

LE SOLEIL

LA BONNE TABLE

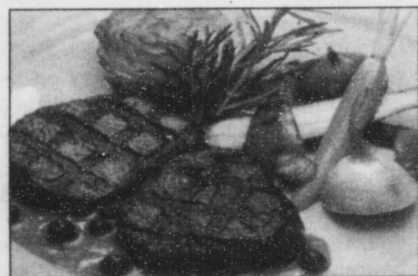
CAHIER H LE SAMEDI 17 AVRIL 1999



Le rouge très frais s'il vous plaît

Notre chroniqueur Jérôme-Henri Dejardins pourfend avec plaisir « ces templiers du soi-disant savoir boire pour qui le vin rouge sur glace est une preuve d'inculture œnologique frisant la barbarie ». Jérôme aime son vin rouge bien frais, surtout l'été, et il vous invite à faire de même.

PAGE H2



Un menu complet

Nos pages de recettes vous proposent, cette semaine, un menu complet et original; des pâtes aux tomates en entrée, des médaillons de bœuf au Porto et au Gorgonzola en plat principal et une superbe crêpe aux fruits pour dessert.

PAGES H 6 ET H 7

Si les murs du Café suisse pouvaient parler!



■ Rendez-vous des politiciens, journalistes, étudiants et artistes pendant de nombreuses années, le Café suisse, de la rue Sainte-Anne, est encore aujourd'hui l'endroit où manger une bonne fondue à Québec. Voilà que cette fondue, de suisse qu'elle était exclusivement au départ, est aussi maintenant chinoise ou bourguignonne et côtoie des viandes, du gibier, des poissons et des fruits de mer.

Page H 3

PHOTO: LE SOLEIL, STEVE DESCHÉNES

Tout en actualisant la présentation des assiettes en leur donnant plus de volume et de couleurs, le chef Richard Desnoyers, ci-haut en compagnie du propriétaire du Café suisse M. Jean-Yves Lapointe, se consacre à inventer de nouvelles fondues et à intégrer d'autres mets qui donnent un choix plus large à la clientèle d'habités.

À boire aubergiste, et du meilleur!

O n évoquait, il y a peu, ce grand écrivain que fut Alexandre Dumas et le fait qu'il avait aussi excellé comme chroniqueur gastronomique. Dumas nourrissait un amour particulier pour la Gascogne, dont les *Quatre Mousquetaires* sont les plus célèbres ressortissants.

Eh bien, amoureux de la vigne, levons nos verres! Alain Brumont, viticulteur gascon comme il s'en fait malheureusement trop peu aujourd'hui, sera dans nos murs très prochainement! Les vins de cet homme sont à son image! Fougueux, ardents, étonnamment déroutants avant d'être passionnément attachants. Avec ces vins-là, on ne se bat pas à fleurets mouchetés, on ne fait pas dans la dentelle, le sous-entendu, le non-dit! Place au face à face! Ça parle fort et juste! Cela passe ou cela casse! Mais quand cela passe, c'est pour la vie! Un pour tous, tous pour un! À boire aubergiste, la vie est belle!

Je ne peux donc que vous encourager à découvrir ou à redécouvrir le *Madiran par Alain Brumont 1995*, (SAQ reg 466 656, 12,5% alc/vol, 750 ml, 13,70\$); *La Gascogne, Clos du Thil 1996* (SAQ reg 433 334, 12% alc/vol, 10,90\$) ainsi que, pour les amateurs de vins sévères et strictes, le remarquable *Bouscassé 1995*, harnaché de 65% de *Tannat* et dont on annonce l'arrivée de 500 caisses (SAQ



Jérôme-Henri
Dejardin
jhdejardin@sprint.ca
Collaboration spéciale

À VOTRE
SANTÉ



Le Château de Nages.

spécialité 856 575, 12,5% alc/vol, 750 ml, 22,50\$).

DROIT AU CŒUR

Que dire du *Château de Nages, Costières de Nîmes 1998*, sinon mille fois bravo!

Nous l'avions déjà découvert dans sa version 1996 et nous avions vu avec surprise le rôle de trouble-fête qu'il joua, dans la cour de quelques grands, lors d'une dégustation à l'aveugle. De plus, j'étais prévenu par les passionnés qui constituent l'équipe de la Sélection Jean-Lesage, et par Francine Robitaille, directrice de la Falaise, chemin Saint-Louis à Sillery! « Tu verras son millésime 1998, c'est quelque chose! me dirent-ils. Mais ce fut quand même une surprise! Le sol qui le porte est pétri de galets et d'allu-

vions rouges brassés depuis des millénaires par sa majesté le Rhône. À l'œil, déjà le velours sombre de sa robe retient l'attention; au nez, il en impose comme celui de Cyrano de Bergerac: « Un roc, un pic, un cap... que dis-je un cap, c'est une péninsule! De la puissance et de la complexité tout en fruits mûrs qui, en bouche, sous des caresses poivrées et réglissées, vous enveloppe langue, palais et gosier. La totale sous les 14\$! (SAQ reg 427 617, 13,5% alc/vol, 13,95\$).

MINISALON... SYMPATHIQUE

Mardi dernier, s'est tenu le minisalon des nouveaux arrivages au Centre intégré en alimentation et tourisme», anciennement école Wilbrod-Bhérier). Enfin un salon où on entre autrement que sur la pointe des pieds. Ce fut convivial, détendu! Une belle ambiance de 5 à 7, faite de discussions intéressantes, ponctuées de grands fous rires et d'une levée unanime des verres pour saluer le 42^e anniversaire de l'un des dynamiques représentants présents. Ce minisalon a des leçons à donner à ses maxiconfrères! Et qu'on ne vienne surtout pas me parler de manque de places, d'étroitesse des kiosques! Je préfère cent fois la convivialité qu'engendre l'étroitesse à l'anonymat que génèrent les grands espaces vides.

Bravo et vivement l'année prochaine!

GAMAY D'HENRI MARIONNET

Boire un vin rouge après l'avoir rafraîchi est un des plaisirs subtils de la table. Nous parlons ici de vins légers du type *Bourgeuil, Chinon, Sancer-*

re, Beaujolais ou encore de ce *Gamay de Touraine* que je débouche pour vous aujourd'hui.

La mise en glace de ces vins rouges fait encore tiquer certains esprits pointus et conservateurs qui voient dans ce geste une intention iconoclaste et une preuve d'inculture œnologique frisant la barbarie.

Je me suis déjà fait rappeler à l'ordre par ces Templiers du soi-disant savoir boire! Tant pis, mon *Gamay* mis en glace me donne tellement de joie que je n'hésite pas à encourir reproches et quolibets! J'utiliserai mon seau à glace à chaque fois qu'un de ces vins passera par mon tire-bouchon.

Ceci dit, même si la mise en glace reste un exercice relativement délicat (pas plus d'une demi-heure dans le seau avant d'être ouverte), il est bien moins périlleux que le passage au réfrigérateur, pire, au congélateur.

Que de fois n'ai-je pas assisté à l'assassinat d'un de ces doux jus d'octobre par d'honnêtes citoyens et citoyennes, emplis de bonnes intentions mais qui, dans l'espoir d'accélérer le refroidissement, confièrent leur flacon au congélateur et l'oublèrent! Fâcheux oubli qui réduisit bouteille et contenu à l'état de pop sicle.

Revenons à ce *Gamay de Touraine*, produit par Henri Marionnet, au Domaine de la Charmoise situé au point le plus élevé entre la Loire du nord et le Cher du sud.

Un *Gamay* noir à jus blanc issu d'un sol de type « Perruches » qualifié comme tel lorsqu'il est constitué d'argile à silex avec plus ou moins de silice et graviers.

Vous saurez pratiquement l'essentiel sur ce vin de bonheur lorsque je vous aurai dit que la vendange entièrement manuelle qui l'enfante est assurée par une main-d'œuvre essentiellement féminine!

Et de fait, messieurs, sa légèreté qui permet de l'apprécier à grandes rasades, de même que l'éclat raffiné de son bouquet aromatique où se mêlent framboises, fraises, cassis, mûres et cerises confites sont le reflet fidèle de la grâce naturelle de nos compagnes. À boire jeune, entre 11 et 12° en hiver, 8 et 9° en été.

Plus de 40 producteurs sur place! ✦ Plus de 150 vins à découvrir!

Festival des vins de Californie

Venez déguster les vins californiens et courez la chance de gagner 2 billets d'avion pour la Californie.
Coût du carton : 50 \$ (reçu pour fins d'impôt)

Sous la présidence d'honneur de monsieur Benoît GOUIN, comédien, et de monsieur Jacques PROUËX, C.A. Associé, Lemieux Nolet

Lundi, 10 mai à 19 h à la Salle de Bal du Château Frontenac

Activité bénéfice du THÉÂTRE PÉRISCOPE. Pour réservations : 648-9989

Le Vendôme

SPÉCIAL
POUR 2 PERSONNES À 48\$
avec 1/2 bouteille de vin blanc ou rouge

Pâté d'agneau du Québec en gelée
ou
Trio de pâtes à la vinaigrette
ou
Vol-au-vent de volaille
Potage du jour

Lapin sauté sauce à l'érable
Gigot d'agneau rôti au jus
Filet de saumon hollandaise
Escalope de veau niçoise
Entrecôte sur grill aux champignons

Table à dessert, café, thé ou tisane

VALET DE STATIONNEMENT

36, côte de la Montagne, Québec

Rés.: 692-0557

La Gamelle

1109, route de l'Église, Ste-Foy
659-1336

2 mezzés libanais
+ 1/2 litre de vin
(15 goûts différents)

39,95\$

2/1 sur table d'hôte

Jusqu'au 30 avril 1999

« LE CAFÉ SUISSE »

Au royaume de la fondue

Un décor tout en recoins, en grandes salles, en petits salons, des escaliers qui mènent partout, des murs de brique, de pierre et d'autres de bois peint, un parfum de fromage: on est ici au royaume de la fondue, c'est le Café suisse.

