour les aliments dominants de nos autres versions de

tourtière, champignons et copeaux de noix de coco grillés sont sur la même piste aromatique que la viande de porc. Alors, faites sauter des champignons (1 barquette) au beurre dans une poêle. Puis, à l'aide d'un petit robot culinaire, réduisez des copeaux de noix de coco grillés (2 c. à soupe) en poudre. Enfin, hors du feu, ajoutez les champignons et la noix de coco au mélange de base de la tourtière, puis mettez en pâte.

Qu'est-ce que l'on boit? Privilégiez, en blanc, les mêmes cépages précédemment recommandés. En rouge, optez pour les sangiovese toscans, les tempranillos espagnols et les grenaches du Languedoc ou d'Australie.

Ah oui, il y a aussi la pacane, qui est elle aussi sur la même tonalité aromatique que la noix de coco et la viande de porc – imaginez toutes les possibilités de plats autour de ce trio porc-pacane-noix de coco... Pour ce faire, réduisez en poudre 2 c. à soupe de pacanes, que vous ajouterez au mélange de base du pâté à la viande avec 2 c. à soupe de copeaux de noix de coco grillés. Pour les vins, je pense que vous avez compris le principe: les mêmes que dans la précédente version champignons-noix de coco.

François Chartier est l'auteur des ouvrages *Papilles pour tous!* - *Cuisine aromatique d'automne* et *La sélection Chartier 2012*. Suivez-le sur papillesetmolecules.com

AVEC LE PÂTÉ À LA VIANDE

Viña Bujanda «Crianza» 2008

Rioja, Martinez Bujanda, Espagne
17,30\$ (11 557 509) ★★ 1/2\$1/2
MODÉRÉ+



Fidèle au style maison, au boisé à la fois soutenu, sans trop, au fruité mûr (cerise noire, noix de coco, café, vanille) et aux tanins ronds, ce 2008 se montre sensuel et engageant. Un tempranillo, élevé en barriques de chêne américain, charmeur, pulpeux et soyeux, au corps modéré et aux saveurs qui ont de l'allonge. Du sur-mesure pour mes propositions de tourtières (voir texte principal) magnifiées avec l'ajout soit de champignons et noix de coco grillées, soit de pacanes et noix de coco grillées.

Turkey Flat «Butchers Block» 2009

Barossa Valley, P. & C. Schulz, Australie
25,25\$ (11 155 833) ★★★\$ CORSE



Ce nouveau millésime de cette marsanne (57%), assemblé au viognier (32%) et à la roussanne (11%), se montre tout aussi enchanteur et complexe que par les précédentes vendanges. Un blanc pour amateur de vin rouge, très aromatique, à la fois floral et fruité (abricot), au corps ample, mais aussi très frais et minéral, égrainant de longues saveurs jouant dans l'univers aromatique des lactones (noix de coco, noix, épices douces). Servi à 14 °C, donc plus frais que froid, et oxygéné en carafe 30 minutes, il surprendra vos convives tant la synergie opère avec un pâté à la viande transformé par l'ajout d'abricots séchés et de scotch ou celui aux champignons et noix de coco grillés.

Coroa d'Ouro 2003

Douro, Pocas, Portugal
13,85\$ (743 252) ★★ 1/2\$ MODÉRÉ+

Pour votre recette classique de tourtière, parfumée à la cannelle et clou de girofle, car tous deux créent la synergie avec ce style de vin portugais. Sans compter que les crus de huit ans d'âge offerts à ce prix sont chose plus que rare à la SAQ! Il est composé d'un assemblage des quatre nobles cépages du Douro, et se montre à la fois aromatique, passablement riche, ample, texturé et fort savoureux, égrainant des notes de prune et de girofle.

AU MENU



BIÈRE

Fuggles IPA de la Shipyard Brewery

LA NOUVELLE-ANGLETERRE, UNE PINTÉ À LA FOIS

Il existe toute une variété de brasseurs en Nouvelle-Angleterre, mais rares sont les produits qui atteignent nos quelques arpents de neige. Outre sa traditionnelle Sam Adams, la SAQ détaille depuis quelques mois une India Pale Ale (IPA) de Portland, dans le Maine: la Fuggles IPA, de la Shipyard Brewery. Fuggles est le nom du houblon utilisé dans la fabrication de cette IPA plus dorée qu'ambree. Comme celui-là, celle-ci est assez douce. Un arôme d'herbes s'en dégage. En bouche s'ajoute une fine amertume qui ne lâche jamais, jusqu'à l'arrière-goût, toujours modeste. Pas la plus puissante des IPA, mais une qui donne le goût de (re) visiter la Nouvelle-Angleterre. Une pinte à la fois.

— Alain McKenna, collaboration spéciale



FROMAGE

Mont-Jacob



PHOTO MARCO CAMPANOZZI, LA PRESSE.

LA SUGGESTION DU SPÉCIALISTE

«L'excellente fromagerie Blackburn de Saguenay a obtenu plusieurs prix pour son produit vedette, le Mont-Jacob. Le fromage à pâte demi-ferme à croûte lavée est fait de lait pasteurisé. Sa surface, rose à brun cuivré, selon le degré de maturité, est légèrement collante: un atout pour ce type de fromage. Sa pâte est souple avec une belle élasticité et tendre sous la dent. Il se colore d'une appétissante crème ivoirine et développe des arômes d'arachides grillées, de fumée et de bois fraîchement scié. En bouche: un pur délice avec sa saveur douce et longue de crème fruitée qui rappelle la vache au champ.»

