

ACTUEL

À BOIRE ET À MANGER :
LES RÉGIMES ABRUTISSANTS PAGE 4



RESTO LE LOBBY PAGE 2



PHOTO IVANOH DEMERS, LA PRESSE ©

AIGRES, SUCRÉS, PARFUMÉS, LES AGRUMES NOUS PARLENT DE SOLEIL

BONHEUR D'HIVER



ROBERT BEACHEMIN
COLLABORATION SPÉCIALE

Les oranges, les clémentines, les pamplemousses nous sont familiers. Pourtant, il y a à peine 50 ans, on en trouvait peu au Québec. On en mettait dans les bas de Noël, c'est dire si c'était exotique — et cher!

Aujourd'hui, mettre une orange dans le bas de Noël de quelqu'un équivaldrait à l'insulter... ou presque, tellement les agrumes sont connus, aimés et consommés.

Inutile de présenter un agrume de façon scientifique. Agrume veut simplement dire «aigre». Et de nos jours, l'aigreur va du pétilllement sympathique de l'orange à l'at-

taque saisissante de la lime, du cédrat et de l'orange de Séville, qui ne se mangent pas comme tel, mais s'utilisent en cuisine pour condimenter et relever des saveurs.

Point commun de tous ces fruits: ils se consomment en entier, de la peau, à l'albédo — la protection blanche qui couvre la baie proprement dite — et la baie elle-même, pulpeuse et gorgée de jus. On ne s'étonne pas que pendant longtemps, elle fut un symbole de fécondité.

D'origine chinoise, les agrumes viennent tous d'Asie où ils entrent dans les gastronomies locales sous une forme ou une autre.

En fait, les variétés modernes que l'on fait pousser dans les jardins sous des climats subtropicaux comme en Floride, en Israël, en

Andalousie ou même en Provence, ont souvent résulté de pousses spontanées à partir d'un arbre, mais dont les fruits différaient légèrement. Si les fruits étaient stables, une nouvelle variété était née.

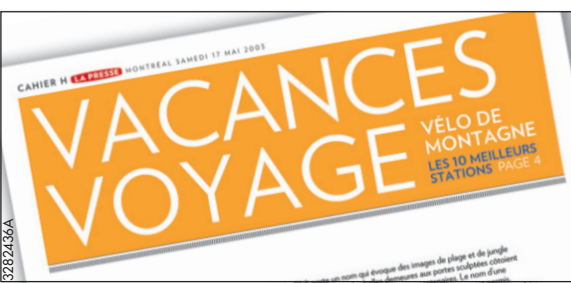
En horticulture spécialisée, on appelle «limb sport» ces hybrides spontanés. C'est le cas des oranges navel (à petit nombril, qui est en fait un autre fruit en train de pousser dans le premier) nées en Chine mais développées commercialement en Floride dès le 17^e siècle.

Étonnamment, on continue de découvrir des produits de mutations spontanées de ces cultivars comme la CaraCara, une navel apparue spontanément quelque part au Venezuela et introduite en Floride en 1987 seulement. Aujourd'hui, ce fruit exceptionnel

fait beaucoup parler de lui à cause de son parfum délicat et de sa chair à la couleur de pêche mûre. De nos jours, on trouve les agrumes autour de la Méditerranée, sa culture étant très prisée et une source de grands revenus pour les pays qui ont des climats trop secs et arides pour faire pousser autre chose.

Les variétés anciennes s'appelaient «bigarades» et étaient amères et acides. Et principalement à cause de ces «vices» gustatifs, l'orange était autrefois uniquement utilisée pour son aspect décoratif.

› Voir **AGRUMES** en page 4 et **RECETTES** en page 3



VACANCES VOYAGE
LE SAMEDI

CE SAMEDI DANS LA PRESSE

DEUX ÎLES, 3 nationalités.

ACTUEL

SAVEURS

La mode est présentement à l'Asie

ROBERT BEAUCHEMIN
RESTAURANT
COLLABORATION SPÉCIALE

Considérant les rotations de lieux et de styles autour du boulevard Saint-Laurent, nous ne devrions pas être surpris qu'il y ait aussi rotation de cultures. Honnêtement, nous aimerions ne pas toujours trainer par ici pour trouver de la nouveauté. Mais il faut bien se rendre à l'évidence. La clientèle est jeune, belle et bien fringuée et elle a de l'argent plein les poches. Ça attire son restaurateur, sérieux ou non.

Le boulevard aligne donc, bon an mal an, des lieux de gourmandise tendance, beaux à se morfondre. Y mange-t-on bien? Bof! Généralement, il s'agit d'abord de bourrer les poches des patrons qui ont beaucoup investi sur l'apparence et si les décors se ressemblent tous et changent au gré des vagues de designers, on a souvent négligé le contenu. Éternel débat dans ce coin du monde.

On vous sert la plupart du temps des plats aux saveurs pasteurisées, éclatées, ragaillardis par des tiges, des branches, de la poudre, de la céramique de couleur, du jus de quelque chose, du coulis ou, dernier penchant, du sirop de vinaigre. On vient ici pour s'épandre et se montrer, pas pour manger. Pourtant.

Juste à côté de cet univers pelliculé, se trouve le Lobby qui a suivi la courbe *hype* des tapas, fugace nourriture dont la configuration est espagnole mais le contenu proposé ici est

oriental, rapidement consommé autour d'un verre.

Sans en être réellement un, le Lobby se prétend bar. Mais la musique n'y est pas assourdissante comme chez les voisins, la cuisine y est plutôt ravissante et réfléchie, et si, dans sa crainte d'effaroucher les clients, elle fait une cuisine sud-est asiatique pour les timides, elle ne semble pas avoir d'autre but que de plaire. En cela, elle réussit le difficile pari d'être originale dans un coin de la ville où ce mot ne veut plus rien dire.

Le décor est immaculé et douillet dans le style néo-japonisant de l'heure: du bambou, du bois, des couleurs sombres, surtout du brun, des coussins en soie pour les dos fragiles et un éclairage qui adoucit les lignes et fait paraître tout le monde à son mieux.

La surprise vient de la cuisine, totalement ouverte sur la salle, où s'affairent une ou deux personnes sur une cuisinière domestique, une friteuse et une cocotte à riz. C'est suffisant pour proposer 20 plats, en petites portions (mais généreuses tout de même) cuisinés avec attention et présentés avec beaucoup de détails et de finesse.

À l'oeil, c'est tout à fait ravissant. En bouche, il y a quelques faiblesses mais en gros, il se passe quelque chose dans l'assiette.

La cuisine des pays de l'Asie du Sud-Est dépend autant du chili incendiaire que les desserts dépendent du sucre. Sans cela, vous obtenez une cuisine comme saignée à blanc, sans piment, la cuisine laotienne par exemple paraît inanimée, figée dans la fadeur.



PHOTO RÉMI LEMÉE, LA PRESSE

Le propriétaire du restaurant laotien, Ta Phetrampham.

C'est ce qui se passe avec les soupes: une *Tom Yam* aux crevettes et à la citronnelle censée être aigre et épicée comme une note aiguë de trompette le matin à 5 h, se montre dépouillée de tout caractère, triste dans sa fade solitude.

La soupe au lait de coco au poulet (*Tom kha gai*) bénéficie d'un bouillon délicieux mais sans charpente, oisif, éteint.

Quand on commence un repas sur des notes mineures, il faut beaucoup d'effort pour le relever. Heureusement, la suite a plus de corps, mais

tout aussi peu de chili, ce qui est vraiment dommage.

Un tartare fait de vivaneau frais, haché avec de la poudre de riz grillé, et quelques assaisonnements dont une pointe d'aigreur, rappelle à quel point ces régions ont été touchées par le génie des parfums. On le présente simplement et avec élégance sur une assiette toute blanche.

Les pinces de crabe farcies au porc contiennent plus de viande que de chair maritime mais le goût y est, des notes de coriandre relevées

RESTAURANT LOBBY

24, avenue des Pins Est
(514) 844-2112

Prix : les tapas entre 4 et 9 \$ pièce. On se rassie tout plein à trois, avec une bouteille de pinard, les taxes et le service pour un peu moins de 100 \$.
Faune : sur son 36, mais sous la barre des 30 ans. Mondaine jusqu'au bout des doigts quand même.
Genre : hybride orientalo-trendy.
Service : souriant et décontracté. Du moins lors de notre passage.
Vin : quatre blancs et quatre rouges à la carte, et encore disponibles malgré vous savez quoi. Des jus, des cocktails, de la bière, un choix correct pour un aussi petit troquet.
Plus : on sent la sincérité malgré les petites faiblesses. Et pour une fois, nous dirons que, côté qualité-prix, c'est un cadeau du nirvana!

d'une touche de poivre. C'est tout à fait réussi.