Pour beaucoup de Québécois de 50 ans et plus, c'est plutôt l'Aquarium, son nom d'autrefois, le lieu de rendez-vous des politiciens de toutes les époques et de toutes les tendances, de tout ce que la ville comptait de journalistes, des étudiants, de la plupart des artistes de passage.

Richard
Côté

RCote@lesoleil.com

Ah, si les murs du Café suisse pouvaient parler, on en entendrait des vertes et des pas mûres, on découvrirait peut-être que telle crise politique ou de relations de travail s'est réglé autour d'une bonne fondue, on apprendrait des secrets de tournée.

Mais en 45 ans d'existence, cet établissement a su conserver une réputation enviable sur le plan de la discrétion. « Il y avait comme une entente tacite entre les clients, affirme Jean-Yves Lapointe, propriétaire des lieux depuis 15 ans.

Rien de ce qui se disait ici ne devait en sortir, encore moins être publié ou servir dans un débat politique ultérieur ».

Depuis 1953, date à laquelle le Suisse Gaston Perrin a lancé son Aquarium, l'établissement, au fur et à mesure de ses nouveaux noms, a pris de l'ampleur au point d'abriter plus de 400 places (terrasse incluse).

Même si le décor: n'a pas vraiment évolué de façon notable au cours des ans, on retrouve la même chaleur, le même service et le même classicisme qui ont fait la renommée du Café

suisse depuis l'origine. Pour ce qui est de la table, elle a subi deux transformations plus importantes depuis le début, soit il y a 15 ans quand Jean-Yves Lapointe a pris les commandes et, tout récemment, quand celui-ci a embauché le chef Richard Desnoyers, en septembre.

« Nous avons un beau choix de fondues et une clientèle fidèle depuis plusieurs années. Mais dans ce métier de la restauration, il ne faut pas s'asseoir sur ses lauriers et il est nécessaire de se renouveler constamment », dit le chef.

Pas question évidemment d'éliminer les fondues qui avaient fait la marque de commerce du restaurant et lui avaient permis de se développer une réputation qui dépassait les frontières.

Tout en actualisant la présentation de la plupart des assiettes, en leur donnant plus de volume et de couleurs, il se consacre à inventer de nouvelles fondues et à intégrer d'autres mets qui donnaient un choix plus large à la clientèle d'habités.

C'est ainsi que sont apparues au menu les viandes de gibier qu'on vous sert désormais aussi bien en fondues qu'en plats cuisinés.

Tout comme les viandes (les filets mignons, entrecôtes, escalopes de veau et tartares de bœuf, de 15,95\$ à 27,95\$, à la carte), les poissons et crustacés (de 15,95\$ à 26,95\$, à la carte) ont pris une plus grande place au menu.

Quant aux fondues, elles sont toujours suisses pour six d'entre elles (de 15,95\$ à 19,95\$) et représentent diverses régions de ce pays montagneux, les goûts de clients renommés (la suisse du ministre), et même un coin du Québec puisqu'il y en a une qui est préparée avec du mignon de Charlevoix. Quelques raclettes viennent compléter le décor.

Une dizaine d'autres fondues sont chinoises ou bourgui-



Un décor antique et accueillant.

LE SOLEIL, STEVE DESCHENES

gnones (de 15,95\$ à 25,95\$) et vous font découvrir sous un nouveau jour les poissons et fruits de mer ou différents gibiers. La table d'hôte du midi demeure très abordable (de 7,95\$ à 16,95\$) et on peut y choisir, en plus de quelques plats déjà mentionnés, des salades, des pâtes ou du poulet. Celle du soir représente un déboursé de 21\$ à 37\$.

Parallèlement, on a décidé de marquer le 45^e anniversaire en offrant jusqu'en juin un trio de fondues pour deux personnes pour 45\$, trou normand compris. Pour le même prix, vous pouvez vous permettre plutôt une table suisse pour deux personnes comprenant une entrée (l'assiette des montagnards), une fondue suisse ou le gratin d'écrevisses, un dessert (le flan du Café suisse), et une boisson.

C'est sûr que vous aurez peut-être de la difficulté à déchiffrer tous les secrets que vous raconteront les murs du Café suisse, mais comme on peut le voir, vous aurez une foule d'autres choses agréables à découvrir. Pourquoi vous en priver ?

LE RESTAURANT LE CAFÉ SUISSE
32, rue Sainte-Anne, Vieux-Québec
694-1320

LA RECETTE
DU CHEF

Escalope de veau des cantons

Pour une personne

INGRÉDIENTS

- 2 escalopes de veau minces
- 4 tranches de viande des Grisons
- 1 1/2 oz (45 g) de gruyère râpé
- farine assaisonnée

SAUCE

- 1 c. à thé (5 ml) d'échalotes françaises
- 1 1/2 oz (30 g) de porto
- 4 feuilles de sauge fraîche
- 1 oz (30 g) vin blanc sec
- 3 oz (85 g) de demi-glace

PRÉPARATION

- Déposer la viande des Grisons sur une escalope et ajouter le fromage.
- Recouvrir de la deuxième escalope. Fariner délicatement les deux escalopes.
- Dorer dans un poêlon légèrement

huilé les deux côtés des escalopes (environ deux minutes).

- Ajouter l'échalote française puis déglacer avec le porto et le vin blanc.
- Réduire au quart du volume.
- Ajouter la sauge et la demi-glace et cuire cinq minutes à feu doux.

Chef: Richard Desnoyers

CHEZ
ULYSSE ET PÉNÉLOPE
Café bistrot

MOULES ET FRITES
À VOLONTÉ

et un verre de vin sélectionné
16,95\$

du dimanche au mercredi en soirée
2520, Chemin Ste-Foy, Ste-Foy
653-9344

1999

L'ANNÉE DU
LAPIN

APSARA

Avril marque le début du Nouvel An cambodgien. Dans l'esprit des célébrations de cette année du lapin, le restaurant APSARA vous invite à goûter son menu exclusif: le menu du «NOUVEL AN 99», de plus, nous vous offrirons un rafraîchissant thaïlandais. Vous en garderez un souvenir inoubliable.

Puisse le bonheur vous habiter tout au long de cette nouvelle année du lapin.

Une délicieuse gourmandise
71, RUE D'AUTEUIL - 694-0232

Cuisines cambodgienne, thaïlandaise et vietnamienne



Corporation
des restaurateurs
associés du Québec

VOUS INFORME

par France Lavoie

LES RÉCIDIVISTES

Entre le 30 octobre 1998 et le 29 janvier 1999, 87 contrevenants, dont 12 de la région de Québec, ont été condamnés à des amendes en vertu de la *Loi sur les produits agricoles, les produits marins et les aliments* et de la *Loi sur les produits laitiers et leurs succédanés*. De plus, trois établissements ont été condamnés en vertu des mêmes lois en octobre et deux en février. Au total : 17 amendes en six mois pour notre région.

Ces amendes touchent huit établissements, toujours les mêmes. Un établissement à lui seul bat tous les records : cinq amendes en six mois. La nature des infractions va de *ne pas avoir préparé, conservé et manipulé un aliment dans des conditions hygiéniques, ne pas avoir maintenu constamment à une température n'excédant pas 4 °C un aliment périssable, avoir disposé des déchets de façon non conforme en les déposant sur un terrain, ne pas avoir maintenu en bon état d'entretien l'équipement, ne pas avoir éliminé sans délai les insectes*. Pire encore, deux établissements qui avaient été jugés coupables de *ne pas avoir maintenu un équipement en bon état, n'ont même pas été capables de le nettoyer convenablement* puisque quelques mois plus tard, on leur remettait un autre avis d'infraction, pour lequel ils ont encore été jugés coupables, parce que *après avoir nettoyé l'équipement, il n'était pas exempt de bactéries coliformes et portait plus d'une bactérie par centimètre carré, dans un premiers cas, et n'était pas exempt de germes pathogènes, de bactéries coliformes et de staphylocoques et portait plus d'une bactérie par centimètre carré, dans l'autre cas*.

Vraiment, trop, c'est trop. Ces comportements reflètent un manque total du plus simple sens des responsabilités. Pire encore, ils portent ombrage à toute la communauté des restaurateurs, contribuant à créer un climat de méfiance envers tous, y compris vis-à-vis les propriétaires responsables, ceux qui sont conscients des dangers de tels manquements.

Les établissements qui vendent de la nourriture, sous quelque forme que ce soit, ont l'obligation, à tout le moins morale, de ne pas mettre en danger la santé de la clientèle. Il ne s'agit pas tout simplement de payer l'amende et de récidiver après quelques semaines ou quelques mois.

Le ministre de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ) possède cependant une autre arme pour obliger les fautifs à se reprendre en mains. Il l'utilise à l'occasion devant certains propriétaires récalcitrants. Il ferme l'établissement, tout simplement. Le 1er avril dernier, il a ordonné à un exploitant de la région de Granby de cesser ses activités pour une période de 30 jours parce que, après avoir été jugé coupable d'infractions, le propriétaire n'avait pas réglé les faits reprochés.

Évidemment, les contrevenants sont peu nombreux. Mais devons-nous attendre que l'excellente réputation de la qualité de la restauration dans la région de Québec soit mise en doute avant de dénoncer de tels comportements ? Nuire à la renommée de tout le milieu de la restauration de Québec pour économiser quelques gallons d'eau de javel, est-ce que ça en vaut la peine ?

Pour plus d'informations sur les jugements rendus suite aux constants d'infractions émis par la Ville de Québec, consultez le site Internet de la MAPAQ à l'adresse www.agr.gouv.ca.

