

LE SOLEIL

LA BONNE
TABLE

CAHIER I LE SAMEDI 8 JANVIER 2000

Le
Vendôme
fête ses
50 ans

À son ouverture il y a 50 ans, Le Vendôme était le seul restaurant français à Québec. Depuis le début, il a été l'un des plus prestigieux. Quand on y va aujourd'hui, on a la chance d'y déguster une cuisine française classique qui ne s'est jamais démentie, mais aussi d'y vivre dans un décor bien parisien un petit bout de l'histoire de la restauration chez nous. À lire en page 2.

Manuel Garcia, copropriétaire du Vendôme avec ses trois frères depuis 1973 en compagnie du chef d'origine bretonne, Georges Bonin, en fonction depuis 1967

LE SOLEIL, RAYNALD LAVOIE

Remèdes contre la
« gueule de bois »

Ceux et celles qui, lors du passage à l'an 2000, ont forcé sur le rouge, le blanc, les bulles, le houblon et autres spiritueux le savent: les lendemains de fête ne sont pas toujours roses. Jérôme-Henri Desjardin propose en page 6 quelques remèdes traditionnels pour se remettre des festivités trop bien arrosées.

Les femmes dans la
restauration

Le prochain siècle sera celui des femmes dans la restauration. Elles sont partout et de plus en plus nombreuses dans tous les métiers, tant en cuisine qu'en gestion. L'avenir de la restauration se conjuguera désormais au féminin dans la région de Québec. Un reportage en page 7.



LE SOLEIL, RAYNALD LAVOIE

Les habitués aiment retrouver le décor si chaleureux de ce restaurant à plusieurs niveaux et plein de recoins.

PARIS BREAST

TABLE D'HÔTE

ENTRÉES (AU CHOIX)

SALADE DE MESCLUN ET CREVETTES
PANÉES À LA SAUCE ORIENTALE
RAGOÛT D'ESCARGOTS
DE BOURGOGNE FORESTIÈRE
SAUTÉ DE CUISSES DE GRENOUILLES
ET COMPOTE DE LÉGUMES AU BASILIC
RIGATONI À LA FONDUE DE TOMATES

POTAGE CRÉCY AU GINGEMBRE

FETTUCINE AUX PALOURDES ET ANCHOIS AUX CÂPRES	19,00
ÉPAULE D'AGNEAU BRAISÉ AU THYM ET SON JUS "POMMES DAUPHINE"	23,00
GIGOT DE LOTTE RÔTIE À LA CORIANDRE	23,50
SUPRÊME DE POULE FAISANE AUX NAVETS CONFITS À L'ORANGE	27,50
FILET DE BOEUF, EN CROÛTE DE RAIFORT	28,00
CÔTE DE VEAU RÔTI ET SES LÉGUMES BRAISÉS	34,00

LES DÉLICES DU MAÎTRE PÂTISSIER
CAFÉ, THÉ

Spécial POUR 2

Potage • Châteaubriand garni • Café
1 bouteille de Minervois
60\$

529-2243

LE PARIS-BREAST 590, GRANDE-ALLÉE EST

VALET DE STATIONNEMENT GRATUIT



Richard
Côté

RCote@lesoleil.com

La Ripaille

TABLE D'HÔTE

Feuilleté de moules et d'escargots
à la crème et poivrons doux
Fondant de foie de volaille forestière
Terrine de caribou et ses confitures
Soupe ou consommé de boeuf
Médailles de veau pommes et calvados
Ris de veau aux crevettes et coriandre
Saumon frais aux deux moutardes
Entrecôte au poivre vert
Filet mignon roquefort et noisettes
Magret de canard au vinaigre de framboises
Carré d'agneau aux fines herbes
Cassolette de crevettes et pétoncles au miel et gingembre
Suprême de faisan aux pleurotes
Dessert au choix • Café ou thé

PROMOTION SPÉCIALE
47⁹⁵\$ POUR 2 PERSONNES

* Sur présentation de ce coupon avant le repas.
Ne peut être jumelé à aucune autre promotion.
Valable jusqu'au 14 janvier 2000.

VALET DE STATIONNEMENT dès 18h

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

OUVERT SAMEDI DÈS 15h ET FERMÉ LE DIMANCHE

LE VENDÔME

L'ancêtre des restaurants français

■ L'ancêtre des restaurants français à Québec, Le Vendôme, se porte bien malgré ses 50 ans.

Ancêtre en raison des années, bien sûr, mais aussi parce que c'est dans cette vénérable maison de la côte de la Montagne qu'ont pris leur expérience une bonne majorité des Italiens ou Français qui exploitent un établissement de restauration dans la région de la Vieille Capitale.

« C'était l'époque où les autres restaurateurs jetaient encore à la poubelle les ris de veau, les rognons, les langues de veau ou de bœuf, ainsi que tous les autres abats qui n'étaient pas du foie de bœuf », rappelle Manuel Garcia, copropriétaire du Vendôme avec ses trois frères depuis 1973.

« Pendant plusieurs années, les Québécois ne voulaient pas de ces mets "exotiques" et se contentaient de repas plus classiques comme la viande de bœuf, le poulet, et parfois le canard », complète le chef d'origine bretonne, Georges Bonin, qui lui, est entré en fonction en 1967.

Au fil des ans, plusieurs de ces plats ont pris leur place sur la carte, mais pour le reste le menu est demeuré inchangé à environ 60 % puisque ce sont pour la plupart les mets qui étaient présents à l'origine qui ont fait la renommée locale et internationale de ce restaurant.

« Encore aujourd'hui, des gens du Québec ou des touristes qui sont venus ici il y a 30 ou 40 ans, reviennent pour déguster ce canard grillé, cette escalope de veau ou cette entrecôte aux poivres qui avaient fait leur délice il y a longtemps déjà », souligne M. Garcia.

Ils y retrouvent certainement le décor qu'ils avaient trouvé si chaleureux à l'époque dans ce restaurant à plusieurs niveaux et plein de recoins avec ses vitraux, ses boiseries, ses bouteilles et bibelots et ses murs peints de scènes parisiennes.

Avec l'âge, l'endroit a sans nul doute pris un petit coup de vieux, mais ce n'est évidemment pas un inconvénient sauf pour les amateurs du plastique, des lumières clignotantes et des couleurs voyantes. De toute façon, comme le dit si bien M. Garcia avec son sympathique accent espagnol, « les gens savent très bien que c'est un vieux restaurant, cela ne les surprend pas ». De toute façon, ne viennent-ils pas pour ce fameux pâté de foie gras maison, pour le canard à l'orange exceptionnel, ou pour quelque autre recette que le chef Bonin aura tirée de son esprit inventif?