Dans une section où les plats ont plus d'importance, servi sur une couronne de riz-vapeur présentée en cercle, coiffé de julienne de betteraves crues, on trouve du poulet au basilic ou au cari vert, les deux pasteurisés de tout piquant, neutralisés par l'absence de tout mordant. Au demeurant, tout cela est beau, bien présenté et raisonnablement savoureux. Mais pour les moments lumineux que nous promettement les spécialités de la région, on devra repasser...

Naomi Campbell se dévoile

ASSOCIATED PRESS

RIO DE JANEIRO — Cachez ce sein... Naomi Campbell a fait sensation lors d'un défilé de mode à Rio de Janeiro au Brésil au cours duquel ses seins sont sortis de leur écrin, sans que l'on sache si c'était prévu ou si quelques coutures ont sauté sous la pression de son opulente poitrine, ou si le vêtement était tout simplement trop petit pour elle.

Le top-model britannique lançait mercredi soir le défilé pour la marque TNG, vêtue d'une simple robe blanche fleurie, les épaules couvertes d'une étole de vison de même couleur. Mais, elle n'avait fait que quelques pas lorsque quelque chose lui a

échappé: la robe d'été sans manches, au décolleté bien échancré, a révélé plus que ce qui était peut-être prévu par Tito Bessa, le créateur du vêtement.

Le lendemain, on se perdait en conjectures sur la plage d'Ipanema.

D'autant que ni la belle Naomi ni Bessa n'ont fait de commentaire en dehors de cette déclaration lapidaire: « Les gens (au Brésil) sont contents, j'y ai de grands amis et les vêtements me rajeunissent aussi. » C'est tout ce que Naomi Campbell a trouvé à dire.

Marriott Residence Inn ★★★★★

Escapade hivernale

Incluant :

- 3 nuits
- 3 déjeuners-buffets
- 2 jours de ski

à partir de **110\$*** par pers./nuit occ. dble, dans un studio

* Offre valide jusqu'au 17 février 2005. Redevance et taxes en sus.

TREMBLANT

Offrez-vous un séjour au cœur du village piétonnier, à quelques pas des pistes!

Offres spéciales

La 3^e nuit à **50 %*** ou

1 jour de ski à **50 %*** à l'achat d'un séjour de 2 nuits

1 888 272-4000 • www.marriott-tremblant.com

De Nouveaux Cheveux, Naturellement

Résultats visibles dans les 3 mois*

- ✓ Pas de transplantation
- ✓ Pas de médicament
- ✓ Pas de chirurgie secondaire
- ✓ Pas de postiche
- ✓ Pas d'effait
- ✓ Pas d'attrape
- ✓ Pas de souci
- ✓ Pas de mèche
- ✓ Pas de fusion
- ✓ Pas de douleur

Consultation gratuite (514) 905-0579
Commande postale offerte* Pas de paiement avant 2004
bioscor@canada.com

Clinique Bioscor Int'l De Cheveux Et Peau
615, boul. René-Lévesque Ouest, bureau 1170 Montréal, Québec H3A 1P5
Horaire : mardi au samedi, 10 h à 18 h
* Résultat variable

Problème d'acné? Problème de peau?

Lalisse
Sérum aux herbes

Résultats en **3 jours!**

Dites adieu à:
l'acné persistant, aux comédons, aux démangeaisons, aux pores bloqués, aux taches, etc.

Après 3 mois

Avant

ITHQ
www.ithq.qc.ca

Cours de cuisine et de sommellerie pour tous

Les Plaisirs gourmands
Bien cuisiner est un art qui s'apprend

Cuisine indienne
Techniques culinaires I et II
Des quatre coins d'Asie
Initiation à la connaissance des vins I et II
Irrésistible homard
Et bien plus encore!

Consultez notre plus récente programmation à l'adresse www.ithq.qc.ca (rubrique Formation grand public)

Information et inscription registrarat@ithq.qc.ca (514) 282-5113 ou 1 800 361-5111, p. 5113

Portes ouvertes le samedi 5 févr. 2005

Institut de tourisme et d'hôtellerie Québec

Modelez votre silhouette là où vous le désirez!

Méthode Bella Snella Thermoslim/Body Warm

Consultation gratuite

- Perte de poids
- Amincissement localisé
- Résultats durables
- Instructeurs individuels

Endermologie

- Solution anti-cellulite la plus efficace.
- Tonifie tout l'organisme.
- Raffermit les tissus relâchés.
- Redonne au corps jeunesse et fermeté.

Photodermatologie Max 7

- Raffermit les contours du visage
- Régénère et tonifie les cellules
- Confère une nouvelle jeunesse aux peaux matures
- Donne un fabuleux coup d'éclat

Bella Snella Italia

514.279.5000
1120, rue Laurier Ouest
www.bellasnella.com

LE SALON DE L'AUTO

DU 14 AU 23 JANVIER 2005
Palais des congrès de Montréal

2\$ de rabais

à l'achat d'un billet à 12\$ ou à 10\$.
(Offre non applicable aux enfants de 6 à 12 ans)

DU 14 AU 23 JANVIER 2005
Palais des congrès de Montréal

Conditions de validité
Présentez ce bon-rabais aux guichets du Palais des congrès de Montréal. Ce bon-rabais ne peut être jumelé à d'autres promotions, n'a aucune valeur marchande et un seul bon-rabais par personne sera accepté. Offre disponible jusqu'à l'épuisement des quantités imprimées.
Valide du 14 au 23 janvier 2005 de 10h à 22h et le dimanche 23 janvier 2005 de 10h à 20h. Tous les jours, la billetterie fermera deux heures avant la clôture du Salon.

SALON INTERNATIONAL L'AUTO DE MONTRÉAL

Présenté par BANQUE LAURENTIENNE

En collaboration avec LA PRESSE

RECETTES

J'AI TESTÉ

ROBERT BEAUCHEMIN
COLLABORATION SPÉCIALE



Chocolat Green & Black, Maya Gold à l'orange

Totalement équitable, absolument bio, produit en tant que projet communautaire dans les forêts humides du Belize par des communautés mayas qui le cultivent depuis des siècles, le cacao qui entre dans la préparation du chocolat Maya Gold est d'excellente qualité. Et l'addition de zeste d'orange au cacao n'est pas non plus fortuite puisque les Mayas épiçaient traditionnellement leur boisson chocolatée avec des aromates locaux. Dans cette version moderne, l'orange n'est qu'une note parmi celles qu'apportent aussi la vanille, la cannelle et la muscade. Avec le chocolat, c'est un mariage fait pour durer. Tablette de 20 g à 1,50\$ et de 100 g à 4\$. En vente au Café Rico, 969, rue Rachel Est, (514) 529-1321



Presse-citron en inox

Bien qu'il nous soit familier dans une version en bois, ce genre d'alésioir est un instrument encore plus pratique en acier inoxydable puisqu'il ne tâche pas et ne garde pas d'odeurs. Mais l'avantage de ce presse-agrumes est de retenir les pépins au fond du fruit et de laisser s'écouler le jus le long du manche jusque dans un bol, astucieux et écolo. Et de plus, c'est un objet



élégant vendu à prix de gadget économique.

Autour de 12\$, à La Cuisinière, 3667, boulevard Saint-Laurent, (514) 844-7630



Eau de fleurs d'oranger du Liban

Distillée à partir des fleurs du bigaradier (l'orange amère) l'eau de fleurs d'oranger — appelé aussi eau de Nérol — est une essence extrêmement difficile à synthétiser artificiellement. On n'en connaît pas encore la formule, ce qui nous assure donc de trouver dans chaque bouteille un produit assez naturel fait en général d'huile essentielle. Si on l'utilise beaucoup en parfumerie, c'est en cuisine qu'elle nous intéresse.

Partout en Méditerranée — du Maroc à la Provence, au Liban, en passant par la Sicile et l'Andalousie, on l'utilise pour parfumer les douceurs, les condiments et même comme une touche finale dans les plats salés.