ANDRÉ PICHÉ

Fromagerie Maître Corbeau, Montréal

Les Métayères: un fromage exclusif à Pointe-Saint-Charles

VIOLAINE BALLIVY

Qui a dit que les religieuses n'aimaient pas innover? La congrégation Notre-Dame vient d'allonger la liste des fromages produits au Québec avec le lancement des Métayères, un tout nouveau produit à pâte pressée non cuite élaboré à leur demande par la fromagerie Du Champ à la meule. Mais ne le cherchez pas tout de suite sur les étales de votre marchand favori. Il sera vendu exclusivement à Pointe-Saint-Charles. Pour le moment du moins.

C'est pour assurer un meilleur financement des activités de la Maison Saint-Gabriel, cette ferme-musée

située dans le sud-ouest de Montréal, que les religieuses ont décidé de se lancer dans la vente de fromage. Elles renouent ainsi en quelque sorte avec de vieilles pratiques, les Métayères (nom donné aux religieuses qui travaillaient sur la ferme) ayant produit du XVII^e au XIX^e siècle du fromage frais pour subvenir à leurs besoins.

Cela dit, le nouveau fromage Du Champ à la meule a bien peu à voir avec les pâtes fraîches, moulées dans des faisselles, produites jadis par les religieuses. Les Métayères est affiné deux mois et demi avant sa distribution, sa pâte est douce et particulièrement

souple, plus crémeuse qu'un Migneron, par exemple, avec un arôme léger de noisette. Il est fait de lait thermisé.

La fromagerie Du Champ à la meule, qui produit déjà le populaire Victor et Berthold, compte en fabriquer une centaine de kilos chaque semaine qu'on ne pourra acheter qu'à la Maison Saint-Gabriel. Le détournement vaut d'autant plus la peine que le musée vient tout juste de subir une cure de rajeunissement, incluant l'ajout d'une boutique où l'on peut se procurer une panoplie de produits fins du Québec – et même les confitures et le sucre à la crème de la directrice générale de la congrégation, sœur Juneau! – ou s'asseoir

à la terrasse de la tisanerie, l'été, pour siroter une boisson chaude et goûter, entre autres choix, le mélange élaboré cette fois encore expressément par la maison québécoise La CourTisane.

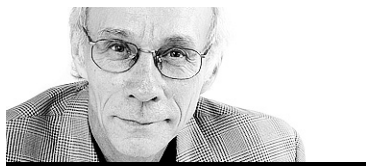
Les groupes peuvent réserver au Réfectoire, le restaurant du musée, pour goûter le «potage», cette soupe riche et copieuse dont la recette est inspirée de celle du XVII^e siècle, le tout servi avec le pain cuit dans le four artisanal.

La Maison Saint-Gabriel est située au 2146, place Dublin, à Pointe-Saint-Charles. Info: 514-935-8136. Coût: 125\$ la meule de 3 kg, 20\$ la part de 380 g.



PHOTO EDOUARD PLANTE-FRÉCHETTE
Les Métayères, un nouveau fromage, dont la vente sert à financer les activités de la Maison Saint-Gabriel.

2010 mieux que 2009?



JACQUES BENOIT
DU VIN

Pour la Bourgogne, « 2009 a été un millésime plutôt facile, comme il en arrive une fois tous les 10 ans. Et comme le furent 1999 et 1990 », expliquait Grégory Patriat, au moment de sa venue au Québec, à l'occasion de la Grande Dégustation de Montréal, fin octobre.

Vinificateur des vins de la gamme J.-C. Boisset, il ajoutait que la Bourgogne avait pu faire, en 2009, « de la quantité et de la qualité, avec des rendements de 48 hectolitres à l'hectare et des vins au top de leur appellation ».

Selon lui, enfin, 2009 – pour conclure sur le sujet – a été « un millésime plutôt solaire [...] homogène également en blanc. Un peu comme 2006 ».

Millésime qui a donné, on le sait, des bourgognes blancs peu acides, aimables et « à boire assez rapidement ».

Stratégie marketing?

Toujours est-il que Patriat ajoutait – un saut dans le temps! – avoir « une petite préférence pour 2010, qui est plus bourguignon ».

« En 2010, on a une superbe acidité en blanc, disait-il. En rouge, c'est une demi-récolte, et ça me fait penser à 2002. »

Autrement dit, 2010 aurait donné, d'après lui, des bourgognes, rouges et blancs, de facture classique, sans le côté très mûr, et pour ainsi dire joufflu, des 2009.

On peut le croire, ce vinificateur éminemment talentueux, ayant l'habitude de parler vrai – comme disent nos amis français.

Chose à signaler, enfin: on dit la même chose des bordeaux 2010 par rapport aux 2009.

Un curieux phénomène...

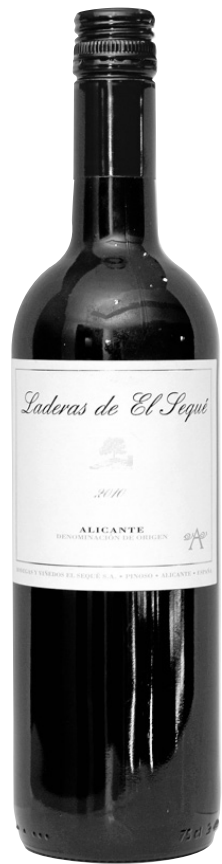
Goûtés début novembre à la queue leu leu – à bouteilles découvertes mais sans en connaître le prix –, 17 vins rouges d'un peu partout (Espagne, France, Italie et Californie) se présentaient tous avec un fruité éclatant et une netteté d'arômes quasi incompréhensibles!

Les dégustateurs, au nombre de cinq, s'accordaient là-dessus.

Précision d'importance: les bouteilles furent débouchées par l'un des dégustateurs, en présence des quatre autres, et personne ne les assaisonna donc de jus de mûres, histoire d'en relever le goût! Ainsi va le vin...

En voici quatre exemples, choisis parmi les moins chers du lot.

Alicante 2010 Laderas del Segue, 13,50\$ (10 359 201), ★★★, \$1/2, 2011-2013.