Fréquenté il y a longtemps presque exclusivement par l'élite d'ici et d'ailleurs, Le Vendôme a conservé dans l'esprit de certains l'image d'un endroit cher, réservé. En contradiction avec ce préjugé qu'il suffit de mentionner que le spécial du midi ne coûte que de 8,95 \$ à 13,95 \$, que les prix de la table d'hôte du soir vont de 18,50 \$ à 29,75 \$ — ce qui n'est pas plus cher que certains restos de moindre qualité —, et qu'on peut se payer une bouteille de vin à partir d'une vingtaine de dollars... comme partout ailleurs!

Et ça ne s'arrête pas là. Le chef vous a préparé pour 48 \$ une table d'hôte spéciale pour deux personnes qui comprend une entrée, un potage, un mets principal (comme un tournedos de poulet aux champignons, une escalope de saumon pochée au blanc de poireaux, une entrecôte sur grill au poivre vert), la table à dessert, le café ou le thé ainsi qu'une demi-bouteille de vin.

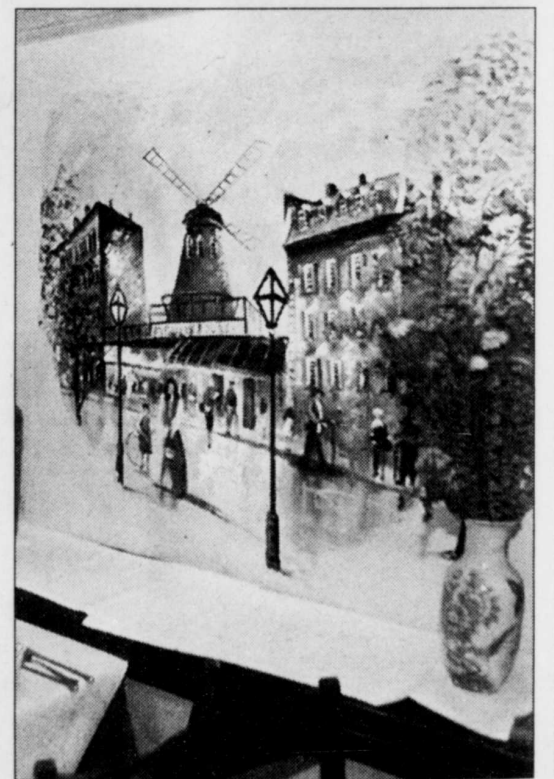
Mieux encore, pour marquer le prochain 50^e anniversaire du Vendôme, Manuel Garcia joue au père Noël pour le premier mois de l'an 2000 et offre le midi ce qu'il présente en table d'hôte le soir, mais aux prix du midi. Ce qui signifie que vous pouvez vous payer à moitié prix le midi ces repas complets qu'ont sert habituellement en exclusivité le soir.

C'est donc actuellement le bon moment pour découvrir ou redécouvrir ce monument qu'est Le Vendôme dans l'histoire de la restauration à Québec. Vous aurez ainsi la chance de profiter de la vaste expérience d'un chef qui est en poste depuis 33 ans et de goûter une cuisine française classique trop souvent galvaudée ailleurs depuis quelque temps.

Pendant que vous admirerez distraitement la Tour Eiffel, le Moulin Rouge ou la Place Vendôme, un air de Maurice Chevalier ou de Piaf vous enveloppera, vous ferez un doux voyage dans le temps et dans l'espace... et cela ne nuira certainement pas à votre digestion.

RESTAURANT LE VENDÔME, 36, côte de la Montagne, Québec. Tél.: 692-3884

Musiciens sur place le soir du mardi au samedi



LE SOLEIL, RAYNALD LAVOIE

Un doux voyage dans le temps et dans l'espace...

LA BONNE TABLE

AU GOÛT DU JOUR

Non à Bhéner

Le projet que caressait la direction du Centre intégré en alimentation et tourisme de Québec (CIAT), autrefois connu sous le nom d'école Wilbrod-Bhéner, d'aménager, dans la cour intérieure de l'établissement, un institut d'hôtellerie du même genre que celui que l'on trouve à Montréal n'a pas été retenu par le ministère de l'Éducation. Ce projet, évalué à 15,9 millions\$ est trop cher et le ministère demande maintenant qu'on lui présente un projet moins coûteux. L'annonce de l'aménagement probable de cet institut d'hôtellerie de deux étages, en mesure d'accueillir 1300 élèves en permanence, avait été faite en mai par le président de la commission scolaire de la Capitale, Claude Fleury. On croyait alors être en mesure d'inaugurer cet institut d'hôtellerie en septembre 2000. Mais le problème c'est que la commission scolaire des Premières-Seigneuries aimerait bien, elle aussi, doter son école professionnelle de Charlesbourg d'un institut similaire. Évidemment, il n'y aura pas de place pour deux si un seul est jugé trop coûteux. Il faudra sans doute que les deux commissions scolaires s'entendent et fassent front commun, pour réussir à débloquer les fonds nécessaires à la construction d'un institut d'hôtellerie dans la région de Québec. Un institut qui, pour ne pas heurter ni les uns ni les autres, pourrait se retrouver sur un terrain neutre et où les deux commissions scolaires pourraient partager les coûts et les profits. Dans Saint-Roch peut-être où se développe justement un nouveau quartier latin? P.Ch.

Le Bonaparte

Ça devient une tradition. Le restaurant Le Bonaparte, sur Grande Allée, vient de mériter, pour la huitième année consécutive, la Golden Fork Award mais il se distingue davantage cette année en méritant également le titre de 2000 French Restaurant of Distinction deux prix qui lui ont été attribués par le Gourmet Diners Society of North America. Le Bonaparte apparaîtra donc dans le guide de la société intitulé 2000 Restaurants of Distinction Dining Guide qui sera publié au printemps. Il sera aussi inclus dans un guide électronique pour tous ceux qui composeront le <http://www.golden->

fork.com. Le Gourmet Diners Society of North America présente annuellement ses fourchettes d'or aux membres qu'elle désigne comme les plus méritants à travers les États-Unis et le Canada. Les établissements sont jugés sur leur professionnalisme et sur la qualité du service, de la nourriture, de l'accueil et de la gestion. Il faut évidemment être membre de cette société américaine pour participer au concours. P.Ch.