En vente dans toutes les épicerie offrant des produits du Moyen-Orient. 3,50\$ pour 300 ml



J'AI LU

Oranges et Citrons

(Flammarion) Sarah Woodwars

Pas facile de servir des agrumes en ingrédient principal d'un plat principal. En général, ils sont les seconds violons. Dans cet ouvrage traduit de l'anglais, l'auteur, journaliste au *Times* de Londres, commence sa collection de recettes à partir d'un agrume et non le contraire. Recettes colligées tout autour de la Méditerranée. On retrouve des versions simplifiées de la harira marocaine, du canard à la sévillane, des scaloppine al limone si typiques de Lombardie, de la fattoush libanaise et de la daube de boeuf de Libanese, sans pour cela tomber dans le simplisme, qui enlèverait tout intérêt à ces plats emblèmes. Un opus additionné de photographies superbes qui se regardent comme on le ferait d'une nature morte.



PHOTO IVANOHO DEMERS, LA PRESSE ©

ROBERT BEAUCHEMIN COLLABORATION SPÉCIALE

Ce n'est pas difficile de cuisiner avec des agrumes. On le fait d'ailleurs sans trop réfléchir. Le jus de citron, de lime, d'orange amère par exemple, agit comme un révélateur du goût. Et les agrumes sont compatibles avec tant de produits, d'épices et de condiments qu'il serait compliqué d'en dresser ici une liste tant elle serait exhaustive. On n'a qu'à penser au gingembre, à la carotte, à la cardamome, à l'ail, aux olives, aux volailles comme le canard ou le faisan, pour s'en convaincre. Voici donc quelques idées de base, de plats tout simples, que vous pourriez sans doute développer en quelque chose de nettement plus raffiné.

Velouté à la carotte à l'orange et à la coriandre

J'ai goûté une soupe semblable au restaurant du Musée des beaux-arts à Montréal, il y a déjà quelques années. Depuis, c'est simple, je ne peux plus faire une soupe aux carottes sans utiliser l'orange et la coriandre. Voici donc ma version.

INGRÉDIENTS

450 g (1 lb) de carottes, grattées et coupées en rondelles
1 c. à soupe de beurre ou d'huile d'olive
1 bouquet de coriandre fraîche
Une pincée de safran en filament (facultatif)
Le jus de 3 grosses oranges
Un morceau de gingembre frais, râpé
Une pincée de sucre
1 gousse d'ail pelée
1 litre de bouillon de volaille
Sel marin et poivre du moulin

PRÉPARATION

1- Dans une marmite ou un chaudron, mettez les carottes, le beurre le safran, le sucre, la gousse d'ail, le gingembre et la moitié du bouquet de coriandre (que vous attacherez avec une ficelle afin que les tiges ne se détachent pas). Faites cuire à feu moyen jusqu'à ce que les épices dégagent un parfum. Salez et poivrez.
2- Quand les carottes commencent à rissoler, mouillez avec le jus d'orange. Attendez que le mélange commence à bouillir puis ajoutez le bouillon. Portez à ébullition, puis baissez le feu. Couvrez et laissez cuire à feu doux pendant 35-40 minutes. Laissez reposer puis passez au mixer. Rectifiez l'assaisonnement et servez en saupoudrant de la coriandre hachée.

Tarte à l'orange et au citron

L'appareil que contient cette tarte me rappelle une sorte de marmelade anglaise, en moins sucrée. Si vous préférez le mordant de l'acidulé, prenez des oranges moins sucrées et des citrons plus amers que les Meyer ou même des limettes. Mais il vous faudra augmenter un peu la quantité de sucre. Quoi qu'il en soit, cette tarte se sert telle quelle, sans crème, sans coulis, nature. Ou même avec quelques grains de sel sur le dessus pour accentuer le parfum d'agrumes. Soyez à l'aise de substituer n'importe quel agrume sucré à ceux que je propose.

Pour une tarte d'environ 25-30 cm (10-12 pouces) de diamètre

INGRÉDIENTS

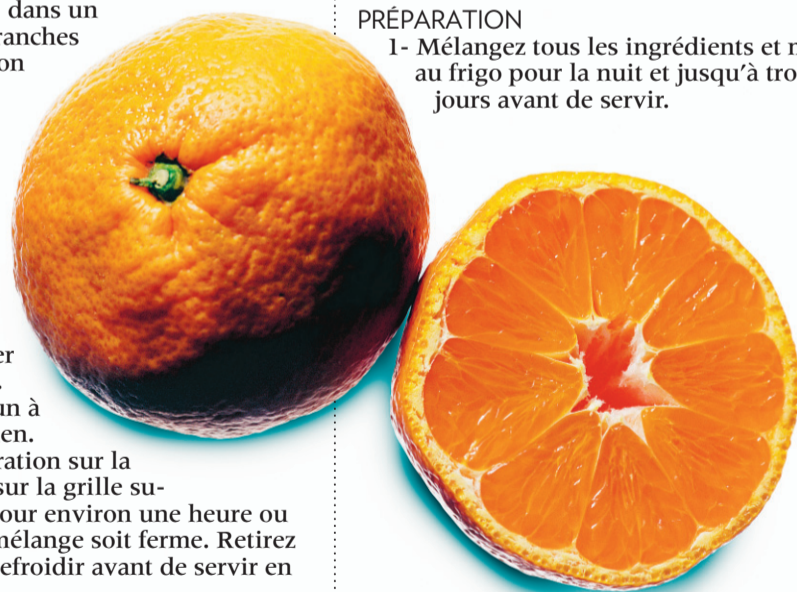
Pâte à tarte :
1 2/3 tasse de farine tout-usage
1/2 tasse de sucre
1 1/2 c. à thé de poudre à pâte
125 g (4 onces) de beurre non salé, coupé en morceaux
2 oeufs battus

Appareil :
3 oranges CaraCara, sanguines ou à jus, coupées en fines tranches avec la pelure (enlevez les pépins)
1 citron Meyer ou autre coupé en fines tranches (enlevez les pépins, laissez la pelure)
1 1/4 tasse de sucre
6 c. à soupe de beurre non salé, coupé en morceaux
2 c. à soupe de liqueur à l'orange (Grand Marnier, Cointreau ou Triple Sec)
4 oeufs légèrement battus

PRÉPARATION

1- Faites la pâte en mélangeant dans un robot, la farine, le sucre et la poudre à pâte. Pulsez pour que le mélange soit bien amalgamé. Ajoutez les

morceaux de beurre en continuant à pulser lentement, puis 2 c. à soupe d'oeufs battus jusqu'à ce que vous obteniez une boule de pâte assez homogène. Grattez la pâte et aplatissez en forme de disque sur une surface dure en la farinant avant de l'envelopper dans un plastique et de la mettre au frigo pour au moins une heure.
2- Faites chauffer le four à 350 °F. Retirez la boule de pâte du frigo et laissez ramollir un peu. Mettez sur une assiette à tarte à fond amovible de 25-30 cm de diamètre préalablement beurrée, et pressez avec les mains pour couvrir toutes les surfaces du moule, le fond et les côtés. Couvrez la pâte de papier aluminium et remplissez de haricots secs, qui serviront à maintenir la pâte comprimée pendant la cuisson. Mettez au four et laissez cuire 10 minutes. Retirez ensuite les haricots et le papier alu. Badigeonnez le fond avec le reste des oeufs battus et faites cuire 10 minutes supplémentaires jusqu'à ce que la pâte soit d'un beau brun croustillant.
3- Pour l'appareil : dans un robot, mettez les tranches d'orange et de citron avec le sucre, le beurre et la liqueur d'orange. Pulsez pour obtenir une purée assez grumeleuse. Ne pulsez pas trop vite ni trop souvent pour ne pas liquéfier. Goûtez pour ajuster le niveau de sucre. Ajoutez les oeufs un à un, et mélangez bien. Versez cette préparation sur la pâte et enfournez sur la grille supérieure du four pour environ une heure ou jusqu'à ce que le mélange soit ferme. Retirez du four et laissez refroidir avant de servir en tranches.



Poulet rôti à l'orange

Ce plat est d'inspiration ou d'origine asiatique. De quel pays, je ne m'en souviens plus puisque je le fais de manière régulière depuis des années. Le résultat est sain, facile, et nourrissant.