La couleur est soutenue, le bouquet, ample, mûr, de petits fruits rouges et rappelant un peu les vins tout juste sortis de la cuve de fermentation. Bien en chair, relativement corsé, plein d'éclat, tannique, quoique sans rugosité, ce vin espagnol mérite ses trois étoiles. 70 % Mourvèdre, plus 30 % de Syrah et de Cabernet Sauvignon, avec élevage en fûts de chêne français. Une aubaine. 14 % (205 caisses).

Navarra 2010 Garnacha Artazuri, 14,25\$ (10 902 841), ★★★, \$1/2, 2011-2013.

Vin rouge espagnol de la Navarre, de Grenache, au bouquet généreux, également de fruits rouges, nettement plus que moyennement corsé, aux tannins à la fois fermes et bien enrobés. Élevage en fûts. À prix doux. 14 % (365 caisses).

Montsant 2009 Mas Collet, 15,95\$ (642 538), ★★★, \$1/2, 2011-2014.

Avec ce vin, l'Espagne prouve encore une fois qu'elle est en mesure de produire des vins de qualité à prix raisonnable. Vin au bouquet épicié (fûts de chêne français et américain), il a du corps et des saveurs franches, sur des tannins aimables. 35 % Grenache, 25 % Tempranillo, 25 % Carignan et 15 % Cabernet Sauvignon. Très bon. 14 % (227 caisses).

Médoc 2006 Château Bourbon La Chapelle, 18,60\$ (895 557), ★★★, \$\$, 2011-2013.

Deuxième vin (de jeunes vignes) du Château Castéra, son bouquet est marqué par une note fumée (le bois). De corps moyen, ses tannins sont serrés et en même temps aimables, et... lui aussi a de l'éclat. Mais à noter que la distribution de ce vin, élevé en fûts, dont environ 25 % de neufs, ne fait que commencer. 70 % Cabernet Sauvignon, 25 % Merlot et 5 % Cabernet franc. 12,5 % (200 caisses).

Hawkes Bay 2007 The Navigator Alpha Domus, 22,85\$ (11 305 643), ★★★1/2, \$\$1/2, 2011-2013.

Vin rouge de Nouvelle-Zélande. Bien coloré sans être opaque, son bouquet a de la distinction et, à l'aveugle, on pourrait très bien croire déguster un bordeaux.

Vin plus que moyennement corsé, équilibré, ses tannins sont tendres. Impeccable. Fait surtout de Merlot (40 %) et de Cabernet Sauvignon (35 %) avec élevage en fûts de chêne français et américain, dont 40 % de neufs. 14 % (133 caisses).

Toscana 2008 IGT Do ut des, 35,50\$ (11 309 054), ★★★1/2, \$\$\$1/2, 2011-2016?

Superbe vin rouge de Toscane, auquel on pourrait sans doute attribuer quatre étoiles... Très coloré sans être opaque, son bouquet, pour l'instant retenu, ample, allie fruits rouges et fruits noirs. Concentré, corsé, ses tannins sont substantiels, mais dépourvus de toute rugosité. Excellent. 30 % Sangiovese, 30 % Cabernet Sauvignon, 30 % Merlot et 10 % Petit Verdot, avec élevage en fûts de chêne français dont 70 % de neufs. 14 % (77 caisses).

LA RECOMMANDATION DE LA SEMAINE

Bergerac Sec 2010 Cuvée des Conti Tour des Gendres

Vin blanc du sud-ouest de la France, d'un jaune un peu verdâtre, son bouquet est expressif, dominé par le Sauvignon blanc, avec aussi des notes donnant à croire qu'il est très légèrement boisé, ce qui est dû, en fait, à son élevage sur lies. Très goûteux, son après-goût persiste un bon moment, et il a du caractère à défaut d'être particulièrement fin. Très bon. 70 % Sémillon, 20 % Sauvignon blanc et 10 % Muscadelle. 13 % (219 caisses). 858 324, 16,30\$, ★★★, \$1/2, 2011-2012.

ILLUMINATI

Riparosso

MONTEPULCIANO D'ABRUZZO DOC



Récompensé de 2 Bicchieri au Gambero Rosso depuis 15 ans...



www.trialto.com



CAMPAGNE FINANCIÉE AVEC LE CONCOURS DE LA COMMUNAUTÉ EUROPÉENNE N.1234/07

CODE SAQ : 10669787

La modération a bien meilleur goût.



Venez fêter le beaujolais PAS nouveau!

ÈVE DUMAS

Chaque année, le troisième jeudi de novembre, on fait la fête au beaujolais nouveau. C'est la date à laquelle les vignerons de cette région ont le droit de commercialiser le vin de l'année.

Au Québec, ce vignoble qui a généré et qui génère toujours de grands vignerons, comme feu Marcel Lapierre, Jean-Paul Thévenet, Jean Foillard, Yvon Métras, Jean-Marc Burgaud et compagnie, n'est pas toujours bien compris.

« Encore aujourd'hui, lorsque je propose un beaujolais à un de mes clients, il

a besoin d'être convaincu », déclare Theo Diamantis, sommelier au Club chasse et pêche et copropriétaire de l'agence d'importation Oenopole.

Depuis quatre ans, pour redorer un peu le blason du « beaujo », Oenopole et le bar à vins Pullman organisent une soirée « Beaujolais pas nouveau », autour des vins du Domaine Chamonard. « Cette année, les curieux auront la rare chance de goûter à pas moins de sept millésimes du Morgon », déclare Véronique Dalle. La sommière du Pullman a constaté que les mentalités évoluaient dans le bon sens, notamment depuis que la SAQ a rendu disponibles quelques bons vins du Beaujolais.