POUR NOUS REJOINDRE

Par la poste, 1995, Jean-Talon Sud, bureau 308, Sainte-Foy G1N 4H9, par téléphone au (418) 683. 4150, par télécopieur au (418) 683. 2899 ou par courriel à crq@videotron.ca

Demandez l'un des responsables,
Pierre Barthell ou Denys Paul-Hus.

LA BONNE TABLE

20^E SALON REST-HÔTE

Chapeau!

Quatre piliers de la restauration honorés

PIERRE CHAMPAGNE

Le Soleil

L'Association des restaurateurs du Québec a décerné, en fin de semaine dernière, à Québec, à l'occasion du banquet marquant la vingtième année d'existence du Salon Rest-Hôte, ses prix *Coup de Chapeau* à trois restaurateurs et une restauratrice qui, par leurs actions, ont contribué de façon particulière au rayonnement et au développement de l'industrie de la restauration au Québec durant ces deux dernières décennies.

L'événement marquait également l'ouverture de ce salon qui s'est déroulé au Centre de foires de Québec jusqu'à mardi dernier.

Parmi ces professionnels de la restauration, l'un d'entre eux, Normand Brie, est de la région de Québec. C'est lui qui est à l'origine des restaurants Normandin. M. Brie a travaillé comme employé de restaurant avant d'ouvrir, alors qu'il n'avait que 23 ans, le premier Normandin de la région de Québec. C'était le 19 mai 1969, sur le boulevard Bastien. Il a pu concrétiser son rêve grâce aux économies qu'il a accumulées comme cuisinier à Frobisher Bay. Depuis quelques semaines, Frobisher Bay est devenue la capitale du Nunavut.



Les lauréats, dans l'ordre habituel: M. Michel Rochon, M^{me} Norma Abraham, M. Bernard Ragueneau et M. Normand Brie.

Quand LE SOLEIL a tenté de rejoindre M. Brie, au début de la semaine, il a appris que celui-ci était retourné dans le Grand Nord. En voyage pour la semaine. Personne n'a voulu préciser s'il s'agissait d'une chasse au caribou, d'une aventure de pêche ou si, tout simplement, il avait l'intention d'inaugurer un autre restaurant Normandin au Nunavut. Il faudra attendre son retour pour en savoir davantage.

Étroitement appuyé par ses frères et soeurs, ainsi que par son épouse, Normand Brie a assuré la croissance et le succès remarquable que connaissent

les restaurants Normandin. La chaîne compte actuellement 28 établissements, tous situés dans l'Est du Québec.

Les
restaurants
Normandin
ont
30 ans

Les lecteurs du SOLEIL qui voyagent souvent au Saguenay seront heureux de savoir que M^{me} Norma Abraham, la propriétaire du restaurant Chez Georges Steak House, à Chicoutimi, a aussi été honorée le samedi 10

avril au Château Frontenac. M^{me} Abraham dirige un établissement dont la réputation dépasse largement les frontières du Saguenay-Lac-St-Jean. Issue d'une famille libanaise immigrée au Québec en 1922, madame Abraham a pris la relève de l'entreprise de son père où l'achalandage témoigne de la qualité exceptionnelle de la cuisine qu'on y sert depuis 40 ans.

Par ailleurs, M. Michel Rochon, propriétaire des Rôtisseries St-Hubert de Sainte-Adèle et de Sainte-Agathe, dans les Laurentides, a aussi été honoré, après être devenu en 1987, à 25 ans, le plus jeune franchisé de l'histoire de la chaîne. De même, M. Bernard Ragueneau a aussi mérité un *Coup de Chapeau*, M. Ragueneau est le propriétaire du restaurant-bar Thursday's depuis 1973, du Lutétia ainsi que du réputé hôtel de la Montagne, à Montréal.

Français d'origine, il immigré au Québec au début des années 60 pour occuper des postes de gérant et de directeur dans certains des plus prestigieux hôtels de la province, dont le Ritz Carlton et le Reine Élisabeth de Montréal, mais il fut aussi à l'emploi du Château Frontenac, à Québec.

Cours de cuisine pour tous

Où cuisiner rime avec plaisir



(Portes ouvertes)
les 24 et 25 avril
de midi à 17 h

INVITEZ
UN AMI A
MOITIÉ PRIX!

*Camps culinaires d'été
pour enfants et ados
*Cuisine sur barbecue

L'INSTITUT
CULINAIRE
DE QUÉBEC

Tél.: 684-8811

49-A, rue Marie-de-l'Incarnation
Québec (Québec) G1N 3E5

institutsculinairesduqc@qc.aira.com

MÔSS

Les petits matins du Môss

Le dimanche
de 9h30 à 14h
6⁹⁵\$

à partir de 6

Pour un déjeuner original!

MOULES
À VOLONTÉ
7 jours sur 7

255, rue Saint-Paul
692-0233

Un salon fort couru

Plus de 285 stands,
200 exposants et...
10 000 visiteurs

PIERRE CHAMPAGNE

Le Soleil

Près de 10 000 restaurateurs, hôteliers et gens de bouche ont visité, au début de la semaine, le 20^e Salon Rest-Hôte qui se tenait cette année au Centre de foires de Québec.

Réalisé depuis 1979 par l'Association des restaurateurs du Québec et fondé

par un restaurateur de Sainte-Foy, M. Michel Moreau du restaurant La Tyrolienne, cet événement est le pendant d'un autre Salon Rest-

Hôte, beaucoup plus ancien, qui se déroule à Montréal, dans le mois de février, depuis plus d'une cinquantaine d'années.

Avec ses 285 stands, ses 200 exposants regroupés dans l'alimentation, les équipements et les services, le Salon Rest-Hôte offrait un regard complet sur les tendances qui marqueront le monde des services alimentaires des années 2000. L'Association des restaurateurs du Québec a profité de l'événement pour souligner de façon particulière la participation de 13 entreprises

de la région de Québec ayant contribué à l'essor de cette exposition, la plus importante du genre à être tenue dans l'Est du Québec.

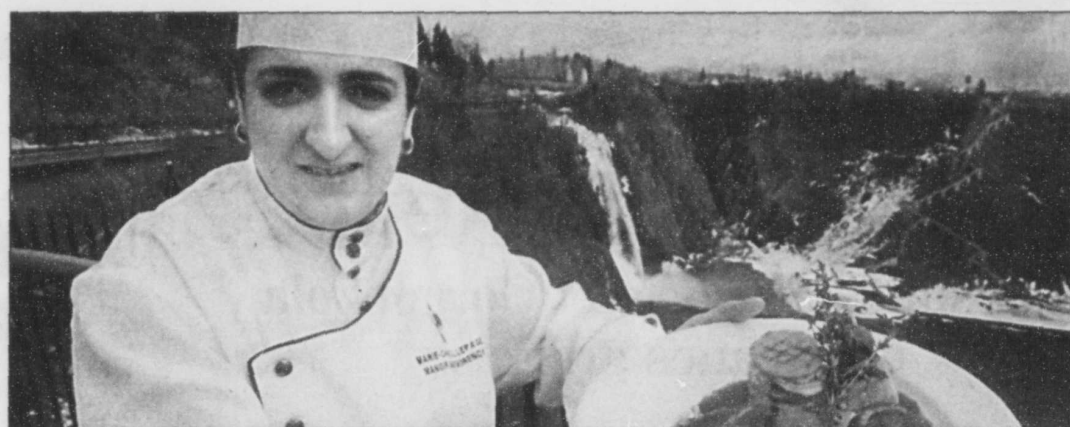
Ces 13 entreprises, récipiendaires du Prix Fidélité pour leur assiduité durant les deux dernières décennies sont: le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec; MasterCard/Banque Nationale; Diners

Club/enRoute; Drolet Saniforme/AlSCO; Choquette CKS Inc; Alex Coulombe Ltée; Natrel Inc; Embouteillage Coca-Cola; Équipement Doyon

Inc; Industries MKE (1984) Inc; Cassidy Ltée; G Doyon & Fils Inc; Caisses électroniques Lirette.

Par ailleurs, trois chefs cuisiniers renommés ont pris part à l'événement *Concours sur assiette* durant ce salon. Ces trois artistes de la gastronomie, Marie-Chantale Lepage, du Manoir Montmorency, Carl Murray, du Loew's Le Concorde et Yves Petit, de l'ITHQ ont fait découvrir aux visiteurs l'art de surprendre le client en ajoutant originalité et extravagance dans leurs assiettes.

Treize entreprises récipiendaires du Prix Fidélité



Une artiste de la gastronomie: Marie-Chantale Lepage, du Manoir Montmorency.

ARCHIVES LE SOLEIL

Prix-Bistro



Cuisine d'inspiration Internationale

A
La Faim de loup
La Semaine
des secrétaires
C'est spécial!
2830, chemin Ste-Foy
653-8310

Beaugarte

FESTIVAL DU
CRABE
DES NEIGES

Soirée « LADY'S NIGHT »
dimanche soir
les 5 à 8 et plus...

Les Soupe-tôt

Samedi de 17h à 18h30
(1^{er} service)

Dimanche et lundi
de 17h à 22h

Soupe du jour,
dessert, café

à partir de
6,95\$

659-2442

RESTAURANT



**NOS 25 ANS
D'EXISTENCE,
VOILÀ VOTRE
ASSURANCE POUR
UNE SORTIE RÉUSSIE**

LE SOIR

Table d'hôte complète à partir de 15,95\$

Carte variée: FONDUES (15 choix),
GRILLADES et FRUITS DE MER

LE MIDI

Table d'hôte complète à partir de 7,95\$

(menu complet avec dix choix)

Salons privés - Salle de réunion offerte gratuitement
avec pause-café et nos nombreux petits-plus pour vous gâter.