Le Château Gillet

L'animateur Robert Gillet et son partenaire Yves Doyon sont sur le point d'acheter l'immeuble du Trust Prêt et Revenu, à la place D'Youville, avec l'intention bien arrêtée de le reconverter en hôtel puisqu'il a déjà abrité une hôtellerie militaire. Cette semaine, M. Gillet a confirmé au SOLEIL que son offre d'achat avait été acceptée. «Reste maintenant à trouver des investisseurs», a-t-il ajouté. MM. Gillet et Doyon pensent pouvoir y aménager une soixantaine de chambres auxquelles s'ajouteraient 40 chambres supplémentaires grâce à l'agrandissement de la façade «arrière» de l'édifice, celle qui donne sur le boulevard Dufferin et qui deviendra une des deux entrées principales de l'hôtel. Actuellement, seul le rez-de-chaussée de cet immeuble

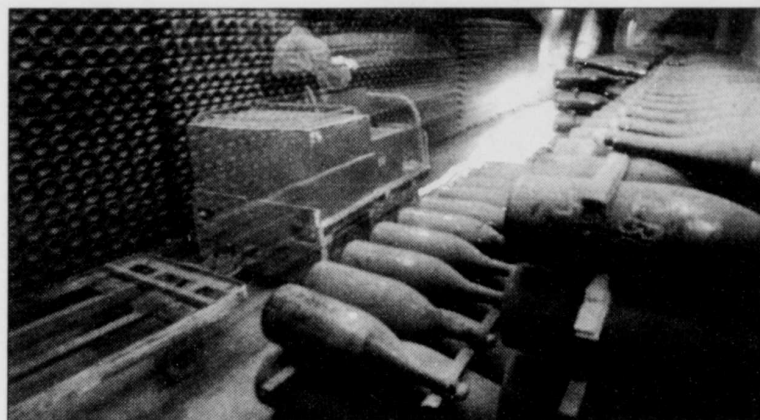
de huit étages est occupé par une succursale de la Banque Laurentienne. Tous les autres planchers son libres. Le titre est une blague. L'hôtel ne portera pas le nom de Château Gillet. P.Ch.

Salle SAQ

Christine Martel, directrice générale de l'Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec et Gaétan Frigon, président-directeur général de la Société des alcools du Québec, inaugureront, ensemble, le lundi 17 janvier, une nouvelle salle de sommellerie et d'œnologie qui a été aménagée récemment dans les locaux de l'ITHQ, en collaboration avec la SAQ. Cette salle portera le nom de Salle SAQ. À cette occasion, une murale sera dévoilée; une œuvre intitulée *De la vigne à la table* qui a été conçue par l'artiste québécois Raynald Bourdeau. P.Ch.

Prolonger l'effet

Les producteurs de champagne sont de petits futés. Selon les premières projections de ventes pour l'année 1999, il appert qu'environ 325 millions de bouteilles auraient été vendues entre le 1^{er} janvier et le 31 décembre de l'an 1999, afin de mieux fé-



Archives Le Soleil
Vendues en 2003, les bouteilles millésimées 1999 seront d'excellents champagnes. Tout ça grâce à une vendange exceptionnelle cette année.

ter le passage à l'an 2000. Par contre, une vendange exceptionnelle a fait en sorte que, cette année, l'on puisse récolter, en Champagne, assez de raisins pour produire environ 325 millions de bouteilles d'une qualité très remarquable. Ce sont ces bouteilles qui, à partir de 2003, porteront l'étiquette 1999, lorsqu'elles seront commercialisées. C'est ce qu'on appelle prolonger l'effet millénaire, en vendant des millésimés 1999, dernière étiquette en «mille»

qui iront garnir des «caves symboliques». De quoi canoniser Dom Pérignon. Et on recommencera l'année suivante, vers 2004 et 2005, à commercialiser des bouteilles millésimées 2000, toujours pour garnir des «caves symboliques». Et ce sans compter le 31 décembre de l'an 2000 qui, en vérité, sera le tournant du millénaire. Alors il faudra recommencer la fête, le champagne et les feux d'artifice. Quant à prolonger l'effet, débutez dès maintenant. P.Ch.

HOTEL CLARENDON
DUFOUR
Le Charles Baillaugé
TABLE D'HÔTE
Carpaccio de dinde au basilic et oignons rouges
Terrine de sanglier aux raisins et porto
Flan de crabe des neiges et moules bleues
Bar à la tapenade de tomates séchées
Salade tiède de foie et rognons de lapin
L'inspiration du moment
Linguine au pesto d'herbes tendres aux poivrons et prosciutto
Filet de truite en portefeuille au riz sauvage
Filet de porcelet farci d'oka en crépinette
Éventail de veau aux endives acidulées
Pavé de filet de bœuf poêlé aux marrons
Millefeuille de ris de veau saisi aux pleurotes
Crevettes géantes, l'étouffée de poireaux
Magret de canard de Barbarie au vinaigre de framboise et bleuets
Le gibier selon l'inspiration du chef
À partir de 19⁹⁵
DÉJEUNER GOURMAND
Dimanche: 10h30 à 13h30
ADULTES 12⁹⁵ ENFANTS 5⁹⁵ (5-12 ans)
57, rue Ste-Anne, Vieux-Québec
692-2480

Toutes les saveurs du Japon à votre porte!
Sushi
2 Comptoirs:
951 rue Cartier (Poissonnerie Jean-Pierre)
Place de la Cité (La Cité des Mers)
LIVRAISON:
Tél.: 802.0681

Beaugarte
SAMEDI, DIMANCHE
DOUBLE COUP DE FILET
Filet mignon
Brochette de poulet
Brochette de filet mignon
2 pour 19,95\$
Soirée
«LADY'S NIGHT»
dimanche soir
dès 5 à 8 et plus...
Les Soupe-tôt
Samedi de 16h30 à 18h30 (1^{er} service)
Dimanche de 16h30 à 22h
Soupe du jour, dessert, café à partir de 8⁹⁵\$
659-2442



Petits pains au fromage

Donne 12 pains
Préparation: 20 minutes
Cuisson: 40 minutes

INGRÉDIENTS

- 2 c. à thé (10 ml) levure sèche
- 1/2 t. (125 ml) eau tiède
- 2 c. à soupe (30 ml) sucre
- 1 t. (250 ml) fromage cottage
- 2 1/3 t. (575 ml) farine
- 1 œuf
- 1/2 t. (125 ml) beurre fondu
- 2 c. à soupe (30 ml) graines d'aneth
- 1 c. à soupe (15 ml) oignon séché
- 1 c. à thé (5 ml) sel
- 1/4 c. à thé (1 ml) bicarbonate de soude
- lait
- œuf battu

PRÉPARATION

— Faire dissoudre la levure dans l'eau tiède avec le sucre pendant 10 minutes. Chauffer le fromage cottage jusqu'à ce qu'il soit tiède. Mettre la levure dans un bol et ajouter le tiers de la farine. Bien battre. Ajouter le fromage cottage, l'œuf, le beurre, les graines d'aneth, l'oignon séché, le sel et le bicarbonate de soude. Bien mélanger. Incorporer le reste de la farine et pétrir. Laisser lever la pâte pendant environ 1 heure, jusqu'à ce que son volume double.