L'agence d'importation La QV organise pour sa part la soirée Fou du beaujo, également le jeudi 17 novembre. « Fou du beaujo est une cuvée que j'ai créée l'année dernière avec le jeune vigneron Damien Coquelet, explique le "caviste" Cyril Kérébel. Comme le beaujolais appelle la charcuterie et que nous travaillons également avec les produits artisanaux de la petite entreprise Fou du cochon, nous avons baptisé la cuvée Fou du beaujo. »

Cette année, le vin est un Morgon 2010. L'événement se déroule toute la soirée au Continental Bistrot.

Il est préférable de réserver au Pullman ou au Continental pour ces deux événements.



PHOTO IVANOË DEMERS, LA PRESSE
La cuvée Fou du beaujo.

★ CORRECT ★★ BON ★★★ TRÈS BON ★★★★ EXCELLENT ★★★★★ EXCEPTIONNEL

Plus d'étoiles que de symboles du dollar: le vin vaut largement son prix
Autant d'étoiles que de symboles du dollar: le vin vaut son prix
Moins d'étoiles que de symboles du dollar: le vin est cher, même très cher

GOURMAND



Verres à vin

KARYNE DUPLESSIS PICHÉ
COLLABORATION SPÉCIALE

On accorde souvent beaucoup plus d'importance au vin que l'on boit qu'au verre dans lequel il est servi. Pourtant, selon le sommelier Jacques Orhon, on n'insistera jamais assez: le choix du verre est important, pour ne pas dire primordial. Il permet en un coup d'œil d'évaluer la santé du vin, d'y plonger son nez pour sentir les arômes et les apprécier en bouche. Les fabricants ont d'ailleurs créé des dizaines de designs différents pour mettre en valeur chacun des cépages. Des globes plus petits pour les vins blancs et des récipients plus volumineux pour faire respirer les vins rouges. Mais au-delà du design, certaines règles de base sont à suivre dans le choix des verres. Que ce soit pour les vins de tous les jours ou pour les grands crus, privilégiez des verres incolores pour bien évaluer la robe du vin. Choisissez un format qui permet de faire tourner facilement le liquide et des parois qui se referment vers l'intérieur afin de canaliser les arômes vers le nez du dégustateur. Enfin, qu'ils soient faits en cristal ou en verre, on choisira les verres plutôt minces, pour que le contact entre les lèvres et le liquide soit le plus petit possible. Voici un choix de cinq verres à la fois techniques et tendance.

1 Expert tasting de Spiegelau

Voici un verre polyvalent: il permet à la fois d'apprécier le vin de tous les jours autant qu'il satisfait les standards des experts. Sa forme et son volume rappellent le verre créé pour la dégustation par l'Institut national de l'origine et de la qualité de France (INAO) il y a plus de 40 ans. En un coup de poignet, il permet aux spécialistes de détecter les défauts du vin. C'est pourquoi plusieurs professionnels en font leur outil de travail. C'est le cas d'Alain Brault, professeur à l'Académie des vins de l'Outaouais, qui l'utilise souvent lors de ses cours.

À la maison, servez-y le rouge qui accompagne votre sandwich du midi ou le blanc versé avec vos huîtres à l'apéritif. Sa petite taille permet aussi d'y déguster le porto.

Puisqu'il est fait de cristallin

(soit avec moins de 24 % de plomb), il est moins fragile que les verres de cristal. Il est aussi plus économique.

Où le trouver?

Aux plaisirs de Bacchus,
1225, av. Bernard O., Montréal,
5,95\$ l'unité.

2 Cuvée champagne, Salt & Pepper

Guénaél Revel, spécialiste des champagnes et des mousseux, vous le dira: on déguste un champagne comme on apprécie un vin blanc traditionnel. Il n'est donc pas nécessaire de dépenser des fortunes pour des verres spécialement conçus pour ces vins. D'autant plus que la flûte à champagne, avec ses formes très droites, ne permet pas aux arômes de bien se développer dans le verre.

Voici un bon compromis: élaborée avec du verre, la gamme cuvée de Salt & Pepper est très classique. Sa forme est allongée, mais on note qu'elle est plus bombée au milieu. Elle permet ainsi d'admirer les bulles former de longs chapelets jusqu'à la surface, tout en donnant l'espace voulu pour faire tourner le vin et mettre ainsi les arômes en valeur. Le fabricant indique qu'ils résistent au lave-vaisselle. Pratique après une réception!

Où le trouver?

Zone Maison,
4246, rue Saint-Denis, Montréal
(et dans les autres magasins situés au Québec et à Ottawa),
44\$ pour six flûtes.

3 Bourgogne, collection Pure, Schott Zwiesel

Si vous osez vous éloigner des formes classiques, la collection Pure de Schott Zwiesel est pour vous. Avec ses angles prononcés, les verres sont plus modernes. Quant à ceux utilisés pour les bourgognes, ils sont moins banals que les ballons dans lesquels on sert habituellement les pinots noirs. Mais au-delà du look, leurs angles plus pointus permettent aux arômes de bien évoluer dans le verre et au dégustateur d'en apprécier toute la finesse.

Tania Marcial à la boutique 12 degrés en cave, à Montréal, explique que les verres de

Schott Zwiesel sont plus résistants aux cassures. Ils sont faits à base de titane et de zircon. On peut donc les laver sans crainte ou même les passer au lave-vaisselle.

Où le trouver?

12 degrés en cave,
4556, boul. Saint-Laurent,
Montréal, 16\$ l'unité.

4 Collection 365+ de Ikea

En 2003, la prestigieuse marque Riedel a dessiné sa collection O – des verres à vin sans pied. Pour les spécialistes, on transcende la règle: il ne faut jamais tenir un verre de vin par le globe au risque de réchauffer le liquide. Mais il faut l'avouer, ce format est bien plus pratique à ranger dans les placards.