2846, rue du Bois-Gomin (voisin de Place Laurier)
via Rte de l'Église ou Germain-des-Prés
651-6905

1416814

**Mont
Toubillon**
**SUPER
BRUNCH**
TEMPS DES SUCRES

14⁷⁵\$ adulte
1/2 prix enfants de 6 à 10 ans
Gratuit enfants 5 ans et moins

• Musicien • Ambiance • Salles privées
Prix spéciaux pour groupes

STATION TOURISTIQUE
LAC-BEAUPORT

Réservez 849-4418

PARIS



BREST

SUGGESTION
POUR 2 PERSONNES

POTAGE

CHATEAUBRIAND

CAFÉ

1 BOUTEILLE
CHATEAU LA REZE

55\$

590, Grande Allée Est
(coin De La Chevrotière)

☎ 529-2243

VALET DE STATIONNEMENT GRATUIT TOUTS LES SOIRS

1427193

LA RECETTE DU CHEF

Médillons de bœuf... avec sauce au porto et Gorgonzola et pacanes grillées

INGRÉDIENTS

- 4 (6 oz) médaillons de bœuf
- 1 tasse (250 ml) fond de veau
- 1/4 tasse (60 ml) porto
- 2 c. à soupe (30 ml) oignons verts
- 4 oz (100 g) Gorgonzola émietté
- 4 oz (100 g) pacanes grillées
- 1 c. à soupe (15 ml) huile
- sel et poivre

PRÉPARATION

— Sur la cuisinière, faire chauffer l'huile dans une poêle et saisir le bœuf jusqu'au degré de cuisson recherché.

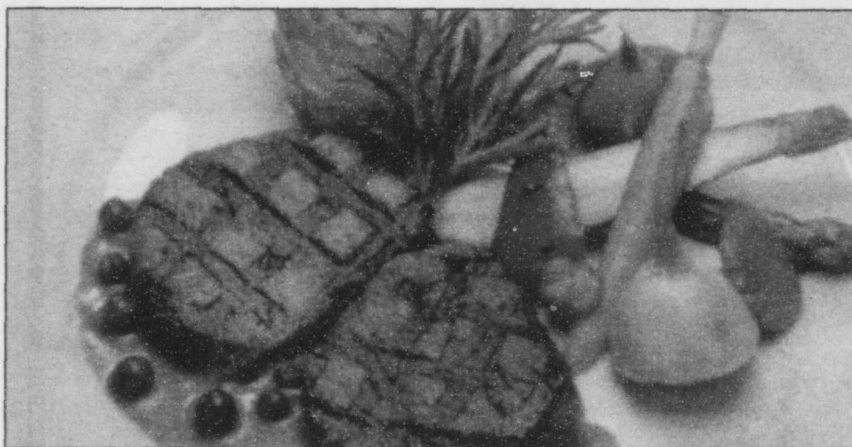
— Sous le gril : badigeonner le bœuf d'un peu d'huile, saisir la viande et la tourner de 90° après deux à trois minutes.

— Retourner la viande et cuire jusqu'au degré de cuisson désiré.

— Dans un chaudron, faire réduire le porto avec les échalotes jusqu'à consistance sirupeuse, ajouter le fond de veau et réduire.

— Finir par l'ajout de Gorgonzola, de sel et poivre au goût. Napper le bœuf et garnir de pacanes grillées.

Source : Centre d'information
sur le bœuf



CENTRE D'INFORMATION SUR LE BŒUF



THE ONTARIO GREENHOUSE VEGETABLE GROWERS

Pâtes et tomates non cuites

Cette sauce tomate sans cuisson se marie aussi bien avec du poisson fraîchement poché que des poitrines de poulet que l'on fait cuire à feu doux.

- 2 c. à table (30 ml) huile d'olive
- 1 c. à thé (5 ml) sel
- 1/2 c. à thé (2 ml) poivre

PRÉPARATION

— Mettre tous les ingrédients sauf les pâtes dans un grand bol et les mélanger. Laisser reposer à la température ambiante pendant au moins deux heures avant de servir.

— Porter une grosse marmite d'eau salée à ébullition. Y ajouter les pâtes et les faire cuire jusqu'à ce qu'elles soient al dente, environ dix minutes. Égoutter et mélanger les pâtes avec la sauce.

Source : The Ontario Greenhouse
Vegetable Growers

Donne 4 portions

INGRÉDIENTS

- 1 lb (500 g) linguine, fettuccine ou spaghetti
- 4 grosses tomates mûres coupées en dés
- 1/2 t. (125 ml) concombre coupé en dés
- 1 gousse d'ail émincée
- 1/4 t. (50 ml) basilic frais haché ou 2 c. à table (30 ml) séché
- 1/4 t. (50 ml) menthe fraîche hachée ou 2 c. à table (30 ml) séchée
- 2 c. à table (30 ml) persil italien frais haché



Réservez maintenant pour la
Fête des Mères
Buffet à volonté jour et soir

• RESTAURANT • BAR • DISCOTHÈQUE • RENCONTRE
Un décor unique à Québec

979, av. de Bourgogne, Sainte-Foy (voisin Place Quatre-Bourgeois)
Réservations: **651-0089**

- **Fine cuisine**
- **Tables d'hôte
chinoise et française**
- **Brunch**
Dimanche de 10h30 à 14h
- **Buffet à volonté**
Les midis du lundi
au vendredi

6.99\$

TABLE D'HÔTE

Feuilleté aux fruits de mer
ou
Fondue parmesan maison
ou
Salade César

Potage du jour

Blanc de volaille aux pleurotes
et à l'estragon
Filet de saumon au basilic
Escalope de veau à la bordelaise

Votre choix parmi la carte des
desserts

Thé, café
49,95\$ pour deux personnes
incluant 1/2 litre de vin
25\$ par personne incluant
1/4 litre de vin

saint-germain
RESTAURANTS

STE-FOY
2750, chemin Ste-Foy
(Plaza Laval)
658-6067

SILLERY
1525, Sheppard
(coin ch. St-Louis)
681-6035
Livraison - Traiteur
Air climatisé - Stationnement gratuit

PAM?
686-3344
1 800 463-2362

*Paiement
Automatique
Mensuel

LE SOLEIL

2 POUR 1

Ce coupon vous donne droit à un
SPAGHETTI GRATUIT, lorsque vous
en achetez un de même valeur au prix courant.

ACHETEZ UN POT DE SAUCE VANDE
BOULETTES, FRUITS DE MER, TOMATES
AU PRIX RÉGULIER ET SUR PRÉSENTATION
DE CE COUPON RECEVEZ GRATUITEMENT
UN PAQUET DE PÂTE 500 GR MANOIR

7685 1ÈRE AVE
CHARLESBOURG
418-627-0161

3077 CHEMIN ST-LOUIS
SAINTE-FOY
418-659-5628

7685 1ÈRE AVE
CHARLESBOURG
418-627-0161

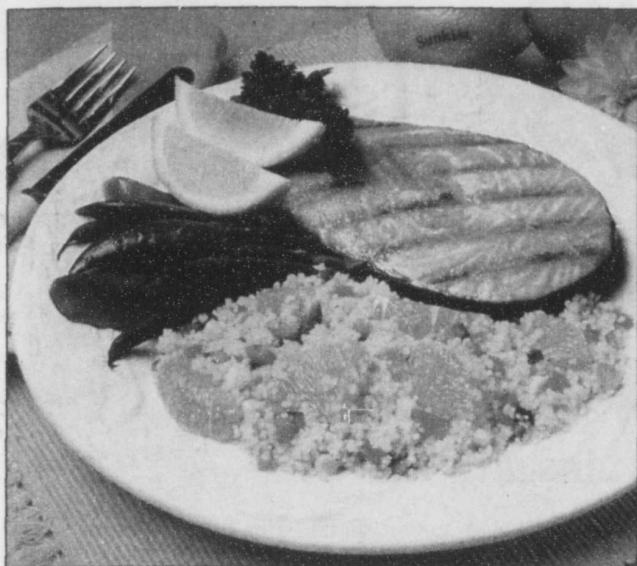
3077 CHEMIN ST-LOUIS
SAINTE-FOY
418-659-5628

valable en salle à
manger seulement
limite d'un coupon
par 2 personnes

Valide jusqu'au
18 MAI 1999

LA RECETTE DU CHEF

Crêpes aux fruits



SUNKIST

Couscous à l'orange et au sésame

Donne trois portions (environ 3 t./750 ml)

INGRÉDIENTS

- 1 t. (250 ml) de jus d'orange frais (3 oranges)
- 1/2 t. (125 ml) de poivron rouge ou vert, haché
- 1 c. à thé (5 ml) d'huile de sésame
- 1/8 c. à thé (0,5 ml) de sel
- 2/3 t. (150 ml) de couscous à cuisson rapide
- 1 orange, pelée et coupée en bouchées
- 3 c. à table (50 ml) d'oignon vert haché

PRÉPARATION

— Dans une casserole moyenne, mélanger le jus d'orange, le poivron rouge, l'huile de sésame et le sel. Porter juste au point d'ébullition; incorporer le couscous. Couvrir et retirer du feu. Laisser reposer cinq minutes.

— Remuer le mélange à la fourchette. Incorporer les bouchées d'orange et l'oignon vert. Servir avec du poisson ou du poulet grillé, si désiré.

Source: Sunkist

INGRÉDIENTS

- 3 œufs
- 1/2 c. à thé (2 ml) sel
- 1 t. (250 ml) farine tout usage
- 1 1/2 t (375 ml) lait
- 3 . à t. (45 ml) beurre fondu

PRÉPARATION

— Dans un bol moyen, fouetter les œufs et le sel. À l'aide d'un fouet, incorporer la farine, le lait et le beurre jusqu'à onctuosité. Couvrir et réfrigérer pendant au moins une heure.