INGRÉDIENTS

2 c. à soupe de sauce soja intense
2 c. à soupe de cassonade ou de sucre de canne pur
2 c. à soupe de jus d'orange ou de mandarine
2 gousses d'ail, émincées
1 c. à thé de zeste d'orange ou de mandarine
1 c. à thé de gingembre frais, râpé
Sel marin (environ 1 c. à thé)
Poivre du moulin (environ 1/2 c. à thé)

4 poitrines de poulet, coupées en deux sur le sens de la longueur (si possible avec la peau)

PRÉPARATION

1- Faites préchauffer le four à 500 °F. Dans un bol, combinez la sauce soja avec la cassonade, le jus d'orange, l'ail, le zeste, le gingembre, le sel et le poivre. Ajoutez les poitrines de poulet et malaxez bien la préparation dans la viande afin de l'imprégner des parfums. Laissez reposer au frigo 30 minutes au moins.
2- Mettez les poitrines de poulet dans un plat à gratin ou allant au four, la peau vers le haut. Faites rôti les poitrines au centre du four pendant environ 25 minutes. Assurez-vous de napper les poitrines de jus quatre ou cinq fois pendant le rôtissage, ce qui les rendra luisantes et bien satinées. Servez avec des légumes sautés à l'huile et à l'ail; assaisonnez d'une goutte d'huile de sésame.

Olives marinées à l'orange

Pour cet amuse-bouche très méditerranéen, vous pouvez utiliser n'importe quelle sorte d'olives, en autant qu'elles soient bien en chair ! Servez avec des morceaux de pain pita ou de pain rustique italien grillé, frottés d'huile d'olive.

INGRÉDIENTS

1 tasse d'olive de type Kalamata ou verte de Sicile
1/4 tasse de jus d'orange
1/4 de tasse d'huile d'olive extra vierge
2 c. à soupe de zeste d'orange en julienne
2 gousses d'ail, coupées en fines tranches
1/2 c. à thé de chili rouge, écrasé
Sel marin

PRÉPARATION

1- Mélangez les olives, le jus d'orange, l'huile d'olive, les zestes et l'ail. Puis salez et ajoutez le chili en poudre (au goût). Réfrigérez pour une nuit avant de servir ce sera bien meilleur.

Olives marinées à l'orange, au fenouil et à l'ail

Voici une variation de la première idée, qui consiste à marier le goût de l'orange avec celui des olives. Un mariage qui réussit toujours du reste.

INGRÉDIENTS

2 tasses d'olives
2 c. à soupe de câpres
2 c. à soupe d'huile d'olive extra-vierge
1 c. à soupe de zeste d'oranges en julienne
1 c. à thé de graines de fenouil, légèrement grillées au poëlon, puis passées au moulin à épices ou au mortier
1 gousse d'ail, écrasée et émincée

PRÉPARATION

1- Mélangez tous les ingrédients et mettez au frigo pour la nuit et jusqu'à trois jours avant de servir.

COURRIER

Q CLOTILDE SEILLE : Bonjour, M. Beauchemin. Merci de vos articles sur les tajines. Cependant, j'aurais bien aimé avoir quelques trucs pour ceux qui possèdent le tajine pour cuire et ne savent pas s'en servir ! Ainsi, vous parlez d'un diffuseur de chaleur, dois-je donc comprendre qu'on l'utilise sur la cuisinière et non dans le four ? Comment adapter vos recettes à cet engin ? Et dernière question : peut-on l'utiliser dans ou sur le barbecue l'été ? Merci encore, le cahier Actuel est un vrai bonheur !

R ROBERT : Le tajine est une invention créée pour pallier la source de chaleur indirecte et sèche dans un pays (le Maroc) où le climat ne s'y prêtait pas, où les forêts étaient rares, où les fours individuels étaient introuvables jusqu'à tout récemment, et n'est donc pas fait pour être utilisé dans un four (dont la chaleur est sèche et indirecte), mais sur une sorte de brasero en terre cuite qui donne une chaleur très douce et très régulière. Cela dit, certaines personnes soutiennent qu'on peut mettre un tajine au four sans danger. C'est vrai, mais à condition de mettre la température au plus bas afin de prévenir le craquement de la terre vernissée qui peut se produire si le tajine n'est pas de grande qualité, et c'est souvent le cas de ceux

achetés dans les épicerie de quartier. Ce qui ne vous empêche pas de l'utiliser sur la cuisinière, à condition encore une fois de mettre un diffuseur de chaleur (un cintre en métal ferait l'affaire, mais vous pouvez acheter un diffuseur partout où l'on vend de l'équipement de cuisine). Cela dit, même si la plupart des gens qui possèdent un tajine en terre ne cuisinent pas avec et l'utilisent plutôt comme objet de présentation (on les comprend, du reste), on peut très bien s'en servir directement sur un rond de poêle à gaz ou à électricité (mais pas à induction) dans la mesure où on garde le feu le plus bas possible et où l'on s'arme de patience. C'est ça l'idée de cuisiner avec un tajine de toute façon. Quant au barbecue, oubliez ça, vous courez au désastre !

Questions de cuisine ? Truc gourmand à partager avec nous ?

Écrivez à Robert Beauchemin, à actuel@lapresse.ca ou au 7, rue Saint-Jacques, Montréal, H2Y 1K9.

ACTUEL

Régimes abrutissants



ARIANE KROL

À BOIRE
ET À MANGER

Depuis le début de l'année, ça n'arrête pas. Sur mon bureau, un communiqué du Centre d'information sur le boeuf claironne : « Le boeuf haché maigre vous aide à respecter vos résolutions du jour de l'An » en précisant « qu'en janvier, plusieurs d'entre nous désirent perdre quelques livres et regarnir notre porte-monnaie ». Dans ma boîte aux lettres, une publicité de substituts de repas me promet des « résultats incroyables pour perdre du poids sainement sans souffrir de la faim ». Pas de doute, la saison des remords et des espoirs fous est officiellement ouverte.

« Dites adieu aux régimes à la mode nuisibles à votre santé », suggère le dépliant de substituts de repas. Merci du conseil. Deux chercheurs de l'Université de Pennsylvanie ont tenté de trouver des études scientifiques probantes sur les régimes les plus populaires aux États-Unis. « À l'exception d'une étude de Weight Watchers, les preuves en faveur des principaux programmes amaigrissants commerciaux ou offerts par des groupes d'entraide sont loin d'être suffisantes », écrivent-ils dans le numéro de janvier de *Annals of Internal Medicine*. Pourtant, ces programmes coûtent selon leurs calculs entre 26 et 2100 \$ américains pour trois mois.

Évidemment, acheter un magazine ou un bouquin pour connaître le dernier régime en vogue coûte beaucoup moins cher. Mais dans le genre livre dont vous êtes le héros, on ne fait pas plus ennuyeux. Avez-vous remarqué à quel point la chute est prévisible ? Quelquefois, ça se termine par : vous atteignez votre objectif, à suivre. Le tome II risque alors de commencer

par : vous constatez après un certain temps que les kilos perdus réapparaissent mystérieusement, que faites-vous ? Mais le plus souvent, ça finit par : vous décrochez en cours de route.

Rien d'étonnant. Une autre étude, qui vient de paraître dans le *Journal of the American Medical Association*, a comparé les effets de quatre régimes très populaires (Weight Watchers, Atkins, Zone, Ornish) sur des groupes de participants volontaires présentant un surplus de poids et des risques de maladies cardiovasculaires. Même chez des sujets aussi motivés, le taux d'abandon durant la première année variait entre 35 et 50 % selon la méthode. Les participants qui ont tenu bon pesaient en moyenne de 2,1 à 3,3 kg de moins au bout d'un an. Et l'histoire ne dit pas ce qu'ils ont enduré pour parvenir à ce maigre résultat.

Prendre de bonnes habitudes alimentaires semble toujours plus facile en début d'année, c'est vrai. Mais pourquoi se limiter à des objectifs mesurables en kilos, en livres, en taille de jeans ou de mail-

lot de bain ? Il y a tellement d'autres possibilités. Ne plus jamais répondre oui-oui au serveur qui vous demande si tout est à votre goût lorsqu'un plat est im-mangeable. Apporter une tasse au bureau pour diminuer le volume de gobelets jetés aux rebus. Manger plus de légumes. Ne pas se sentir obligé de finir son assiette. Cuisiner plus souvent. Jeter les restants moussus qui encombreront le frigo.

Faites ce que vous voulez, ne faites rien, mais de grâce, ne commencez pas à convertir le contenu de votre assiette en calories, en grammes, en portions ou en unités à la mode. Ne réécrivez pas le catéchisme avec un morceau de gâteau au chocolat dans le rôle du serpent et Ève dans le rôle d'un boudin. Ne troquez pas vos sens contre un pése-personne. Et rangez cette calculatrice. La mention sans gras d'un dessert allégé ne vous fera pas oublier sa tristesse en bouche et obséder sur la teneur en glucides d'un plat de pâtes est le meilleur moyen de passer à côté d'une bonne source de réconfort.