Devenus très tendance, plusieurs boutiques offrent désormais un choix de verres sans pied. C'est le cas du marchand suédois Ikea qui propose une gamme abordable. Ils sont soufflés à la main en verre et sont facilement empilables. Utilisez-les davantage pour les rouges... pour ne pas choquer les puristes.

Où le trouver?

Ikea,
9191, boul. Cavendish, Montréal
ou 586 De Touraine, Boucherville
(et ailleurs au Canada),
2,49\$ l'unité.

5 Marchesa à motif Paisley

Pour le temps des Fêtes, rien de mieux que de beaux verres pour décorer la table. Ceux de Marchesa sont magnifiques avec leurs motifs. En dégustation, leur forme rappelle les verres de blanc conçus pour les rieslings ou les sauvignons. Mais puisqu'ils sont assez volumineux, aucun invité ne sera choqué d'y trouver un bordeaux ou un shiraz.

Plus fragile, cette collection est faite de cristal (soit avec 24% de plomb).

Où le trouver?

Chez La Baie,
585, rue Sainte-Catherine O.,
Montréal (et partout au Canada),
42,99\$ l'unité.

TESTÉ

TRISTAN PÉLOQUIN

CAFÉS ESPRESSO EN GRAINS



VAN HOUTTE SUMATRA

Pas de grande surprise ici, mais de tous les cafés que nous avons testés, ce Van Houtte noir s'est révélé le plus équilibré. Sa saveur chocolatée, légèrement terreuse, est riche à souhait. L'amertume et l'acidité ne détonnent pas. Par contre, son goût ne reste pas longtemps en bouche. 340 g, 11,49\$

4,5/5



ETHICAL BEAN

Il frappe par son étonnante amertume, qui s'accompagne d'une saveur prononcée d'agrumes. La crema est chargée de saveurs de noix brûlées. L'équilibre, malgré cette rare complexité, est fort agréable. La finale s'efface rapidement toutefois. 454 g., 11,99\$

4/5



WILLIAM SPARTIVENTO ESPRESSO

On est loin ici d'un produit issu d'une petite maison de torréfaction. Les cafés William Spartivento se trouvent facilement en épicerie. Le café espresso est l'un des plus équilibrés qu'on puisse trouver, tant en ce qui a trait à sa puissance qu'à son acidité. Il est difficile d'y déceler

des saveurs exotiques, mais sa rondeur en bouche est plus que satisfaisante. 1 kg, 12,75\$

4/5



KICKING HORSE KICK ASS

Son nom évoque la fougère, mais au goût, ce café certifié équitable et biologique manque légèrement de punch. En espresso, il laisse un long goût parfumé en bouche, mais les saveurs sont difficiles à discerner. C'est un café noir passe-partout, dont le goût se rapproche de celui d'un excellent café filtre. Torréfié en Colombie-Britannique. 454 g., 13,99\$

3/5



CAMINO ESPRESSO BIO

Un café équilibré, mais sans plus. Pour y trouver de la complexité, il faudra couler un ristretto bien serré. Et encore là, la dose n'a pas une très grande durée en bouche. Par contre, en latté ou latté glacé, d'agréables saveurs chocolatées se manifestent. 454 g., 11,49\$

2,5/5

LE MONDE DU VIN VOUS PASSIONNE ?

Visitez notre section VINS



Une présentation de la

SAQ

lapresse.ca/vins



Vins Vivre

VIA DANTE

Douce nostalgie

ROBERT BEAUCHEMIN
COLLABORATION SPÉCIALE
RESTAURANTS

Dans son ancienne incarnation, le Via Dante plaisait aux Italiens d'une autre génération. Aujourd'hui, c'est un petit bistro de quartier et sa clientèle a changé. Mais elle se compose toujours d'amateurs de cuisine italienne classique.

Installé sur un coin de rue, à deux pas du marché Jean-Talon et devant le parc Dante et son étonnante église, on ne peut pas dire que c'est raté côté atmosphère. L'intérieur est tout refait, les boiseries, les tables sans nappe, l'éclairage tamisé et les grandes fenêtres sans rideau, le menu inscrit sur une ardoise, voilà une mise en scène à la fois moderne et doucement rétro.

Des restaurants comme le Via Dante, il n'en reste plus beaucoup en ville.

Le Via Dante, c'était surtout la cuisine du nord de l'Italie, celle de la *mamma*. C'est devenu la cuisine des *figli* ! Qui, sans révolutionner ce qu'ils ont appris de leur mère,



PHOTO IVANO DEMERS, LA PRESSE

Le Via Dante carbure à la félicité de la discrétion.

ont su lui donner ce petit coup de pouce, la faisant passer à l'ère des huiles extra-vierges et des balsamiques vieillies.

C'est d'ailleurs ce dont elle avait besoin, une opération de rajeunissement; mais pas du fond, seulement de la forme. Avec des ajustements, qui seraient comme des accents aigus sur des sauces, des points d'orgue sur des émulsions. Et c'est ce qui est bien avec ce genre de cuisine: elle change si peu! On en reconnaît toujours le vocabulaire, c'est comme une vieille amie à qui on a promis fidélité.

Avec un menu classique, mieux vaut choisir des entrées qui contrastent avec le plat suivant. Pour éviter le régime double pâte ou double viande. Ainsi, dans l'assiette de gnocchi ripieni, des petites sphères de pasta remplies de chair de porcini haché, d'une sorte de pâte de champignons et d'huile de truffes et nappée d'une sauce onctueuse, on trouve le goût de l'automne. La roquette et le parmigiano reggiano, c'est comme un vieux couple: touchant et toujours à point. Il lui manque un peu de luisant cependant; on goûte

davantage l'acide que l'olive, mais la laitue est pimpante et l'assaisonnement, impeccable.

Toujours si simple...