— Remuer la pâte avant de l'utiliser. Chauffer une poêle à crêpe de 7 ou 8 po (17 ou 20 cm) jusqu'à ce qu'elle soit très chaude. Elle est prête lorsque quelques gouttes d'eau sautillent et s'évaporent aussitôt. Graisser la poêle avec un peu d'huile ou de graisse.

— Soulever la poêle d'une main et de l'autre, y verser environ 3 c. à t. (45 ml) de pâte en une seule fois. Inclinez la poêle en tous les sens pour que la pâte s'étende et couvre entièrement le fond de la poêle.

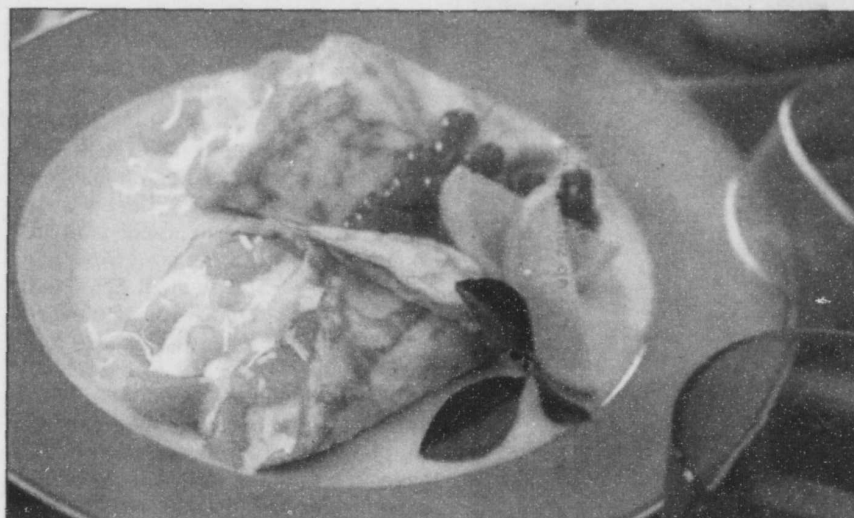
— Cuire à feu moyen jusqu'à ce que le dessus prenne, environ 30 secondes. Dégager la paroi, retourner et cuire quelques secondes.

— À l'aide d'une spatule, transférer la crêpe sur une grille pour laisser refroidir. Répéter le procédé pour utiliser le reste de la pâte. Donne environ 18 crêpes

GARNITURE AUX FRUITS

Ingrédients

- 1 boîte (19 oz/540 ml) de morceaux d'ananas, bien égouttés
- 2 boîtes (10 oz/284 ml) de quartiers de mandarines, égouttées ou 1 1/2 t (375 ml) de moitié de quartiers d'oranges
- 1/2 t (125 ml) de flocons de noix de coco sucrée



OFFICE CANADIEN DE COMMERCIALISATION DES ŒUFS

- 3/4 t (175 ml) yogourt ferme aromatisé à l'orange, au citron ou à la vanille

PRÉPARATION

— Mélanger tous les ingrédients ensemble. Réfrigérer pour amalgamer les saveurs. Déposer environ 1/4 t (50 ml) de garniture sur chacune des crêpes et replier au goût.

— Décorer de fruits frais et de yogourt supplémentaire. Arroser de sirop d'érable, si désiré. Donne quatre tasses (1l)

TRUC

— Les crêpes peuvent être préparées d'avance et congelées. Empiler les crêpes refroidies, séparées d'une feuille de papier ciré.

— Déposer le paquet de crêpes dans un sac à congélation refermable et congeler jusqu'au moment de l'utilisation.

Source: Office canadien de commercialisation des œufs

L'OLIVE noire RESTO-BAR
FINES GRILLADES

L'OLIVE noire RESTO-BAR
FINES GRILLADES

L'OLIVE noire RESTO-BAR
FINES GRILLADES

TOUS LES DIMANCHES ET LUNDIS SOIR
BOEUF ou SAUMON
À vous de choisir de quelle façon!!!

CRU
En tartare ou Carpaccio

GRILLÉ

• Filet de saumon frais à la moutarde
• Tourneidos de boston, sauce au poivre

seulement 9,95\$

Salon privé pour groupe

SEVICE VALET
Du mercredi au dimanche soir
devant la S.A.Q. Cartier

Terrasse ensoleillée

L'Olive Noire Fines Grillades, Copieux mais pas copié!!!
64, René-Lévesque Ouest, (angle Cartier)
521-5106

1428105

LA PAELLA
Restaurant - Café - Bar - Tapas
Cuisine espagnole

Pinchos y Tapas

- Menu spécial du soir **12⁹⁵\$**
- Table d'hôte à partir de **14⁵⁰\$**
- Menu gens d'affaires

595, Grande Allée Est, Québec
Réservation: **521-2373**

1427119

RESTO-BAR
LE VESQUE

Une coulée de saveur

Cuisine européenne

DÉJEUNER de 8h à 14h
les samedis et dimanches

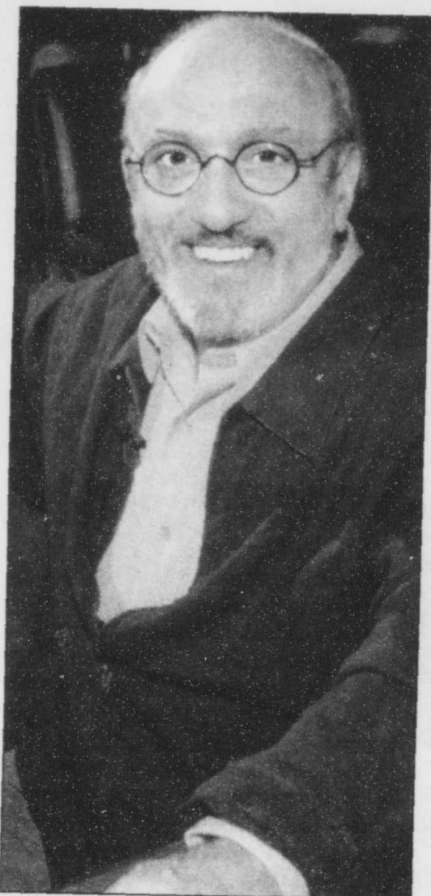
Menus midis à partir de **6⁹⁵\$**

Menus à la carte
et table d'hôte en soirée
de **14⁹⁵\$** à **24⁹⁵\$**

3405, boul. Hamel Ouest **871-2166**
(Entre Du Vallon et Masson)

1427751

AU GOÛT DU JOUR



Tout un porte-parole pour les producteurs en serre

Les Producteurs en serre du Québec ont choisi le comédien André Montmorency comme leur porte-parole officiel. Depuis 1958, André Montmorency a joué sur presque toutes les scènes du Québec dont celles du théâtre du Rideau Vert, du théâtre du Nouveau Monde et de la Compagnie Jean Duceppe. Plus récemment, il a littéralement brûlé les planches en campant une bouleversante *Duchesse de Langeais*, de Michel Tremblay. Cette année, il a relevé un nouveau défi en devenant l'animateur du magazine *Sortie Gay*. André Montmorency a également écrit deux livres; son autobiographie *De la ruelle au boulevard* et *La Revanche du pâté chinois*, un recueil de souvenirs gastronomiques auquel son expérience de porte-parole des Producteurs en serre du Québec lui permettra d'ajouter un nouveau chapitre. P.Ch.



Festival des vins au Périscope

À la suite de l'immense succès obtenu au cours des deux dernières années, le Théâtre Périscope propose encore, pour son activité-bénéfice annuelle, le Festival des vins de Californie. Cet événement se tiendra le 10 mai, à compter de 19h, dans la salle de bal du Château Frontenac. Cette dégustation est réalisée en collaboration avec la Société des vins américains et le Wine Institute of California. Plus de 40 producteurs californiens seront sur place et plus d'une centaine de cuvées pourront être dégustées pour 50\$ par personne. Les sommes amassées lors de cette activité-bénéfice serviront au Fonds de

développement du Théâtre Périscope qui permet, entre autres, de présenter la *Série Carte Blanche*, banc d'essai offert aux artistes pour qu'ils puissent réaliser des projets audacieux et innovateurs. Les participants auront la chance de gagner des billets d'avion pour la Californie. Renseignements: 648-9989. On reconnaît, sur cette photographie, David Belgue, de la Société des vins américains; Marie-Ginette Guay, présidente du Théâtre Périscope et les deux coprésidents d'honneur de cette activité, le comédien Benoît Gouin, et Jacques Proulx, comptable associé à la firme Lemieux & Nolet. P.Ch.

DU NOUVEAU À DÉCOUVRIR !

Table d'hôte Le Paddock

Potage ou salade	
Tournedos de bœuf	8 ⁵⁰ \$
Tournedos de poulet	8 ⁵⁰ \$
Gigot d'agneau	8 ⁵⁰ \$
Omelette de jambon et fromage	9 ⁵⁰ \$
Surlonge hachée sauce forestière	9 ⁵⁰ \$
Filet de soie meunière	10 ⁵⁰ \$
Côtelette de porc grillée sauce moutarde	10 ⁹⁵ \$
Entrecôte grillée	10 ⁹⁵ \$
Brochette de poulet sur riz	10 ⁹⁵ \$
Foie de veau Le Paddock	11 ⁵⁰ \$
Filet mignon	12 ⁵⁰ \$
Brochette de filet mignon	12 ⁵⁰ \$
Crevettes à la provençale	12 ⁵⁰ \$
Côte de bœuf grillée (Ribs)	13 ⁵⁰ \$
Terre et mer (filet mignon et crevettes)	14 ⁵⁰ \$
Pâtisserie au choix	
Thé, café ou tisane (taxes en sus)	

Table d'hôte Le Cavallo

Feuilleté de moules et son velouté au Pernod	
Terrine d'autruche et amandes et son panaché coloré à saveur de cèdre	
Croustillant de fondu au gouda	
Potage ou salade panachée	
Mitonné de pétoncles à l'orange sur nouilletes	16 ⁵⁰ \$
Ballottine de caille aux raisins de Corinthe	16 ⁵⁰ \$
Filet de doré grillé au citron et son beurre de câpres	16 ⁵⁰ \$
Rosettes de porc farcies aux pruneaux et aux pommes et sa sauce crème	16 ⁵⁰ \$
Pâtisserie au choix	
Thé, café ou tisane (taxes en sus)	

BRUNCH DU DIMANCHE

de 11h à 14h

9⁹⁵\$

adulte

6⁹⁵\$

(enfant moins de 10 ans)

Choisissez une spécialité de la table d'hôte et

recevez en prime 2\$ de pari pour tenter votre chance.