— Pétrir de nouveau et façonner en petits pains de 2 oz (60 g). Laisser lever de nouveau pendant 1 heure jusqu'à ce que le volume double. Badigeonner d'un mélange de lait et d'œuf battu. Cuire au four à 350 °F (180 °C) pendant 30 minutes. Recouvrir d'un papier d'aluminium et laisser cuire encore quelques minutes.

Source: La cuisine traditionnelle des régions du Québec, Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec, Éditions de l'homme, 1996.

Quiaude au flétan

Donne 6 portions
Préparation: 20 minutes
Cuisson: 25 à 30 minutes

INGRÉDIENTS

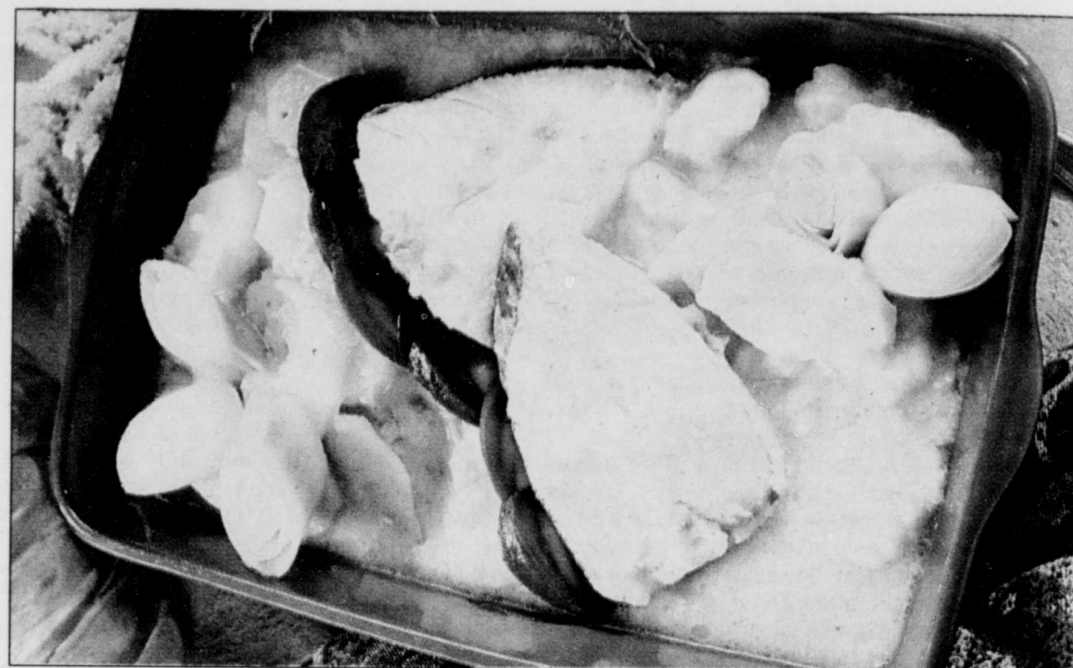
- 7 oz (200 ml) oignons hachés
- 3 c. à soupe (50 ml) huile
- 3 c. à soupe (50 ml) farine
- 3 1/4 t. (800 ml) pommes de terre émincées
- eau pour couvrir
- 2 c. à thé (10 ml) sel
- 1/4 c. à thé (1 ml) poivre
- 1 1/2 lb (700 g) flétan

PÂTE

- 1/2 t. (125 ml) farine
- 1 1/2 c. à thé (7 ml) levure chimique
- 1/4 c. à thé (1 ml) sel
- 1/4 c. à thé (1 ml) bicarbonate de soude
- 1/3 t. (75 ml) eau

PRÉPARATION

— Faire suer les oignons dans l'huile. Singer avec la farine et faire colorer. Ajouter les pommes de terre. Couvrir d'eau les pommes de terre. Amener à ébullition. Saler et poivrer. Laisser cuire pendant 10 minutes. Ajouter le flétan et verser la pâte préalablement préparée par cuillerée de 1 c. à thé (5 ml). Cuire à couvert pendant 10 à 15



minutes. Servir chaud.

PÂTE

— Mélanger la farine, la levure chimique, le sel et le bicarbonate de soude. Incorporer l'eau. Bien mélanger. Verser dans la préparation tel qu'indiqué.

Note: Cette recette peut très bien se préparer avec de la morue (filet ou tête).

Source: La cuisine traditionnelle des régions du Québec, Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec, Éditions de l'homme, 1996.



Plum-pudding des Loyalistes

Donne 6 portions
Préparation: 25 minutes
Cuisson: 3 heures

INGRÉDIENTS

- 1 t. (250 ml) suif haché
- 1/2 t. (125 ml) pommes hachées (non pelées)
- 1 t. (250 ml) raisins secs
- 1/2 t. (125 ml) mélasse
- 1/2 t. (125 ml) jus de pomme
- 1 1/2 t. (375 ml) farine tout usage
- 1/4 c. à thé (1 ml) sel
- 1/2 c. à thé (3 ml) bicarbonate de soude
- 1/4 c. à thé (1 ml) cannelle
- 1/4 c. à thé (1 ml) clou de girofle

PRÉPARATION

— Bien mélanger tous les ingrédients. Verser dans un moule beurré de 12 x 6 x 2 po (30 x 15 cm). Couvrir d'un papier ciré et d'un linge humide. Ficeler. Cuire au four, au bain-marie, à 350 °F (180 °C), pendant 3 heures. Accompagner de sauce au citron ou au caramel.

Note: Il est préférable de faire ce pouding quelques semaines à l'avance et de le réchauffer 1 h avant de le servir.

Source: La cuisine traditionnelle des régions du Québec, Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec, Éditions de l'homme, 1996.

LA RECETTE
DU CHEFRis de veau
archiduc

LE SOLEIL, RAYNALD LAVOIE

Pour deux personnes

INGRÉDIENTS

- 200 g de ris de veau
- 4 échalotes grises (françaises)
- 6 champignons
- 1 cuillère à soupe de vinaigre
- 1 cuillère à soupe d'huile
- 1 oignon coupé en quatre
- 1 feuille de laurier
- 1 branche de céleri
- 1/2 t. de crème à 35%
- 1/4 t. de fond de veau (sauce brune)
- 2 onces de porto
- 1 noix de beurre
- sel et poivre

PRÉPARATION

— Passer les ris de veau sous l'eau froide, puis les faire blanchir 15 minutes dans de l'eau dans laquelle on aura le vinaigre, l'oignon coupé en quatre, la feuille de laurier, la branche de céleri, le sel et le poivre.