En plat, je me souviens du lapin braisé à la pancetta et au romarin de la mère, qu'elle servait avec une polenta de référence, archicroustillante dans son extérieur bruni, et souple et fondante dedans. La version du fils est tout aussi réussie, avec des notes plus salines, une sauce plus lisse, un look du moment sur son assiette creuse. Et la polenta de ces gens originaires du Tyrol italien, c'est quelque chose! Il faut goûter cette élasticité qui ne vient qu'avec une longue et lente cuisson. Et pourtant, c'est toujours si simple...

L'assiette est sans ornements, le plat se mange sans chou-fleur ou verdure et, avec le vin blanc, les quartiers du lapin ont engendré une sauce magnifique. Et les strozzapretti, des pâtes tubulaires légèrement tordues, ici dans une version industrielle, sont nappés d'une riche émulsion de crème et de raschera, un fromage à la fois délicat et légèrement piquant des hauts alpages du Piémont qui donne à la sauce de l'élasticité et un parfum tenace.

Nous terminons ce repas tout en délicatesse, sur une panna cotta veloutée, ponctuée

VIA DANTE

251, rue Dante, 514-270-8446

> Prix: les entrées de 10 à 15\$, les plats autour de 25-30\$, on s'en tire à deux autour de 140\$ avec quelques verres ou une petite bouteille raisonnable, les taxes et le service compris.

> Faune: D'un âge certain, elle traîne ses téléphones intelligents. Elle s'installe à deux ou à quatre, mais elle bavarde bien rond, on sent qu'elle y est bien.

> Service: Un peu racoleur sur les bords, mais au fond, on aime ce côté des Italiens quand il est sincère. Ça nous fait chaud au cœur.

> Vin: Plusieurs très bons petits crus, et quelques extravagances comme des Super-Toscans, un ou deux choix au verre. Et des prix plutôt raisonnables.

⊕ L'ambiance tranquillisante, la très bonne cuisine rassurante.

⊖ Selon l'endroit où l'on sera placé, il se peut que le vilain lampadaire de la rue Dante vienne vous aveugler. De soir, un petit rideau diaphane ferait l'affaire! Et puis, avis aux puristes: la télé est toujours allumée...

On y retourne? Cela va de soi.

de framboises – dedans et dessous. Miam! Au fond, des restaurants comme Dante, il n'en reste plus beaucoup en ville. Les autres ont tendance à se photocopier mutuellement, à coup de turbulence, et nous, on finit par les confondre. Pas celui-ci, qui carbure à la félicité de la discrétion.

À NOTRE GOÛT



PHOTO EDOUARD PLANTE-FRÉCHETTE

Le pain dans les voiles

VIOLAINE BALLIVY

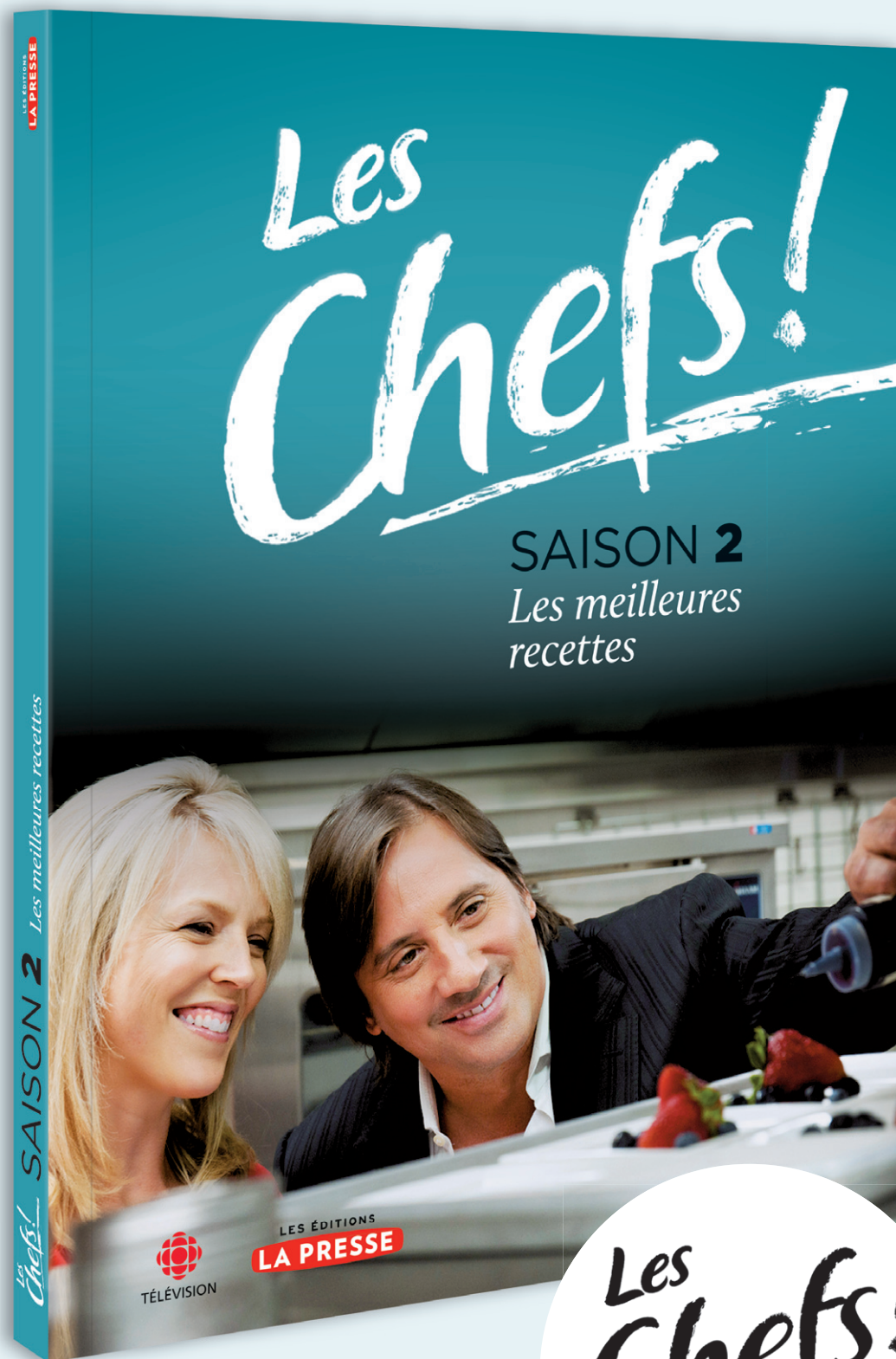
La France n'a plus le monopole des bons boulangers, mais de là à affirmer que certaines des meilleures baguettes de pain du monde se dégustent au Québec, il y a un pas... qui peut désormais être franchi!