STATIONNEMENT GRATUIT

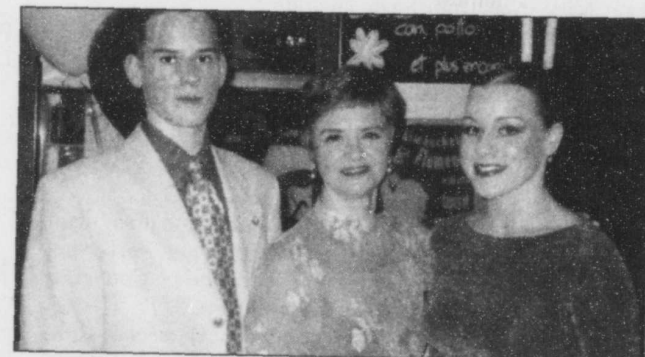
Restaurant

Le Paddock

Hippodrome de Québec
Réservations: 525-8268

Pas question de boycotter le Gala

Contrairement à ce qu'un titre pouvait laisser entendre, samedi dernier, dans le cahier *La Bonne Table*, concernant le 10^e Gala de la restauration qui se tiendra au Concorde le 26 avril, il n'y a ni boycott, ni mouvement de boycottage d'organisé par quelque groupe de restaurateurs que ce soit. « Bien au contraire, affirme M. Denys Paul-Hus, le directeur général de la Corporation des restaurateurs associés du Québec, jamais autant de restaurateurs, 124 en tout, ont répondu favorablement à l'invitation que nous leur avons envoyée et jamais le Gala n'a été aussi crédible. Depuis déjà plusieurs années, le choix du public est géré par une maison de sondage reconnue, Léger & Léger, et les professionnels qui seront honorés ce soir-là, ont été choisis par leurs pairs. Ni par les organisateurs, ni par favoritisme, ni par népotisme. Malgré cela, il y en a toujours quelques-uns (des restaurateurs) qui ne participeront jamais à un tel gala pour une raison ou pour une autre. C'est leur décision. Cela n'a absolument rien à voir avec un mouvement de boycottage ». P.Ch.



Tango & Flamenco

Claire Roy, la propriétaire de la néo-taverne Zazi, sur la rue Cartier, qui fait déjà ses beaux samedis en proposant des soupers tango, offre aussi, depuis la semaine dernière, des dimanches flamenco. Samedi soir dernier, surprise chez Zazi. Outre les danseurs de tango argentin qui s'y réunissent régulièrement, un couple de jeunes danseurs de tango moderne. Mélissa et Keven Barthell, y ont présenté une courte prestation qui a su impressionner les Argentins. Les deux jeunes, le frère et la soeur, lui de 14 ans et elle de 16 ans, viennent de gagner la première place des derniers championnats junior de danses au Canada qui se tenaient à Montréal, au début d'avril. Le partie triste de l'histoire c'est que le frère et la soeur ne danseront plus ensemble et qu'il s'agissait là de leur dernière prestation, si courte fut-elle. On ne reste pas junior toute sa vie et si lui demeure encore chez ses parents, elle doit quitter le domicile pour continuer ses études. Les deux jeunes sont ici photographiés avec, au centre, M^{me} Claire Roy. P.Ch.

LES CONSEILS DE JOSIANE

Aliments stimulants, aliments calmants

Notre cerveau fourmille de neurotransmetteurs, des messagers chimiques. Ceux qui stimulent, qui énergisent le cerveau sont la dopamine et la norépinéphrine. Ces messagers nous rendent plus alertes, plus éveillés. Les aliments qui les favorisent seraient ceux riches en protéines, comme par exemple les viandes et substituts, mais également les produits laitiers. Plus les protéines sont à l'état pur dans l'aliment, plus l'effet stimulant sera présent. Les protéines d'origine animale agiront plus rapidement que celles qui sont d'origine végétale. De plus, on doit s'assurer d'avoir le moins possible de gras à notre repas, car les matières grasses ralentissent l'effet stimulant et peuvent même l'annuler. Comme les repas riches en

gras sont très exigeants du point de vue digestif, plus de sang ira vers l'estomac et les intestins, et moins de sang sera dirigé vers le cerveau. Par contre, il semble que la qualité de gras que nous consommons compte. Le cerveau est l'organe qui renferme le plus de lipides. D'où l'importance de bien choisir les sortes de gras que nous mangeons. Le neurotransmetteur qui relaxe s'appelle la sérotonine. Il a un effet calmant et permet de faire le « focus », de se concentrer sur quelque chose en étant moins perturbé par notre environnement. C'est le messenger anti-stress. Les aliments relaxants seraient tous ceux qui contiennent principalement des glucides (ou sucres) qui sont transformés en glucose dans la digestion. On trouve dans cette catégorie tous les aliments de type féculents, comme le pain, les pâtes, les céréales, le riz, les pommes de terre, le maïs, et les grains comme le seigle, l'orge ou l'avoine.

Où trouver les shiitake?

Après publication d'une information concernant les effets bénéfiques des champignons orientaux shiitake, plusieurs personnes m'ont demandé où elles pouvaient se procurer ce produit. Après une mini-enquête, j'ai pu vérifier que les épicerie spécialisées en fruits et légumes Larbofruit et Potager Côté en ont habituellement. Certains Jardin Mobile en vendent également (ils peuvent les faire venir pour le lendemain d'une autre succursale). Selon certains lecteurs, les grandes surfaces ne semblent pas offrir de shiitake. Quelques supermarchés en ont parfois, mais s'il y a de la demande pour ces délicieux champignons, peut-être les garderont-ils définitivement... Au fait, les shiitake sont excellents sautés avec des légumes au wok, en potage, ou crus dans des salades.

Beurre, margarine ou huile?

Une des questions les plus souvent posées aux diététistes/nutritionnistes concerne le type de gras à employer. Il n'y a pas de réponse toute trouvée, mais des possibilités pouvant convenir à plusieurs. Toute personne désireuse d'opter pour les meilleurs gras possible se doit d'avoir des huiles en sa possession. De première pression à froid, cela va de soi. Biologiques si possible. Les choix sensés: canola, olive, et quelques autres huiles pour compléter (noix, noisettes, tournesol). Les deux premières conviennent à la cuisson. Les margarines non hydrogénées (lisez bien les étiquettes) peuvent convenir aux personnes qui veulent améliorer leur bilan lipidique (taux de cholestérol). Cependant, notez que les margarines sont faites avec des huiles raffinées, donc chauffées et ayant



perdu une partie de leur valeur nutritive. Les inconditionnels du beurre qui veulent faire des choix de gras plus santé peuvent se tourner vers le beurre à l'huile. Pour en préparer une quantité, laissez du beurre quelques heures à la température ambiante. Quand il est suffisamment ramolli, ajoutez-y des huiles de canola et d'olive et mélangez à l'aide d'une fourchette ou d'un fouet. Mettez ce mélange dans un contenant avec couvercle, et placez le tout au réfrigérateur. Vous aurez un produit tartinable, au léger goût de beurre et très santé!



Mon enfant n'aime pas les légumes!

Quelle attitude adopter si les caprices alimentaires de votre enfant vous inquiètent? Une chose est certaine: on devrait envisager la situation avec calme et accepter le fait que les caprices font partie du développement normal de l'enfant. Patience, douceur et persévérance sont les mots clés d'une bonne stratégie. Le refus de certains aliments peut n'être que passager. Aussi, n'insistez pas s'il n'aime pas un légume ou un autre aliment. Mais proposez-lui le même aliment quelques mois plus tard, pour qu'il y goûte. Ainsi, il aura la chance d'élargir ses choix s'il advenait qu'il aime de nouveau cet aliment. Parfois, il vous faudra user de ruse, et opter pour l'opération camouflage. Les légumes peuvent être introduits dans les sauces, soupes, pains de viandes, plats de pâtes ou des mets composés tels que pizzas, pâté au poulet, ragoûts, etc. Dans les cas extrêmes, les légumes peuvent être passés au mélangeur ou mis en purée avec les pommes de terre. Parfois, les enfants détestent certains légumes cuits, alors qu'ils les adorent crus. Offrez donc souvent des crudités avec une trempette légère (à base de crème sûre sans gras ou de yogourt nature). Vous serez peut-être surpris de les voir prendre plaisir à manger des légumes!

La Ripaille

TABLE D'HÔTE

Fondant de foie de volaille aux raisins et porto
Flan de moules au coulis d'aneth
Terrine de caribou et ses confitures
Soupe ou consommé de boeuf
Médallions de veau «La Ripaille»
Ris de veau Mascotte
Saumon frais aux agrumes
Entrecôte aux deux moutardes
Filet mignon périgourdine
Magret de canard à l'orange
Carré d'agneau au parfum de romarin
Cassolette de crevettes et pétoncles à la florentine
Suprême de faisán aux cerises
Desserts au choix • Café ou thé

PROMOTION SPÉCIALE
44⁹⁵\$ POUR 2 PERSONNES

* Sur présentation de ce coupon avant le repas.
Ne peut être jumelé à aucune autre promotion.
Valable jusqu'au 23 avril 1999.