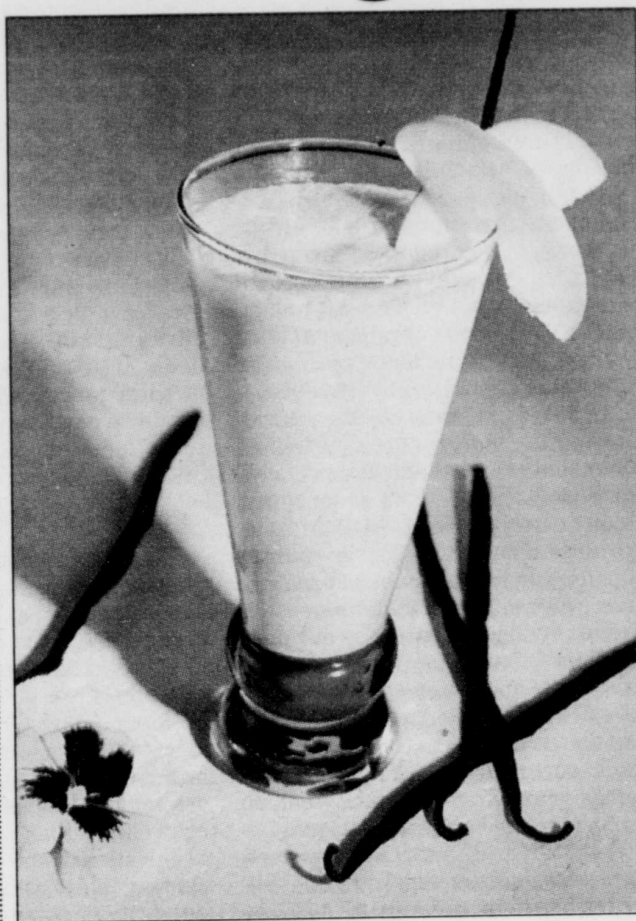
— Escaloper les ris de veau, les enfariner, les faire revenir dans une poêle avec le beurre et la cuillerée d'huile.

— Ajouter les échalotes hachées et les champignons émincés. Flamber au porto et ajouter la crème et le fond de veau. Laisser mijoter deux minutes, saler et poivrer.

— Servir avec des légumes et pommes vapeur. Bon appétit!

Le chef du Vendôme Georges Bonin

Punch glacé



ITHO

Donne 6 tasses
Préparation: 5 minutes

INGRÉDIENTS

- 3 c. à soupe (50 ml) mélasse
- 1/8 c. à thé (0,5 ml) cannelle
- 2 3/4 t. (650 ml) lait froid
- 3 1/4 t. (800 ml) crème glacée à la vanille

PRÉPARATION

— Mélanger tous les ingrédients. Fouetter au mélangeur. Verser dans des verres. Servir.

Source: La cuisine traditionnelle des régions du Québec, Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec, Éditions de l'homme, 1996.

Biscuits aux patates



ITHO

Donne 2 douzaines
Préparation: 20 minutes
Cuisson: 20 minutes

INGRÉDIENTS

- 1 1/2 t. (375 ml) farine
- 4 c. à thé (20 ml) levure chimique
- 1/2 c. à thé (2 ml) sel
- 3 c. à s. (45 ml) graisse végétale
- 1 t. (250 ml) purée de pommes de terre froide
- 1/2 t. (125 ml) lait

PRÉPARATION

— Tamiser les ingrédients secs. Incorporer la graisse végétale, puis la purée de pommes de terre. Ajouter le lait. Mettre au réfrigérateur pendant 1 heure. Étendre la pâte à une épaisseur de 1/2 po (1 cm) et la détailler à l'aide d'un emporte-pièce. Faire cuire au four à 375 °F (190 °C) pendant 20 minutes sur une tôle à biscuits graissée.

Source: La cuisine traditionnelle des régions du Québec, Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec, Éditions de l'homme, 1996.

COURS DE CUISINE

LES ALIMENTS "IN" ET "OUT" EN 2000

IN	OUT
Aliments bio	mets préparés
Pesto	relish
Tomates séchées	ketchup
Sauce au yogourt	sauce en poudre
Fond de veau	bouillon en conserve
Huile d'olive	huiles hydrogénées
Farine non blanchie	farine blanche
Vinaigre balsamique	vinaigre blanc
Fructose	sucre blanc
Lait 1% calcium	lait 3,25%
Fine cuisine québécoise	cuisine française
Recevoir à la maison	recevoir au restaurant

Pour cuisiner à la mode...

"PORTES OUVERTES"
DIMANCHE 9 JANVIER
DE MIDI À 17H00

L'INSTITUT
CULINAIRE
DE QUÉBEC

49-A, rue Marie-de-l'Incarnation
(418) 684-8811

COURS DE CUISINE GRAND PUBLIC

JANVIER-VÉGÉ
JANVIER VÉGÉ

à la Faim de Loup

Des plats typiquement végétariens
toujours raffinés et abordables

- en menu du jour
7,25\$ et +
- en table d'hôte
13,50\$ et +
- en 2 pour 1
lundi au mercredi
- au déjeuner
week-end
- ou déguster
nos excellentes
spécialités



653-8310
2830, chemin Ste-Foy,
angle route de l'Église



Les petits bogues du lendemain

On s'attendait à un bogue gigantesque, paralysant d'un seul coup toute l'autoroute électronique. Le suspens fut plus ou moins inten-

se! Car très vite, plouf!, au fur et à mesure que les différents fuseaux horaires entraient en l'an 2000, rien ne vint perturber la fête. En fait, il y a eu des bogues! Des milliers de bogues qui touchèrent principalement, à l'aube du 1^{er} janvier, les vésicules biliaires, estomacs, duodénum, reins, rates, pancréas, et bien entendu crânes et cerveaux! Ces mini «bogues» provoquèrent une sérieuse interruption de l'activité cérébrale et physique chez des centaines de milliers d'entre nous! Ceux et celles qui, à travers la planète, avaient forcé, sans aucune restriction, sur le rouge, le blanc, les bulles, le houblon et autres spiritueux et crèmes alcoolisées! Ceux-là se sont jurés qu'on ne les y reprendrait plus! Ils se promettent que pour 2001, ils sauront quoi faire et surtout quoi ne pas faire pour éviter la panne douloureuse. Sage mais éphémère résolution qui, on le sait bien, s'estompe dès que disparaissent le mal et son souvenir! Qu'à cela ne tienne, on verra bien! Afin d'aider toutes celles et ceux qui souffriraient encore de ce genre de court-circuit, je veux offrir, outre mes vœux de prompts rétablissements, quelques petits conseils salvateurs qui leur permettront, sans donner l'impression d'entrer au bain, de se refaire les logiciens.