MOCHETÉ
DE LA SEMAINELa salade
de chou
de McDonald's

ARIANE KROL

Au Québec, nous aimons notre salade de chou tranchée finement. Ce détail semble avoir échappé à McDonald's. Avec des lamelles épaisses, la salade de chou de Ronald ne réussit jamais à être crémeuse, malgré la sauce blanche qui l'assaisonne. Et surtout, elle exige une mastication laborieuse qui risque d'en décourager plus d'un.

Cette salade est offerte comme composante d'un trio. À l'achat d'un sandwich déli, l'ajout de 2 \$ vous donne droit à une boisson gazeuse de format moyen et, au choix, à une petite portion de frites ou à cet accompagnement au chou. Nous ne pensions jamais vous conseiller une chose pareille, mais... prenez plutôt les frites.

Une fête à leur mesure!



Les personnalités de la semaine de LA PRESSE sont entourées de Rufus Wainwright, Luce Dufault, Coral Egan, France D'Amour, Jean-René Dufort, Ben Charest, les sœurs McGarrigle, Pierre Lapointe et plusieurs autres.

LA PRESSE

DIMANCHE 20H

GALA EXCELLENCE
LA PRESSE • RADIO-CANADA

ANIMÉ PAR CHRISTIAN BÉGIN



RADIO-CANADA

VOUS ALLEZ VOIR.

Bonheur d'hiver

AGRUMES

suite de la page 1

Les oranges ont servi à décorer les jardins du roi Louis XIV à Versailles, par exemple, mais comme ils ne produisaient presque pas de fruits dans le climat humide et froid du nord de la France, on se bornait à les faire fleurir et à en parfumer des eaux de toilette dont les courtisans s'aspergeaient.

En outre, on trouve encore en Espagne certaines de ces anciennes variétés que seuls les Britanniques utilisent encore en confiserie pour faire leur célèbre marmelade.

À force de croisements, on est parvenu à développer des variétés très suaves, et presque sans amertume.

Parlant d'hybrides. On sait que la plupart des agrumes modernes sont des « fruits éprouvettes » qui ont été croisés et recroisés depuis des siècles. Ainsi, le pamplemousse, dans sa version moderne, est le résultat d'un croisement entre le citron et l'ancêtre malais du pamplemousse, le pomelo, à la peau épaisse et qui ne contient presque pas de jus.

L'orange nous parvient à longueur d'année. Il faut faire la différence entre les trois principales variétés :

> La navel : une belle grosse orange à peau épaisse qui se reconnaît à son petit « nombril », excellente comme fruit de dessert, elle se pèle facilement et contient assez peu de pépins.

> Les blondes : peu de pépins, sont de forme un peu allongée, juteuses et très parfumées ; elles sont composées de 60 % de jus... excellentes au petit-déjeuner donc. La Valencia est la variété de blonde la plus courante ici,

elle vient naturellement d'Espagne et est sur les marchés d'avril à septembre. Mais par la suite, elle vient de Californie.

> Les sanguines : aussi bonnes en bouche qu'en jus, les sanguines peuvent être très acides ou assez sucrées, mais ce sont les plus aigres de nos oranges modernes. Striée de rouge autant à l'intérieur qu'à l'extérieur, la chair est ferme, absolument succulente et très parfumée. Les meilleures poussent en Sicile et sont ici en février, mais on en trouve autour de Noël qui arrivent de Californie, d'Australie, d'Espagne et du Maroc.

Mandarines

En décembre, on reçoit les clémentines du Maroc, un agrume qui est le fruit du hasard puisqu'il résulte d'un croisement entre un fruit venu de Chine qu'aimaient beaucoup les Mandarins — la mandarine — et l'orange amère, fruit du bigaradier. Résultat ? Un fruit plus facile à peler, plus sucré, et sans pépins — le demi-frère de la mandarine, en quelque sorte.

Les citrons jaunes et verts, les citrons kaffir et les cédrats sont tous plus ou moins issus du même fruit d'origine, le citrus, et fleurissent en tout temps, ce qui les rend très populaires auprès des Asiatiques. On utilise notamment le jus très acide du citrus pour prévenir le noircissement de certains aliments à chair claire — patates, avocat, artichaut, pomme, champignons. Il remplace donc avantageusement le vinaigre. Il sert aussi à cuire les poissons en Amérique latine et en marinade en Thaïlande.

Quelques agrumes

Oranges CaraCara

Les CaraCara sont mon tout dernier fétiche en matière d'agrumes. Ce sont des oranges de l'espèce navel, c'est-à-dire qu'elles ont un petit nombril qui les distinguent des oranges à jus ou amères. Mais elles ont un parfum sublime, délicat, presque le goût qu'a le parfum de la fleur d'orange. Avec ça, une couleur de chair qui se trouve entre le rouge, l'orange et la pêche, et vous avez un hybride merveilleux et encore exotique. On en trouve partout dans les semaines qui viennent, même dans certains Provigo.

Bigarade (orange de Séville)

C'est la variété qui pousse dans les rues de Séville ou de Cordoba, et qui donne de beaux fruits bosselés et bien orangés, et à la chair... im-mangeable. Mais en confiserie, quel parfum, quel goût superbe ! Je remercie les Anglais de les avoir préservées de la disparition.

Oranges sanguines

Depuis qu'on les connaît celles-là, on ne peut plus s'en passer une fois qu'elles apparaissent sur les marchés. Les Moro californiennes n'avaient presque pas de couleur, il y a 10 ans, et étaient ultra-acides. Elles sont, à force d'hybridation, devenues très rouges et plus sucrées. Elles sont donc tout à fait recommandées. Mais rien à voir avec les Sanguinelli et les Tarocco siciliennes, qui seront bientôt sur les étals, au parfum intense et imprévisible d'un fruit à l'autre.

Citron Meyer

Ces citrons sont aussi exquis qu'une orange, aussi parfumés qu'une mandarine avec un très léger parfum de térébenthine. Ces fruits exceptionnels, dont l'origine chinoise a été prouvée, sont souvent soupçonnés d'être en réalité un croisement entre la mandarine ancienne et le citron.

On les trouve maintenant de novembre à mars, et comme ce sont des fruits plutôt fragiles, il faut les conserver au frigo et les utiliser rapidement. Ce fruit se mange en entier, peau, chair, et tout. On peut le manger tout seul, en salade, dans un gâteau, en soufflé, en tarte. En fait, il remplace le citron ordinaire et donne à tout ce qu'il touche des notes très fruitées et odorantes.

Cédrat « la main de Bouddha »

C'est une curiosité, je l'admets. Mais ce citron amer, sans jus ou presque, qu'on utilise surtout en confiserie et en parfumerie, a une allure étonnante. Il ressemble à un extraterrestre à 20 tentacules, tout jaunes. Mais il dégage une odeur enivrante qui parfumerait toute la maison pendant des jours. Et à cause de sa rareté, il coûte cher.

Lime des Keys

Elles sont encore rares, mais on les trouve parfois chez certains marchands spécialisés. La différence avec les limes habituelles ? La douceur du jus, presque sucré, et l'intensité du parfum de lime qui nous change de celui de récurant à plancher qu'on trouve parfois dans certaines variétés américaines. Excellent pour faire des tartes ou parfumer des gâteaux au fromage comme le Key Lime Pie.

Lime Kaffir

C'est un citron asiatique sans jus, vert foncé et à la peau crevassée. Mais ne vous inquiétez pas, cet agrume a un parfum intense et unique, qui métamorphosera tout ce qu'il touchera. Attention de ne pas en abuser. Il s'agit de gratter un peu de zeste et le plat sera intensément parfumé. On le trouve dans les currys thaïs et malais, dans les soupes cambodgiennes et laotiennes et à l'occasion dans la cuisine vietnamienne.

SAVEURS

ACTUEL

L'Italie du Nord à Montréal!