VALET DE STATIONNEMENT dès 18h

9, rue Buade, Québec
(à deux pas du Château Frontenac)
Réservations: 692-2450

OUVERT SAMEDI DÈS 11H30 ET DIMANCHE DÈS 17H

JARDIN DE CHINE

SZÉCHUANNAIS ET CANTONNAIS

FORFAIT SAVEUR DE CHINE

49⁹⁵\$* pour 2

Table d'hôte 9 services
incluant
1 bouteille de vin sélectionné

PROMOTION SPÉCIALE

2 POUR 1

du dimanche au vendredi
Le soir seulement

20⁹⁵\$*

(ou 12⁹⁵\$ par personne)

*Ne peut être jumelé à aucune autre promotion.

321, boul. Ste-Anne, Beauport
à l'intérieur de l'hôtel Ambassadeur
666-2828, poste 112

Table d'hôte

Flan de courgette à la fleur de thym sur coulis de tomate
Feuilleté d'escargots à la crème d'estragon
Salade César

Potage du moment ou Consommé d'orès

Bifteck de haut de surlonge grillé au poivre vert	23,95\$
Dos de saumon poêlé au vinaigre de framboise	24,95\$
Ballottine de caille aux raisins et sa mignonnette	25,95\$
Médallion de veau et sa sauce argenteuil	26,95\$
Filet mignon, sauce chasseur	26,95\$

Choix de dessert à la carte

Café - Coffret d'infusions



Loterie-vidéo



D'ORSAY
RESTAURANT • PUB

65, rue De Buade, (Place de l'Hôtel de Ville)
Vieux-Québec, 694-1582

Du Ritz au Casino

Les Canadiens ont pu déguster un repas gastronomique préparé par le grand cuisinier Guy Krenzer

■ Guy Krenzer est cuisinier. Un grand cuisinier de France. La semaine dernière, il était le chef invité au restaurant du Casino de Montréal et à celui de Hull. Au moment où vous lisez ces lignes, il est sans doute à Donnacona, dans la famille Boisvert, pour terminer agréablement son séjour au Canada.



Pierre Champagne

PChampagne
@lesoleil.com

Guy Frenzer était chef-consultant au Four Seasons de Londres lorsqu'il y a rencontré une jeune Québécoise, Claude Boisvert, qui y travaillait comme serveuse. Attiré par ses beaux yeux, par son accent, par son exotisme et par Cupidon lui-même, le chef devait entreprendre de faire la cour à la belle Canadienne pour finalement l'épouser.

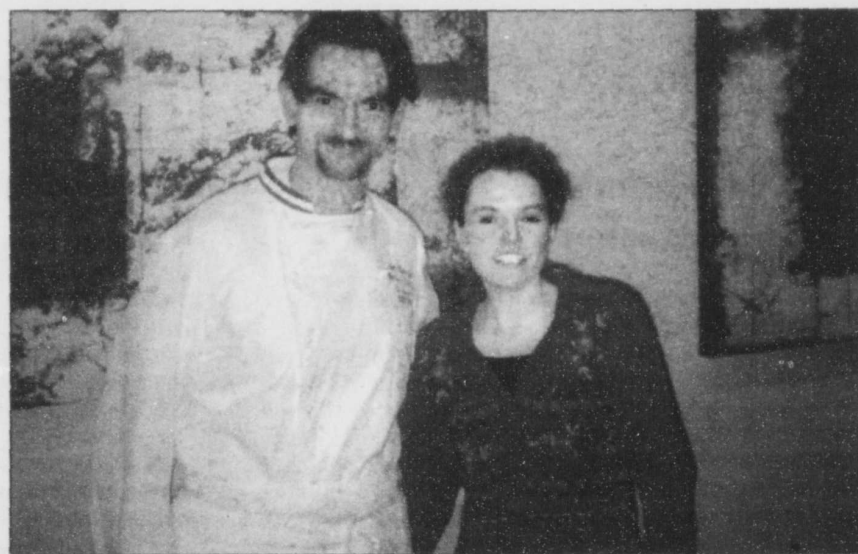
Claude Boisvert venait de compléter un baccalauréat en traduction à l'Université Laval lorsqu'elle décida d'aller perfectionner son anglais dans la capitale britannique. C'est pour gagner quelques sous de plus et se faire l'oreille à l'accent british qu'elle est allée travailler dans un des restaurants

du Four Seasons. Avant d'être chef consultant au Four Seasons, Guy Krenzer avait été chef de partie au Négresco de Nice, un des hôtels les plus renommés de la Côte d'Azur.

On ne débute pas au Négresco comme ça. Encore faut-il avoir du talent. Or, Guy Krenzer en avait du talent. Il venait d'obtenir, en 1988, le prix du Meilleur ouvrier de France comme charcutier-traiteur. C'est pour cela qu'il pouvait se permettre le Négresco.

Le 15 mai 1991, Guy Frenzer devait être nommé chef de cuisine au Ritz de Londres et, un mois plus tard, en juin, il épousait sa jeune Canadienne. À Londres évidemment. Depuis ce jour, la traductrice suit son cuisinier de mari qui, lui-même, est parfaitement trilingue: français, allemand et anglais.

Qui prend mari prend pays. En janvier 1993, Guy Krenzer devenait chef de cuisine au restaurant Fouquet's de Paris. Une table célèbre où il ne demeurera qu'un an avant d'être répupéré par un autre restaurant non moins renommé,



Le chef Guy Krenzer et son épouse, Claude Boisvert, originaire de Donnacona.

le Laperousse, toujours comme chef de cuisine. Il y travaillera de janvier 1994 au 1^{er} août 1997 et décrochera, entre temps, en 1996, son deuxième titre de meilleur ouvrier de France, cette fois en cuisine. Depuis le 24 octobre 1997, M. Krenzer exerce son métier comme chef de cuisine chez Saint-Clair Le Traiteur, à St-Ouen-l'Aumône.

Quant il visite la région de Québec, plus précisément le comté de Portneuf, Guy Krenzer habite évidemment chez sa belle mère, Pierrette Boisvert, qui fait, dit-il, une excellente soupe aux pois. La petite fille du couple aura deux ans le 23 mai. Si elle séjourne alors au Québec, grand-maman lui en préparera sans doute un bon gâteau des anges pour terminer le repas.

« Tant mon épouse que ma belle-mère

ont une bonne culture gustative et une bonne mémoire des goûts. Je crois qu'il en est ainsi des Québécois en général. Un pays que j'adore visiter. La région de Donnacona est particulièrement riche en produits du terroirs. »

Si le chef Krenzer avait été invité à faire connaître son immense talent dans les restaurants des Casinos de Montréal et de Hull, c'est parce que le chef du restaurant Nuances du Casino de Montréal, M. Frédéric Fillioleau, avait déjà travaillé sous ses ordres, à Londres.

Le menu préparé par M. Krenzer était offert à 99 \$ par personne, sans les vins. Il était composé d'un foie gras en croûte de pain d'épice, quenelle de dattes en compote au vin doux; suivait, en deuxième service, le pétoncle au lard paysan en hâtelet de romarin, artichaut poivrade farci et sa tuile coustillante au comté, jus gras; venait ensuite le vivaneau poêlé à l'unilatérale, petite tomate confite et garnie, relevée de poudre de « kémoun », vinaigrette tiède à l'huile d'olive; le granité était au vin de Maury; complétait ce repas un suprême de pigeonneau simplement rôti accompagné de son parmentier « Tante Eugénie », jus au parfum de truffe; puis, l'éventail de fromages fins du pays, le marcarpone à la vanille et les mignardises.

MOIS D'AVRIL AU CHÂTEAU FRONTENAC

LES DINERS DU

Art et gastronomie



Le Château Frontenac marque le retour du printemps en art et en gastronomie tous les jeudis, vendredis et samedis d'avril. Les amateurs d'art et de gastronomie sont conviés à faire connaissance avec l'artiste du jour et le chef Jean Soulard. Admirez l'artiste à l'oeuvre et goûtez les plaisirs d'une table hors du commun.

Pour réservation : (418) 692-3861

Un artiste différent chaque semaine!

22.23.24 AVRIL



Anne Marrec

Passionné par le dessin qu'elle surimpose aux différents médiums qu'elle utilise, Anne Marrec réalise des oeuvres solidement structurées et traitées avec une touche gestuelle vigoureuse. Ses réalisations figurent parmi de nombreuses collections au Québec, aux États-Unis et en Europe.

Le Champlain

1, rue des Carrières, Québec (Québec) Canada G1R 4P5
Service de valet gratuit

En collaboration avec la Galerie d'art du Château. Téléphone : 692-4857.