JETEZ-VOUS À L'EAU!

Les remèdes à la gueule de bois sont les mêmes depuis des lustres. Mais, n'allez surtout pas tomber dans le piège que vous tendent involontairement certaines bonnes âmes! Celles-là jouent les docteurs miracles, et vous enterrent un peu plus en vous conseillant, par exemple, un solide Bloody Mary (jus de tomates, vodka,

poivre et lime) afin d'effacer rapidement toutes traces de débauches. Bernique! Cela ne servira qu'à vous anesthésier un certain temps le cerveau et au réveil, bonjour les dégâts! Vous en serez au même point.

Commencez par un grand verre d'eau, frais mais pas glacé, toutes les heures! Si l'eau vous donne l'impression de rouiller, vous pouvez l'agrémenter d'un peu de jus de citron complété par une ou deux petites cuillères à thé de sucre (cela vous permettra de ne pas remplacer votre mal de tête par des aiguillons d'estomac).

PUNCH DÉSAMORCÉ

Autre recours efficace: les fameux punches, qui de la Martinique à la Guadeloupe, décapent les plus costauds des vacanciers, mais qui «désamorçés» ou s'y vous préférez «désalcoolisés» jouent très bien le rôle de remèdes efficaces; en voici une des nombreuses variantes, à boire chaud. Il vous faut:

Ingrédients

- 1 bouteille de jus de raisins rouges et une de jus de pommes (type Oasis)
- le jus de 2 citrons et 1 orange
- 4 clous de girofle
- un petit morceau de gingembre que vous taillez finement
- 1 petit bâton de cannelle
- 3 cuillères à café de miel

Préparation

— Faites bouillir le jus de pommes, de raisins, de citron, d'orange, ajoutez les clous de girofle, le gingembre et la cannelle.

— Vous laissez infuser 15 minutes, filtrez et versez dans un bol à punch.

— Ajoutez le miel et mélangez; surtout, veillez à le boire bien chaud!

LE CHANT DU COQ ET SON VIN CHAUD

Après 24 heures de traitement à l'eau et au jus de fruits, vous pourrez vous faire plaisir avec un vin chaud. À ce propos, j'ai le souvenir d'une coutume très particulière à la Wallonie, magnifique et valeureuse région de Belgique, qui de Liège à Namur en passant par Charleroi et Dinant, offre aux voyageurs une merveilleuse diversité géographique et culturelle. Dans la région liégeoise on y pratiquait le concours dit du «Chant du Coq»! Cela consistait à mettre en compétition, au petit matin, les coqs du village. On les réunissait dans un champ (le champ des coqs) où, s'il y en avait un, sur le terrain de football communal, et on attendait qu'ils chantent! Celui

qui «cocoricotait» le plus souvent et le plus longtemps, remportait un prix. Je n'ai plus souvenir de la nature de ce lot, mais je garde en mémoire le vin chaud qu'on y servait pour reconforter les propriétaires de ces volatiles. Seules les grandes personnes y avaient droit, mais nous étions très habiles pour en substituer quelques gorgées.

En voici la recette:

Avant tout, procurez-vous une bonne bouteille de vin rouge; je vous conseille un vin suffisamment corsé car il y va de la qualité de votre préparation. Pour ma part, je fais souvent mon choix dans les Languedoc-Roussillon, par exemple un Côtes de la Malepère, Val des Rocs 1996, Domaine de Nougayrol (SAQ reg 532 333, 750 ml, 9,95\$) ou un Costières de Nîmes, les Valroussannes 1997, (SAQ reg 515 866, 750 ml, 9,95\$)...

Il vous faut également: 1 citron, 1 orange, 1 bâtonnet de cannelle, 3 clous de girofle, 50 grammes de cassonade.

Préparation

Prélevez 1/5 de la bouteille et faites bouillir avec la cannelle et les 3 clous de girofle (3 minutes); dans un autre récipient, versez les 4/5 de vin restant et incorporez les zestes de citron et d'orange; portez à feu moyen et dès que cela chauffe, ajoutez le contenu du 1^{er} récipient (liquide avec cannelle et clous de girofles); laisser cuire à feu doux doux (un petit dix minutes).

Dans une soupière versez vos 50 grammes de cassonade et votre vin pardessus (n'oubliez pas de filtrer). Servez bien chaud, à la louche, dans des bols ou des verres à cafés Brésiliens. C'est reparti!

LES FROMAGES ENDIMANCHÉS DE L'ASTRAL

Fromages et porto le dimanche, c'est chic!

Seulement 49,95 \$ pour 2 personnes.

L'Astral vous propose une toute nouvelle table d'hôte de cinq services, incluant fromages et porto.

Tous les dimanches du 2 au 16 janvier, madame Marie-Andrée Simard vous fera découvrir les fromages de la maison Saputo dont le caciocavallo et le taleggio.

Ils seront accompagnés d'un porto de la maison Graham's.

Vous terminerez le week-end en beauté!

BAR • RESTAURANT ROTATIF

L'ASTRAL



HÔTEL
LOEWS LE CONCORDE
QUÉBEC

RÉSERVATIONS : (418) 647-2222 POSTE 3226
1225, cours du Général-De Montcalm, Québec

Bonne Année à tous! **2/1** Sur table d'hôte
à partir de 17h jusqu'au 30 janvier
La Gamelle 659-1336
1109, rue de l'Église Sainte-Foy

RESTAURANT **Le parfait mariage des saveurs franco-italiennes**
DA FIORENZA Cuisine Italienne et Française
2980, 1^{re} Avenue, Québec 624-4848

Le **Vendôme** SPÉCIAL pour 2 personnes 48\$
Salade César
Crêpe de frivolités gratinée au coulis de tomates
Pâté de foie gras maison
Potage du jour ou consommé
Tournedos de poulet aux champignons
Escalope de saumon pochée au blanc de poireaux
Escalope de veau savoyarde
Entrecôte sur grill au poivre vert
Table à desserts et café ou thé avec 1/2 bouteille de vin blanc ou rouge
VALET DE STATIONNEMENT
36, côte de la Montagne, Québec
Rés.: 692-0557

HÔTELLERIE ET RESTAURATION

Des femmes de tête

PIERRE CHAMPAGNE

Le Soleil



ARCHIVES LE SOLEIL

Annette Légaré est la «fondatrice» du restaurant Les Anciens Canadiens.