FRANÇOIS CHARTIER
VIN ET METS
COLLABORATION SPÉCIALE

De la Vénétie à l'Émilie-Romagne, en passant par la Lombardie, l'Italie du Nord est reconnue pour être l'estomac de ce pays héritier des fastes de l'Empire romain. Prosciutto de Parme ou de San Daniele, vinaigre balsamique traditionnel de Modène, parmigiano reggiano, mortadelle et sauce bolognaise — spécialités de l'Émilie-Romagne —, gorgonzola et ricotta de Lombardie, huile d'olive et risotto, polenta et foie de veau à la vénétienne, les produits de base de la cuisine italienne sont depuis longtemps reconnus et célébrés aux quatre coins du monde. L'un des fleurons de cette cuisine est sans doute le fameux carpaccio, création du Harry's Bar de Venise en hommage au rouge passion qui illumine les tableaux de ce peintre italien dont le nom a donné naissance à ce plat, d'ailleurs usurpé de par le monde avec des produits à mille lieues du rouge sang de boeuf qui le désigne... Et c'est sans compter les mille *e una pastas*!

J'oubliais presque! Il y a aussi les vins... Ces trois régions produisent certains des vins d'Italie les plus connus dans le monde. Qui ne connaît pas le valpolicella, le bardolino ou encore le soave? La Lombardie produit depuis des lustres le traditionnel lambrusco, un original vin rouge mousseux qui est le vin le plus consommé dans les fêtes de familles italiennes. Il y a aussi les grandes appellations d'Émilie-Romagne (Albana di Romagna, Sangiovese di Romagna), de Lombardie (Franciacorta, Valtellina Superiore) et de Vénétie (Amarone della Valpolicella, Braganza, Recioto di Soave).

Cette richesse gastronomique et viticole de l'Italie septentrionale sera le thème central du volet gastronomique du sixième festival Montréal en lumière, qui se tiendra dans plus d'une cinquantaine de restaurants de Montréal, du jeudi 17 au dimanche 27 février 2005 (www.montrealenlumiere.com). Question de vous y préparer, voici quelques pistes harmoniques célébrant la *bella italiana*.

Bruschetta et antipasti

Pour déconcerter vos invités, et pour accompagner avec brio les bruschettas à la tomate fraîche et aux épices, tout comme le classique carpaccio, servez-leur l'éclectique Arte e Concerto 2000 Lambrusco Reggiano, Medici Ermete & Figli (16,80 \$; S-733261). Un vin d'Émilie-Romagne rouge et... pétillant! Ses éclatantes saveurs de violette et de gomme à mâcher au raisin, tout comme sa mousse fraîche et enveloppante, ne feront qu'un avec les bruschettas et le carpaccio, ainsi qu'avec des minibrochettes de saucisses italiennes, de Bologne

Escalopes de veau au citron ou risotto aux crevettes et aux agrumes

Pino & Toi 2003 Veneto Bianco, Maculan (17,80 \$; S-10218935). San Vincenzo 2003 Veneto, Roberto Anselmi (17 \$; C-585422).

Bruschetta, carpaccio ou saucisses italiennes

Arte e Concerto 2000 Lambrusco Reggiano (16,80 \$; S-733261).

Gorgonzola ou très vieux parmigiano reggiano

Sagramoso 2002 Valpolicella, Pasqua (20,90 \$; S-602342). Amarone della Valpolicella 2000 Tommasi (42,25 \$; S-494393).

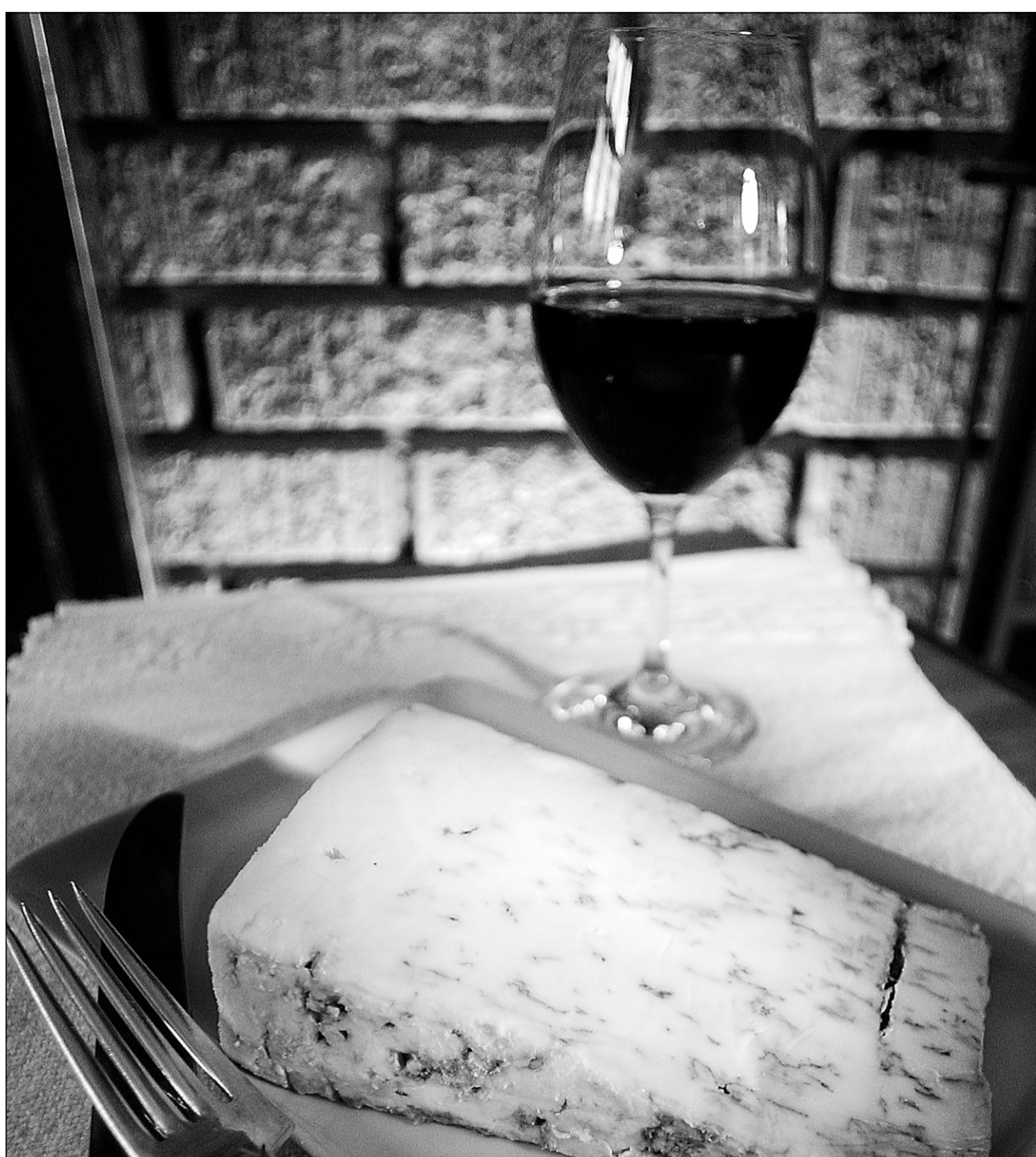


PHOTO IVANO H. DEMERS, LA PRESSE

Pour accompagner le fromage bleu italien gorgonzola, rien de mieux que le Sagramoso 2002 Valpolicella Superiore, Pasqua.

bien sûr, légèrement épicées. Vous pourriez être plus classique, mais tout aussi convivial, en servant l'un des meilleurs mousseux italiens blancs qu'offre la SAQ dans cette tranche de prix, j'ai nommé le Nino Franco Brut, Prosecco di Valdobbiadene (19,70 \$; S-349662). Vous y dénicheriez un mousseux qui pétille de fraîcheur et qui se fait éprouver avec des saveurs de pomme McIntosh bien juteuse. Exactement la structure rafraîchissante et légère qui est requise pour l'accord avec des antipastis.

All'imone, risotto, fettuccine...

Pour réussir à épater vos convives avec les très italiennes escalopes de veau all'imone (au citron), optez pour un blanc sec, vivifiant et passablement léger, comme le Pino & Toi 2003 Veneto Bianco, Maculan (17,80 \$; S-10218935), au profil épuré, raffiné, subtil et d'une fraîcheur exemplaire, ou pour le parfumé (poire, fleurs et miel), suave et minéral San Vincenzo 2003 Veneto, Roberto Anselmi (17 \$; C-

585422). Sachez que ces deux vins feront aussi la part belle au très vénitien risotto aux crevettes — ajoutez-y quelques zestes d'agrumes, l'harmonie n'en sera que meilleure! Pour les plats plus riches et plus onctueux, comme les pleurotes grillés et dégustés sur des croûtons de pain, le risotto aux champignons et au parmigiano reggiano et les fettuccine alla morosana (cantaloup, prosciutto, huile d'olive et parmigiano reggiano), vous aurez besoin d'un blanc plus soutenu, plus rond, à l'acidité plus discrète, comme le Capitel Croce 2002 Veneto, Anselmi (26,55 \$; S-928200) qui, après un séjour en carafe de 30 minutes, devient passablement plus riche et profond, tout en étant suave et sensuel, égrainant des traces de poire, de pomme golden, d'amandes grillées et de fleurs blanches.