Les artisans de la boulangerie Le pain dans les voiles, installée au pied du mont Saint-Hilaire, se sont classés au deuxième rang dans la catégorie «meilleure baguette» du Mondial du pain, une vaste compétition organisée à Saint-Étienne, en France, en septembre dernier. Un honneur qui arrive vite pour François Tardif et Martin Falardeau, qui ont ouvert leur atelier il n'y a que trois ans, et qui récompense d'une belle façon leurs efforts pour redonner un nouveau souffle au métier. Car si les clients n'y voient rien, cette boulangerie tient presque du laboratoire, où Martin Falardeau – le responsable des fourneaux – multiplie les tests à la recherche des meilleures farines et des techniques de levure à froid (plutôt qu'à chaud) les plus adéquates pour produire un pain bien alvéolé, avec une mie bien grasse ne laissant pas trop s'exprimer l'acidité du levain.

On y va avec grand plaisir après une randonnée au mont Saint-Hilaire pour reprendre des forces avec un croissant au beurre ou une abricotine feuilletée à foison (un beurre spécial est importé de France pour leur préparation) ou pour faire provision d'une part de «pain du peuple», ces immenses miches à la croûte bien caramélisée – le pain, ici, est bien cuit –, coupées à la demande et vendues au poids. Possibilité de prendre un bon café sur place, avec vue sur la montagne.

LE PAIN DANS LES VOILES
250, rue Saint-Georges,
Mont-Saint-Hilaire,
450-281-0779. Fermé le lundi.

Retrouvez les meilleures recettes et les nombreux conseils de l'émission!



Les Chefs!

De l'émission
à votre assiette!

Offert en librairie ou sur
librairie.lapresse.ca

À la di Stasio 3

RECEVOIR SANS STRESS



MARIE-CLAUDE LORTIE

Un mardi, bien avant midi. Mais le café Olive + Gourmando, dans le Vieux-Montréal, est pratiquement déjà plein. C'est Josée di Stasio qui a choisi l'endroit. On est loin de son univers stylistique très épuré, mais la cuisine savoureuse, sans chichi, correspond tout à fait à l'esprit di Stasio. D'ailleurs, la copropriétaire, Dyan Solomon, est régulièrement invitée à l'émission que l'animatrice pilote à Télé-Québec depuis maintenant 10 ans.

Elle vient à peine de s'installer et voilà déjà que se manifestent les fans. «Moi, je vous aime, Madame», lui confie un gentil monsieur qui vient de terminer son café. «Viendriez-vous saluer ma fille? Elle vous adore», lance une autre dame, qui est accompagnée de deux fillettes rougissant immédiatement à la vue de leur idole.

«Mais bien sûr!», lance Josée di Stasio, qui va les embrasser.

Première leçon, donc, sur l'art de recevoir à manger, au cœur de son plus récent livre de recettes, *À la di Stasio 3*: s'intéresser à l'autre.

Devant nous défilent une niçoise revisitée, du thé noir, un gâteau aux abricots et à l'anis étoilé, une salade de betteraves exceptionnelle. «Ce sont les noisettes grillées qui font la job», constate Josée, en décortiquant le plat. Pendant ce temps, elle lance ses idées sur ce qui fait la différence entre un repas réussi et un rendez-vous avec le stress. La conversation part dans tous les sens, interrompue parfois par des fans. Mais en gros, voici ses pensées sur l'art de préparer une soirée aussi savoureuse qu'agréable.



PHOTO MARCO CAMPANOZZI, LA PRESSE

1 L'authenticité est plus importante que la perfection. «Je ne veux pas être une Martha Stewart. Plus ça va et plus je trouve que l'imperfection a son charme», explique-t-elle. L'important, c'est donc d'être honnête avec soi-même et de recevoir selon ce qu'on sait faire et ce que l'on aime. «Moi, mes repas les plus réussis, ce sont ceux qui sont improvisés avec ce qui reste dans le frigo!» En revanche, elle a déjà raté un grand repas avec une invitée importante, en cherchant à trop en faire. Si on aime se lancer dans des recettes compliquées de cuisine gastronomique, tant mieux, dit-elle, allons-y. Mais soyons prêts à faire face aux imperfections. Si, au contraire, on brille dans les recettes toutes simples, pourquoi s'en formaliser? L'important, c'est que ce soit bon et agréable. «Faisons ce que l'on réussit le mieux.»

2 Pas besoin de se prendre la tête au marché. L'animatrice n'est pas de ceux qui collectionnent les produits chers, importés et super exclusifs. Elle ne croit pas que ce soit essentiel à la préparation d'un bon repas. Loin de là. Selon elle, tout garde-manger peut très bien se contenter de produits simples et abordables, et on peut tous se sentir à l'aise de recevoir ainsi. Encore une fois, authenticité et réalisme doivent primer. D'ailleurs, l'important, c'est l'attention que l'on prendra à cuisiner. Cela dit, Josée croit beaucoup aux vertus du bio et des aliments «durables», même si elle déteste le mot. Celle qui a longtemps travaillé avec Daniel Pinard, un des pionniers de la conscientisation alimentaire au Québec, encourage d'ailleurs tout le monde à se poser des questions et à chercher de l'information sur les origines des aliments que l'on cuisine. Mais cuisiner soi-même, transformer à la maison des produits en plats savoureux demeure, selon elle, le premier des premiers gestes à faire dans toute quête d'une alimentation moins industrielle.