ARCHIVES LE SOLEIL

Johanne Johnson, directrice du Château Frontenac.



ARCHIVES LE SOLEIL

France Gauthier est copropriétaire des restaurants Cochon Dingue, avec son époux Jacques Gauthier.



ARCHIVES LE SOLEIL

Suzanne Gagnon est la copropriétaire du restaurant Laurie-Raphaël, avec son époux, Daniel Vézina.

Le XXI^e siècle se dessine comme celui des femmes dans l'hôtellerie et la restauration. Les femmes sont partout. Elles prennent possession, en masse, de tout ce qui bouge et sont de plus en plus nombreuses dans tous les métiers de la restauration et de l'hôtellerie. Si, au XX^e siècle, les femmes étaient surtout en salle, elles sont aujourd'hui en cuisine, en gestion et en direction.

Dans la région de Québec, la plus connue de ces dames est sans aucun doute Christiane Germain, propriétaire de trois hôtels boutiques, un à Sainte-Foy, le Germain Des Prés, l'autre à Québec, le Dominion, et le troisième à Montréal, le Germain. Elle songe sérieusement à mettre le pied à Toronto dans les prochains mois.

La seconde, Johanne Johnson, est moins connue. Elle n'en est pas moins la directrice de l'hôtel le plus connu du pays, le Château Frontenac. À ce même Château, c'est une Suisse, Christine Saint-Amand, qui est sous-chef des cuisines et c'est une autre femme, Nancy Murray, qui est la directrice des relations publiques... comme dans tous les hôtels du Canadien Pacifique d'ailleurs. La directrice des ventes sur le marché américain se nomme Nancy Dacres et la directrice des ventes sur le marché européen a pour nom Mariette Pissinis. En fait, on compte 27 cadres de sexe féminin au Château Frontenac.

Au Loews de Québec, c'est une femme, Renée Gosselin, qui est la directrice des ventes, et c'est encore une femme, Andrée Brassard qui est la directrice du restaurant principal de cet hôtel, l'Astral. Au bureau de la directrice des ressources humaines, Isabelle Morency, on précise qu'une quinzaine de femmes occupent des postes de cadres dans l'hôtel.

Au Hilton, on compte 19 cadres féminins dont 12 directrices, selon Lucie Gauthier, directrice des relations publiques.

Et ça ne fait que commencer. Les écoles d'hôtellerie et de restauration, sont elles aussi dirigées par des femmes. À Québec, c'est Berthe Bernatchez qui est la directrice générale du Centre intégré en alimentation et en tourisme et c'est une autre femme, Louise Michaud, qui est la directrice de l'école d'hôtellerie du Trait Carré à Charlesbourg. À Montréal, c'est Christine Martel qui est la directrice générale de l'Institut de tourisme et d'hôtellerie.

Il y a aussi des femmes qui sont propriétaires ou copropriétaires de restaurants de tout acabit dans la région de Québec. France Gauthier par exemple est copropriétaire, avec Jacques des restaurants Cochon Dingue; Rolande Lelclere est copropriétaire, avec son époux cuisinier, du chic restaurant L'Initiale sur la rue Saint-Pierre. Monique Champagne est copropriétaire avec Harry Théodorakis du restaurant Chez Harry à Charlesbourg depuis 25 ans. Une pionnière! Et en ce qui concerne les pionnières, il y a toujours Annette Légaré la «fondatrice» du restaurant Les Anciens Canadiens. Même le réputé restaurant Serge Bruyère est dirigé par une femme, depuis que Henriette Barré s'en est portée acquéreur, avec son époux, il y a une dizaine d'années, juste avant que l'immortel cuisinier ne passe l'arme à gauche.

Les filles prennent aussi la relève des pères. Pour ne mentionner que trois exemples, pensons à Sylvie Cloutier qui, avec son frère Jacques, ont pris le pas du paternel, Yves Cloutier, au Rascal. Il en est de même au restaurant St-Germain de Sainte-Foy ou Sylvie Saint-Germain a succédé à son père, Paul Saint-Germain à la direction et au Mont Sainte-Anne où Caroline Lapointe dirige maintenant le Café Suisse pendant que son père Yves s'occupe de celui de

la rue Sainte-Anne, à Québec.

Annie Lepage est chef exécutif au Cercle de la Garnison; Lynda Pelletier est chef traiteur au Saint-Amour; Moury Youk Chau est chef exécutif à l'Apsara et Régine Higgins est chef exécutif de La Chaumière. Marlène Gagnon est sous-chef au Manoir du Lac-Delage. La cuisinière du Capitole s'appelle Marie-Judith Jean-Charles; la cuisinière chez Serge Bruyère est Élise Martin.

Vous en voulez d'autres? Deux femmes ont pris la relève de Antoine Nourcy à la direction de son entreprise depuis son décès inattendu il y a quelques années; son épouse, Danielle qui avait toujours été son bras droit, et sa sœur Marlène Nourcy, qui est venue la rejoindre.

C'est Anne-Claire Dufour, une infirmière de l'hôpital Laval, qui est la copropriétaire du Palais des Arômes à Charlesbourg. Enfin, trois sœurs sont les copropriétaires d'un des plus importants traiteurs de la région, Les Buffets Maison de l'île d'Orléans, Mariette, Marie-Claude et Fabienne Gendreau.

Il n'en faut pas plus pour faire la preuve mais, durant toute l'année qui vient, LE SOLEIL se fera un plaisir de vous présenter, dans ces pages, quelques-unes de ces femmes qui, en ce début de siècle et en cette fin de millénaire, conjureront au féminin l'avenir de la restauration et de l'hôtellerie dans la région de Québec.