LE RESTAURANT
BONAPARTE

vous propose son

SPÉCIAL 26^e anniversaire

Jusqu'au 1er mai 1999

2 TABLES D'HÔTE pour 26\$

La brioche d'escargots à la crème d'ail
La mousse de pâté de foie gras maison
La tomate fraîche vinaigrette et basilic

Le suprême de poulet grillé et mariné à la mandarine Napoléon
L'escalope de saumon frais de l'Atlantique aux mille fleurs

La fondue chinoise de boeuf et ses accompagnements

Le feuilleté de fruits de mer au coulis de homard

Les fettucini alla carbonara ou végétarien

Gourmandise du chef pâtissier

Infusion - thé - café - lait



680, Grande Allée Est
LE BONAPARTE **647-4747**

1421584

Restaurant
Charles Baillargé

TABLE D'HÔTE

Assiette antipasto
Saumon fumé à la crème
Terrine d'aubergine, vinaigrette basilic
Agneau mariné aux framboises
Feuilleté de ris de veau
Cuisses de grenouille sauce orientale

Potage du moment

Penne au pesto 19^{95\$}
Porc en croûte, sauce provençale 21^{95\$}
Escalope de saumon, sauce Doré 22^{95\$}
Médaille de veau mascot 23^{95\$}
Mignon de boeuf au Roquefort 25^{95\$}
Magret de canard rôti, forestière 27^{95\$}
Agneau grillé sur lit de couscous 27^{95\$}
Assiette de Neptune 29^{95\$}

Notre table du maître pâtissier
Café, thé ou infusion

DÉJEUNER DU DIMANCHE

Buffet à volonté: 10h30 à 13h30

ADULTES 10^{95\$} ENFANTS 5^{95\$} (5-12 ans)



Hôtel Clarendon
(418) 692-2480
57, rue Sainte-Anne,
Vieux-Québec

1427928

RESTAURANT
Menu sympa LA MAISON CHAMPIGNY

2 tables d'hôte
5 services incluant
1 bouteille de vin sélectionné

Réservation
871-6603 **42^{95\$}**

7150, boul. Hamel Ouest, Sainte-Foy
• Valide tous les soirs de 17h à la fermeture

Quand météo et gastronomie se côtoient

PIERRE CHAMPANGE

Le Soleil

■ Quelles seront les tendances de la grande cuisine au XXI^e siècle? Tel est le thème qui fut abordé, hier matin, lors d'une conférence de presse qui se voulait également un débat gastronomique, à l'occasion du 9^e Festival international de la météo, un événement regroupant, ces jours-ci, à Québec, une centaine de présentateurs de météo et de journalistes de la presse internationale dans nos murs.

C'est la première fois que ce Festival international de la météo se tient hors de France depuis sa fondation, en novembre 1990, par François Fandoux, journaliste et présentateur météo sur TF-1. Depuis, la notoriété de ce festival n'a fait qu'augmenter. Il est devenu le rendez-vous incontournable de tous les professionnels de la météo. L'an dernier, il réunissait même 103 télévisions de 57 pays différents.

Mais, avec les années, le Festival international de la météo est aussi devenu un festival international de la gastronomie.

DES GENS RÉPUTÉS

À preuve, cette semaine, deux chefs de réputation internationale et deux culinographes renommés de l'Hexagone étaient du congrès. Le chef propriétaire Jacques Divellec, du restaurant Le Divellec de Paris, un cinq étoiles renommé pour le qualité de ses poissons et de ses fruits de mer, était du voyage, tout comme M. Guy Legay, chef des cuisines du Ritz de Paris. Étaient aussi du voyage, Hélène et Philippe Boisseau Béharm, culinographes et surtout spécialistes en matière de gastronomie. Monsieur est président des Lauriers de la gastronomie. Madame, spécialisée en décoration et arts de la table, collabore à différents magazines dont *Cheminée Magazine* et *Madame Figaro*.

Ces deux amateurs de bonne chère sont d'ailleurs à l'origine d'un « Grand dîner de France » qui s'est tenu, hier soir, dans la salle de bal du Château Frontenac, lequel était dirigé par le chef exécutif du Château, M. Jean Soulard. Au menu : bourriches de beurre d'Échiré doux et demi-sel sur table; saumon aux arômes de thé, vinaigre de Balsame, élaboré par Jean Soulard; pétoncles et crevettes à la vapeur concocté par Jacques Le Divellec; et

suprême de volaille au vin jaune et aux morilles par Guy Legay. Sans compter le champagne *Laurent-Perrier*, le *chardonnay de Jackson-Triggs* et le *Merlot du baron Philippe de Rothschild*.

Hélène et Philippe Boisseau Béharm devaient également profiter de leur visite au Québec et de ce Festival international de la météo pour lancer leur deuxième livre de cuisine, *Cuisine des saveurs au fil des saisons*, écrit en collaboration avec M. François Fandoux, un ouvrage qui ne sera cependant pas disponible au Québec avant quelques semaines.

MARIER PRODUITS ET SAISONS

En rapprochant la météo et la gastronomie, on y fait la promotion des richesses du terroir de l'Hexagone d'une part, mais en insistant sur le fait que ces produits doivent être utilisés en temps et lieu, c'est-à-dire au meilleur de leur croissance, ce qui correspond effectivement aux saisons et aux prévisions météorologiques.

Monsieur et madame Boisseau Béharm avaient déjà publié, en 1996, un premier volume intitulé *La Cuisine de Braise*, lequel contenait plus d'une centaine de recettes au barbecue.

Le 9^e Festival international de la météo est sous la coprésidence d'honneur de M. André Santini, député-maire d'Issy-les-Moulineaux et de M. Denis Giguère, président de la Communauté urbaine de Québec et maire de Loretteville.

C'est le sous-ministre adjoint, Environnement Canada, M. Gordon McBean qui en est le président.

Si c'est la première fois, en neuf ans, que ce festival se déplace hors de France, il est question que, dans l'avenir, il en soit ainsi, dorénavant, à tous les deux ans.



Hélène et Philippe Boisseau Béharm présentent leur livre « Cuisine des saveurs au fil des saisons ». LE SOLEIL, STEVE DESCHENES

On y a fait la
promotion des
richesses du
terroir de
l'Hexagone

47^e PARALLÈLE
Bistro international

Déjà **3** ans!

Pour l'occasion,
on gâte nos clients!

Table d'hôte

(5 services)
incluant apéro,
1 verre de vin, digestif

24⁹⁵\$* par pers.

Du dimanche au jeudi inclusivement

• Menu midi à partir de **7⁹⁵\$**

* Ne peut être jumelé à aucune autre promotion.

24, rue Ste-Anne Vieux-Québec
692-1534



Mets grecs en vedette

Feuilleté d'épinards au taramo
ou
Feuilles de vigne farcies, sauce citron
ou
Salade grecque
ou
Pieuvre marinée

Soupe avgolemono ou jus

Souvlaki à la grecque	13 ⁹⁵ \$
Moussaka	13 ⁹⁵ \$
Souvlaki de poulet	14 ⁹⁵ \$
Moussaka et souvlaki	14 ⁹⁵ \$
Souvlaki porc et poulet	14 ⁹⁵ \$

Dessert - thé, café

Notre excellent
souvlaki à la carte **8⁹⁵\$**

Restaurant chez
HARRY

1010, 80e Rue Est, Charlesbourg
(Place Bourg-Royal) **628-6187**

NOUVELLES PARUTIONS

Montignac, revu et augmenté

Douze ans après la première édition de *Je mange donc je maigris!* Michel Montignac vient de lancer une nouvelle version mise à jour et, pour la première fois, adaptée au public québécois qu'il a intitulée *Je mange, je maigris et je reste mince!* L'adaptation pour l'édition québécoise a été réalisée avec la collaboration de M^{me} Odette Frigon, technicienne en diététique, et le D^r Jean G. Dumesnil, de l'hôpital Laval, signe la préface. Réactualisée à partir de l'expérience des médecins et des personnes qui l'ont suivie, la méthode de M. Montignac est maintenant plus approfondie et ses principes simples à suivre. Michel Montignac met l'accent sur le bon choix des



aliments en fonction de leur index glycémique. Pour maigrir, il ne s'agit donc pas de manger moins, mais de changer et de réajuster ses habitudes alimentaires. Les recommandations de Michel Montignac, souvent décriées par les professionnels de la nutrition, peuvent cependant être confirmées par des études scientifiques qui sont de plus en plus nombreuses, dont celle du D^r Dumesnil. En lisant ce nouvel ouvrage, ceux qui

connaissent déjà la méthode Montignac se rendront compte de son évolution tandis que les nouveaux lecteurs auront l'avantage de découvrir un concept qui a le mérite d'avoir fait ses preuves. L'auteur a en effet vendu 7 millions d'exemplaires de ses livres, qui ont été traduits en 18 langues pour être distribués dans 25 pays. P.Ch.

ÉDITÉ PAR FLAMMARION QUÉBEC, 320 PAGES. *Aucune illustration, 24,95\$.*

Pâtes faibles en gras

Jean Paré, la prolifique Jean Paré, vient de lancer un nouveau titre pour vous réconcilier avec les pâtes si vous croyez que les dites pâtes ne sont trop bourratives pour les diètes. *Les pâtes faibles en gras* vous propose plus d'une centaine de recettes, toutes inédites, qui ne contiennent pas plus de 10 grammes de gras par portion. Des pâtes originales comme le linguine pesto et basilic, avec seulement 6,1 grammes de gras par portion ou la paella de pâtes, qui n'en contient que 5,3 grammes par portion. Ainsi, que vous optiez pour un met classique comme les pâtes printannières (primavera) simples, ou pour quelque chose qui sort de l'ordinaire comme les pâtes fajitas au poulet ou la tourte au saumon étagée, vous découvrirez toujours des recettes faciles à préparer qui surprendront votre famille et vos invités. Ce nouveau livre de M^{me} Paré contient également de l'information sur l'alimentation à basse teneur en matières grasses et sur la préparation des pâtes alimentaires. P.Ch.



ÉDITÉ PAR THE RECIPE FACTORY AND COMPANY'S COMING PUBLISHING LIMITED. 160 PAGES. *Mal illustré, 14,99\$.*

La pêche a été miraculeuse pour le capitaine Hugues!

FESTIVAL DU CRABE



Du lundi au vendredi
de 11h à 14h
spéciaux du Capitaine
à partir de
6 95\$

En soirée
à compter de 16h
table d'hôte du Capitaine
à partir de
16 95\$

La bisque de crabe • Une section de crabe froid • La salade de crabe • Le sandwich au crabe • L'assiette de crabe • L'assiette de chair de crabe (12 oz) • Le duo de crabe

CAPITAINE

Crabe

681-4141

324, boul. Hamel, Vanier (coin Pierre-Bertrand)

(dépôt exigé pour groupe seulement)

Heures d'ouverture: en semaine, à compter de 11h; samedi et dimanche, à compter de 16h

Une fête de la mer comme vous n'en verrez pas souvent, ne la ratez pas!