Osso buco à la milanaise

Impossible de passer sous silence le plus que classique osso buco à la milanaise. Une multitude de vins rouges peuvent réussir l'harmonie avec ce géant de la *cucina italiana*, à condition d'avoir un certain corps, des saveurs débordantes, de la fraîcheur et des tanins passablement enveloppés. Ce à quoi répond le Serego Alighieri Possessioni Rosso 2002 Rosso del Veronese, Masi (17,05 \$ S-10202095), une aubaine aux saveurs gourmandes de prune et de cerise noire, qui démontre un bon volume pour son prix. Vous pourriez aussi opter pour un sangiovese de l'Émilie-Romagne, comme le Torre di Ceparano 2000 Sangiovese di Romagna, Fattoria Zerbina (27,45 \$; S-863506), passablement relevé et pénétrant, tout en étant fin, torréfié et très velouté. Du fruit, des tanins mûrs et bien polis par un élevage soigné et dosé. Le vin parfait pour se lover contre un plat longuement mijoté, comme l'osso buco à la milanaise. Il se comportera comme un gentleman également avec le braisé de joues de veau au confit de tomates, comme le propose le restaurant Il Sole, et que vous pourriez servir ac-

compagné de pâtes aux oeufs à l'huile de truffe italienne.

Amarone et fromages

Vous êtes passionné par la recette vénitienne de risotto au radicchio et à l'amarone? Alors, servez-lui un rouge élaboré selon les principes de la méthode ripasso: un jeune valpolicella de l'année subit une seconde fermentation sur les lies de l'amarone, ce qui le complexifie par le fait même. Un bel exemple de ce type de vins est le Sagramoso 2002 Valpolicella Superiore, Pasqua (20,90 \$; S-602342), au nez très raffiné pour le style et d'une bonne amplitude, enveloppante et généreuse, marquée par des relents de raisins frais, de figue, de cacao, de prune et de café. Vous pourriez aussi accompagner ce risotto d'un puissant et pénétrant amarone, comme l'Amarone della Valpolicella 2000 Tommasi Viticoltori (42,25 \$; S-494393) — aussi disponible en magnum (1,5 litre) et en double magnum (3 litres), deux formats qui ont un effet boeuf lors de grands repas festifs. Cet amarone est un vin plein, au coffre imposant, doté d'un moelleux texturé, de tanins à la fois denses et fermes, superbement ramassés, se terminant dans une longue finale aux relents de violette, de résine, de bleuets, de cassis et de mûre. Ces deux types de vins feront sensation, en inhibant la force des saveurs des fromages italiens tels que le gorgonzola, accompagné de pain de campagne grillé, ou un très vieux parmigiano reggiano, au grain sucré, rappelant le sucre à la crème aux noix! Viva Italia!

François Chartier est l'auteur du guide d'achat des vins et d'harmonisation avec les mets La Sélection Chartier 2005, aux Éditions La Presse. On peut lui envoyer des questions par courrier électronique actuel@lapresse.ca ou par la poste: 7, rue Saint-Jacques, Montréal (Québec) H2Y 1K9.

NOTES DU SOMMELIER

Un nouveau « nez oenologique »

Saviez-vous qu'il existe un drôle de dégustateur qui se promène dans les tonnelleres afin d'établir le profil aromatique des barriques? Ce « nez », capable de renifler 180 barriques par jour, n'est pas un dégustateur commun, sur deux pattes, mais plutôt un ensemble de capteurs qui enregistrent les arômes des fûts à la fin de la chauffe (étape de brûlage des fûts pour en diminuer la force tannique du chêne et pour en magnifier ses composés aromatiques). C'est le très grand tonnelier Seguin Moreau qui a mis au point à l'échelle industrielle ce nouveau « nez oenologique ». Le but du réputé tonnelier est d'analyser chaque barrique, et ainsi pouvoir fabriquer en série des barriques dont les caractéristiques aromatiques sont minutieusement contrôlées. Un an après l'homologation de ce procédé original, cette tonnellerie a réussi à doubler la capacité de sa machine avec l'installation d'une seconde « narine ». À quand le « nez dégustateur de vins » qui recommandera ses coups de coeur, reléguant ainsi aux oubliettes le métier de critique professionnel?

France : recul en Ontario

La domination exercée jusqu'à récemment par les vins français sur le marché mondial semble de plus en plus s'amenuiser. Leurs parts de marché s'éffritent aux quatre coins du monde. L'Ontario ne fait pas exception à cette tendance. Ses ventes de vins australiens ont augmenté à un rythme annuel moyen de 25 % au cours des derniers exercices financiers. Ces vins supplantent les crus de l'Hexagone, grâce entre autres à leur excellent rapport qualité-prix, à leurs étiquettes invitant ainsi qu'à l'effet persuasif des investissements promotionnels des publicitaires du *down under*. Même son de cloche en ce qui concerne les vins italiens qui gagnent du terrain, toujours devant la France, avec une augmentation de 30 % des ventes cette année. Il faut savoir qu'en Ontario, 90 % des ventes portent sur des vins de moins de 10 \$ et que la plus forte hausse de la demande porte sur des vins à plus ou moins 15 \$, sans oublier que 99 % des vins sont destinés à une consommation immédiate. Lorsque les chiffres du dernier exercice financier de 2004 seront publiés, la France pourrait donc se retrouver derrière l'Australie et l'Italie!

Identifiez le cépage...

La réponse à la dernière énigme de l'année, dont je vous ai posé la question il y a deux semaines, concerne le cépage rouge le plus cultivé en Italie, et qui a permis aux populaires chiantis des années 70 d'ouvrir la voie aux autres vins italiens. C'est le très populaire...SANGIOVESE. Sa palette va du rouge fluide et souple — certains vins d'appellation Chianti ainsi que certains Sangiovese di Toscana —, au rouge hyper concentré, d'une superbe structure et au très long potentiel de conservation — les brunello di Montalcino, chianti classico riserva, vino nobile di Montepulciano, torgiano rosso riserva ainsi que les super toscans —, en passant par une kyrielle de vins charnus, à la fois fermes et amples, dont ceux des appellations Chianti Classico, Chianti Rufina, Carmignano, Pomino, Rosso di Montalcino, Rosso di Montepulciano, Morellino di Scansano, etc. De par son acidité, souvent à l'avant-scène, et ses tanins tricotés serrés, le sangiovese devient le vin sur mesure pour les sauces au vin rouge (dominées par l'acidité du vin) ainsi que pour les sauces à la tomate.

Quelques harmonies

Antipasti
Nino Franco Brut, Prosecco di Valdobbiadene (19,70 \$; S-349662).

Pleurotes, risotto aux champignons et au parmesan, fettuccine au melon et au prosciutto
Capitel Croce 2002 Veneto, Anselmi (26,55 \$; S-928200).

Osso buco à la milanaise
Serego Alighieri Possessioni Rosso 2002 Veronese, Masi (17,05 \$ S-10202095).

Torre di Ceparano 2000 Sangiovese di Romagna, Zerbina (27,45 \$; S-863506).

Dimanche 18 h

nouveau rendez-vous

Qui dit vin...