Dans le domaine, le XXI^e siècle sera celui des femmes

L'Hippodrome de Québec, tout l'monde y gagne!
CHEVAUX RESTO LOTERIE VIDÉO



SPECTACLES DE COURSES

En piste à Québec

dimanche 18h30 et jeudi 19h

Interpistes

sur écrans géants, par satellite
tous les jours dès 13hRéservations:
525-8268DÉCOUVREZ NOTRE
NOUVEAU FORFAIT
Cavallodu jeudi
au
dimanchecomprenant: Programme de courses
(valeur 2\$) en prime 2\$ d'argent de pari

Ballottine de faisan et ses confits

Croustillant de ris de veau aux champignons

Rillettes de saumon à l'aneth et poivre rose

Fruivolité de mesclun à l'huile de citron

Potage ou consommé

Escalope de veau à la crème sur nid
de linguine aux poivrons séchésGratin de poissons et
fruits de merEntrecôte grillée à la moutarde
et madèreLe choix du Maître pâtissier
Thé, café ou tisane21,95\$
(taxes
et service
en sus)

CASINO LOTERIE VIDÉO

Le plus grand salon à Québec
avec 100 appareilsOUVERT 7 JOURS SUR 7
10h à 3h a.m.HIPPODROME
DE QUÉBEC

1-459-2715

Entrée et stationnement gratuits

LES CONSEILS DE JOSIANE

Cours de nutrition

Pour les mordus de la nutrition, voici deux cours à ne pas manquer. D'abord, ceux que vous propose ma collègue Julie Gravel nutritionniste, vous offre les bases nécessaires pour pousser plus loin vos connaissances en nutrition. Les huit rencontres du Niveau 1 vous permettront d'en apprendre beaucoup sur plusieurs sujets en nutrition, dont voici un échantillon: éléments nutritifs, équilibre alimentaire, planification des repas, régime crétois, alimentation végétarienne, poids-santé, nutrition et vieillissement. Une visite-santé au Métro de Place Sainte-Foy vous est également proposée. Le Niveau 2, plus avancé, vous propose des thèmes fort actuels: nutrition et performance mentale, système immunitaire, les organismes génétiquement modifiés, les nutraceu-



Josiane Cyr
nutritionniste
Collaboration spéciale

tiques, et l'équilibre acido-basique. Fort bien vulgarisées et rendus pratiques par des dégustations et des recettes, ces rencontres ateliers de deux heures chacune passent très vite, et les participants en redemandent à ce que l'on dit... Pour

informations, contactez Julie Gravel au 650-5352. Un groupe de collègues offre également des ateliers qui s'étalent sur dix rencontres. Marie Bélique, nutritionniste, anime tout d'abord trois ateliers d'écriture qui mettront à profit votre créativité, afin de mieux vous connaître. Sont également offertes trois soirées d'information sur la nutrition animées par Michel Lucas et Hélène Baribeau, tous deux nutritionnistes expérimentés. Les sujets proposés sont les vitamines antioxydantes, les aliments naturels et les suppléments. Par la suite, Dominique Boucher, nutritionniste, anime des ateliers de «popote», axée vers une cuisine savoureuse, vivante et joyeuse. Une visite guidée dans un magasin d'aliments naturels couronne le tout. Ces ateliers vous proposent une démarche qui vous aidera à choisir des aliments qui sont bons pour vous, à acquérir des habitudes saines et durables, et à redécouvrir le plaisir de manger. Pour infos: 683-7003.

La dinde aux marrons

Pour plusieurs, une dinde rôtie, ça se mange avec de la «sauce aux atocas», et rien d'autre. Un délice, j'en conviens, mais si l'envie vous prend de sortir de l'ordinaire, pourquoi ne pas essayer la fameuse dinde farcie aux marrons (ou châtaignes), si chère à nos cousins français.

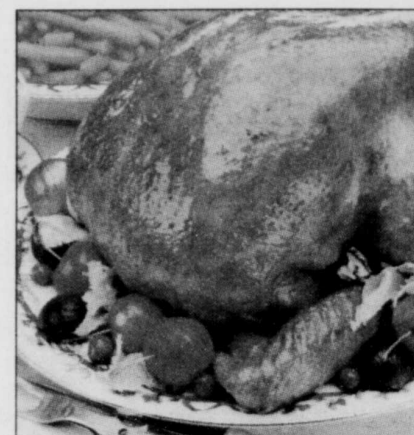
Farce aux marrons pour la volaille

INGRÉDIENTS

- 2 t. (500 ml) châtaignes (marrons)
- 3 c. à table (45 ml) huile d'olive
- 1 t. (250 ml) oignon émincé
- 1 t. (50 ml) céleri émincé
- 1 t. (250 ml) riz sauvage cuit
- 1 c. à thé (5 ml) sel au céleri
- 1/4 t. (60 ml) persil frais haché
- 2 cubes de bouillon de poulet
- 3 t. (750 ml) chapelure de blé entier
- 1/2 t. (125 ml) jus d'orange
- 1/4 t. (60 ml) raisins secs
- 1/4 t. (60 ml) noix de Grenoble
- sel et poivre, au goût

PRÉPARATION

- Entailler les marrons et les faire bouillir au moins pendant une demi-heure, ou jusqu'à tendreté.
- Les peler et les hacher en petits morceaux.
- Dans un grand poêlon, faire chauffer l'huile et faire revenir l'oignon et le céleri assaisonné de sel au céleri. Faire cuire jusqu'à tendreté.
- Ajouter le persil et les cubes de



ARCHIVES LE SOLEIL

bouillon de poulet émiettés. Bien brasser, puis ajouter le riz sauvage et la chapelure. Bien mélanger.

— Ajouter le jus d'orange, les marrons, les raisins secs et assez d'eau pour que les ingrédients adhèrent bien ensemble. Assaisonner au goût. Farcir une dinde ou un poulet. N.B.: Cette farce peut être préparée à l'avance et congelée.

Source: cette recette a été adaptée du livre Fruits et légumes exotiques du monde entier, par Julia Richardson.



Cadres Historiques
pour Sauces Uniques



7685 1^{ère} Avenue
CHARLESBOURG
Tél: 627-0161



3077 Chemin Saint-Louis
SAINTE-FOY
Tél: 659-5628

À la maison

17\$

POUR 6 PERSONNES

COMPRENANT:

- ✓ 2 POTS DE SAUCE À LA VIANDE 750ML
- ✓ 1 PAQUET DE PÂTES 900 gr
- ✓ 1 MICHE DE PAIN
- ✓ 2 LITRES DE
- ✓ 1 TARTE AU SUCRE

Non monoyable. Limite d'un coupon par visite. Valide jusqu'au 13 Février 2000
3077 chemin Saint-Louis, Sainte-Foy Tél: 659-5628
7685 1^{ère} Ave Charlesbourg Tél: 627-0161

Le Soir (Lundi au Vendredi)

17\$

POUR 2 PERSONNES

COMPRENANT:

- ✓ 2 SALADE MANOIR
- ✓ 2 SPAGHETTI AU CHOIX:
 - Le Manoir
 - Le Gratin
 - Le Casa
 - Le Champignon
 - Le Végétarien
- ✓ 2 Breuvages
- ✓ 2 MORCEAUX DE GÂTEAU AU CHOCOLAT

Non monoyable. Limite d'un coupon par visite. Valide jusqu'au 11 Février 2000
3077 chemin Saint-Louis, Sainte-Foy Tél: 659-5628
7685 1^{ère} Ave Charlesbourg Tél: 627-0161