3 Il est plus simple de recevoir avec des plats que l'on pose sur la table, plutôt que d'opter pour la préparation d'assiettes en cuisine. Braisés avec purée, soupes-repas, poulet rôti...

4 Recevoir n'a pas à coûter les yeux de la tête. On peut tout à fait mettre de côté les grosses pièces de viande chères ou même les poissons et fruits de mer hors de prix et préférer des pâtes, du riz et beaucoup de légumes. «Moi, je suis très soupe, dit l'animatrice. Et très légumes.» Ses chouchous du moment: le kale, le chou, les laitues d'hiver. «Et les potées de légumes très

cuits, à l'italienne.» L'oignon? «*Big time!*» Mais seulement quand il est cuit, en automne et en hiver. En marmelade, confit entier, caramélisé... «J'aime ces produits humbles.»

5 Ne pas avoir peur de saler. «Souvent, c'est ce qui fait le plat. Le sel à éviter, c'est celui des aliments transformés. Quand on cuisine, on peut en utiliser.»

6 On peut recevoir dans n'importe quelle cuisine. Pas besoin de rénovations ni d'électros dernier cri pour être à la hauteur. «Mes deux premiers livres ont été écrits dans une cuisine très ordinaire», explique l'animatrice, qui a depuis déménagé. «On peut bien cuisiner partout!»

7 Ne pas attendre la dernière minute. Si on aime recevoir à l'improviste, on se préparera en gardant un frigo ou un garde-manger contenant des ingrédients qui peuvent se préparer en tout temps, rapidement. Si on aime plus de planification, on commence à préparer des éléments du repas quelques jours avant de recevoir. Quoi qu'il en soit, c'est une bonne idée d'avoir des bouchées intéressantes à grignoter pendant l'apéro (le nouveau livre compte plusieurs recettes pour cela). Ainsi, on lance tout de suite le repas, même si tout n'est pas parfaitement prêt. Qui aime attendre interminablement l'estomac vide?

8 Mettre la table avant que les invités arrivent est une façon ultra simple de donner le ton à la soirée et de montrer aux invités qu'ils sont attendus. À partir de là, on stresse moins pour le reste!

9 L'éclairage est important. Pour créer une atmosphère, il faut soigner la lumière, dit Josée di Stasio. Ça n'a pas à coûter cher. Quelques bougies. Des petites lampes. On peut transformer un espace en sachant doser les zones lumineuses.

10 La moindre des choses est de laisser son portable à la porte. Plus poli. Plus agréable pour tout le monde. Pourquoi gâcher le repas avec une mauvaise nouvelle? Le moment se passe avec les gens qui sont à table, pas des individus inconnus des autres, qui sont devant leur écran, ailleurs. «Les textos à table? Ça ne passe pas avec moi!»

RECETTES

TIRÉES DE *À LA DI STASIO 3*
PUBLIÉ PAR FLAMMARION
QUÉBEC.



CHIPS DE KALE

Un amuse-bouche qui nous fait craquer! Plein de saveur, un plaisir pour les yeux. Ne pas l'oublier en garniture dans les assiettes... s'il en reste!

INGRÉDIENTS

- > Feuilles de chou frisé (kale)
- > Huile d'olive
- > Quartiers de citron
- > Sel

PRÉPARATION

1. Préchauffer le four à 150 °C (300 °F).
2. Laver les feuilles de chou frisé et bien les assécher avec un torchon ou dans une essoreuse à salade. À l'aide d'un couteau, retirer les tiges. Déchirer chaque feuille en morceaux d'environ 8 cm (3 po).
3. Mettre les feuilles déchirées dans un grand bol et arroser d'un filet d'huile. Mélanger avec les mains pour bien enrober les feuilles.
4. Déposer les feuilles sur une grande plaque couverte de papier parchemin en évitant de les superposer. Saler.
5. Mettre au four. Après 12 min, retirer les feuilles croustillantes, retourner les autres et poursuivre la cuisson jusqu'à ce qu'elles soient prêtes.
6. Transférer les chips sur un papier absorbant. Laisser refroidir.
7. Au service, disposer les chips sur un plateau de service avec des quartiers de citron.

Les chips se conservent dans une boîte hermétique au réfrigérateur environ une semaine.

COURGE ÉPICÉE AU FOUR

4 à 6 portions

Se mange en entrée avec une salade de roquette ou de cresson, ou en accompagnement d'un rôti ou d'un cari végétarien.

INGRÉDIENTS

- > Huile d'olive
- > 1 kg (2 lb) de courge musquée ou de citrouille, non pelée
- > Farine ou farine de riz
- > Sel
- > Assaisonnements, au choix:
- > Curry de Madras ou thym séché et piment moulu (Espelette, Alep)

PRÉPARATION

1. Préchauffer le four à 200 °C (400 °F). Tapiser une plaque de papier parchemin et huiler généreusement.
2. Tailler la courge en tranches de 1,5 cm (1/2 po) d'épaisseur. Bien les saupoudrer de l'assaisonnement choisi et saler.
3. Couvrir le fond d'une assiette creuse de farine. Enrober entièrement les tranches de courge et les déposer sur la plaque.
4. Mettre au four et cuire 20 min, retourner les tranches de courge et poursuivre la cuisson de 10 à 15 min jusqu'à ce que la chair soit tendre.

➤ LAPRESSE.CA

Découvrez d'autres recettes tirées d'*À la di Stasio 3* à lapresse.ca/distasio