Geneviève Brouillette et les vins d'Alsace.
Animation : Chrystine Brouillette

telequebec.tv

Ça change de la télé

MOT MYSTÈRE

GRECE - Un mot de 10 lettres

S A E P R E T U E S O P E A N
 E E E R E N S H E L E N E N E
 E I L O T E P T E G I N E O T
 C D N I D M T U A P E D N R R
 C H I A Y S G S H M M O E C A
 L E H N R I E I E Y I Y L I P
 E D H E C U B E R R L I L M S
 S I M A I R P E A O O N T O N
 I R Y O E H H S C N N N L O O
 A O S R O O A T I E Y I X C
 E D I R C O L R S L P R E Y Y
 D P E L T A A A A G O R A C L
 E I L P U A N T I G O N E R E
 N N A M M A G O E D I P E A D
 E I N E M O E N O N E Z E T A

- | | | | |
|----------|---------|----------|----------|
| ACIS | ETOLIE | MYSIE | PHALANGE |
| AEDE | EUTERPE | NAUPLIE | PHI |
| AGORA | GAMMA | NEMEE | PRIAM |
| ANTIGONE | HADES | NEOMENIE | PYLOS |
| ARION | HECUBE | NEREE | RHO |
| CIGUE | HELENE | NYMPHE | SPARTE |
| CLIO | ICARE | OEDIPE | STRATON |
| CNIDE | ILES | OLYMPE | TALENT |
| DORIDE | IOS | OMICRON | URANIE |
| ECCLESIA | ISMENE | ORESTE | ZENON |
| EGINE | LEDA | ORION | |
| ELIDE | LOCRIDE | OXYCRAT | |
| EPHORE | LYCON | PEAN | |
| EPIRE | MILON | PEGASE | |
| ESOPE | MYRON | PELTA | |

Solution du dernier problème : UCAYALI

14/01/2005

11907

LA PHRASE SECRÈTE

Thème: Citation de Moses Isegawa
 Placez les lettres de chaque colonne dans la case appropriée de manière à former une phrase complète. Les mots sont séparés par une case noire

PH1251

S	T	R	A	O	S	R	N	R	M	I	S	T	E
S	E	M	J	N	T	S	F	O	N	L	A	R	M
L													E

14-01-2005

Solution du dernier numéro : La prospérité montre les heureux, l'adversité montre les grands.

MOTS CROISÉS

www.hannequart.com

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												

14 janvier 2005

Q7391

HORIZONTELEMENT

- Saillie placée à la partie antérieure du cou des hommes.
- Stupide - Peu important.
- Il est bas sur pattes - Reconnaît.
- Vase médiéval - Irlande.
- Se permet de - Font partie d'une literie - Centimètre.
- D'un verbe gai - Escapade - Condition humaine.
- Génie de l'air - Bâton garni de fer.
- Carbonate de sodium - Putride.
- Violente agitation.
- Taux d'intérêt excessif - Homme rusé.
- Compétition sportive - Vulcain ou Uranus.
- Située - Prétendre à.

VERTICALEMENT

- Vivants et colorés.
- Poème mis en musique - On y met du grain - Spinnaker.
- Gros pain rond - Prochains.

- Café d'une variété estimée - Rassemblée.
- Entièrement déployé - Oiseau ratite.
- La haute mer - D'aller.
- De minuit à midi - Recouvrent et protègent la partie antérieure de l'œil.
- Se crie au cheval - Décrite.
- Chaîne de montagnes - Titre ottoman.
- Chat d'enfant - Un sens - Ressemblance.
- Terme de politesse - État d'Asie.
- Pantalons - Coriace.

SOLUTION AU PROCHAIN

1	T	C	H	I	N	T	C	H	I	N	A	R	D
2	I	R	I	S	E	H	I	L	A	R	E	M	
3	N	I	A	O	U	L	I	S	I	A	M		
4	T	E	T	F	U	M	E	A	M	E			
5	A	R	U	M	C	I	T	A	D	I	N		
6	M	S	Y	R	I	E	N	N	E	T			
7	A	C	R	A	D	A	N	S	E	S			
8	R	O	U	T	I	E	R	E	P				
9	R	O	S	E	S	A	B	E	T	I	S		
10	E	P	I	O	E	T	A	H	E	U			
11	E	T	A	N	G	L	I	A	N	E			
12	O	R	E	S	O	L	I	D	I	T	E		

Q7390

SOLUTION DU DERNIER NUMÉRO

BEN

LA DÉVEINE

FRANK ET ERNEST

PEANUTS

PHILOMÈNE

GARFIELD

FERDINAND

L'ARGENT DU MONDE - 1 de Jean-Jacques Pelletier

- 260 -

Le financier s'assit devant Zonta. Il avait lui-même fixé le rendez-vous dans ce petit café, près de la Grand-Place, et il n'avait pas informé son interlocuteur des motifs de leur rencontre. Il ne croyait pas aux longues explications, aux précautions oratoires et à l'annonce graduelle de ses intentions. Il croyait à l'action et à l'utilité de paraître imprévisible.

- Avez-vous lu votre horoscope, ce matin? demanda-t-il.
 - Mon horoscope? demanda Zonta, déconcerté.

- On y prît que vous allez entreprendre sous peu un voyage. Alors, je me suis dit que je pouvais donner un coup de pouce au destin.

Il sortit une enveloppe de sa poche intérieure de veston.

- Un billet d'avion pour Montréal, reprit-il. Vous partez ce soir.

- Et mon travail?

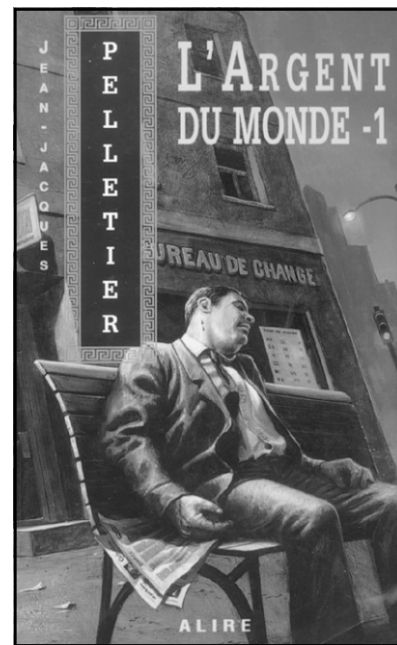
- Le responsable de votre secteur est très satisfait de votre travail. C'est précisément pour que vous appliquiez vos remarquables compétences dans un nouvel environnement que je vous envoie là-bas.

- Au pays des neiges éternelles? - Ce n'est quand même pas le Groenland.

- Ça dépend de la période de l'année.

Petreanu eut un geste ennuyé de la main, comme pour chasser un moustique.

- Vous allez diriger la firme Jarvis Taylor Dowling. Officiellement, il y aura un président intérimaire: son prédécesseur vient tout juste de décéder. Dans les faits, vous aurez tous les pouvoirs. Votre première tâche est de vous familiariser avec la boîte, de la mettre à votre main et de vous insérer dans le milieu. Vous vous rapporterez à Brochet.



Une ombre de contrariété passa sur le visage de Zonta.

Petreanu fit comme si de rien n'était, mais l'information fut soigneusement classée dans son cerveau: si jamais il avait besoin d'une surveillance supplémentaire sur Brochet, Zonta ferait un bon informateur.

- C'est lui qui dirige la stratégie globale, poursuivit Petreanu. Votre tâche consistera à mettre les ressources de la firme à son service tout en préservant l'image corporative actuelle, qui nous donne une excellente couverture.

- Bien.

- Un dossier sur cette firme vous sera transmis dans les heures qui viennent par courrier électronique. Pour les opérations de soutien - difficultés avec certains membres du personnel ou clients - une équipe spéciale de Vacuum est sur place. En cas d'urgence, vous allez

au Spider Club et vous demandez à voir Nathalia.

- Le Spider Club?

- Un bar de danseuses, comme ils disent là-bas.

- Et Nathalia? Une danseuse?

- Une danseuse qui a de multiples talents, répondit Petreanu avec un sourire. Je suis persuadé qu'elle saura s'occuper de vos problèmes. Quels qu'ils soient.

- Et mon travail actuel à la banque?

- Votre adjoint acceptera avec enthousiasme de prendre la relève... Voilà, je pense que c'est tout. Comme vous avez sûrement beaucoup à faire avant votre départ, je ne veux pas vous retenir plus longtemps.

Les deux hommes se levèrent.

Au moment où ils arrivaient près de la sortie, Petreanu se retourna vers Zonta.

- Vous pouvez considérer ce petit travail comme un service que vous nous rendez, dit-il. Une préparation à de plus hautes responsabilités.

- Je vous remercie de votre confiance.

Petreanu sourit. Zonta avait de l'ambition, songea-t-il. Travailler sous les ordres de Brochet, alors qu'il avait un niveau égal au sien, était un coup dur. Aussi bien l'amener à croire qu'il s'agissait d'une situation temporaire. Un pas en arrière, en quelque sorte, pour mieux sauter.

À SUIVRE

Les Éditions Alire inc.
 www.alire.com

© 2001 Éditions Alire inc. & Jean-Jacques Pelletier