

LA PRESSE



LE VIN ORANGE  
BOISSON  
D'AUTOMNE  
PAGES 6 ET 7

TESTÉ  
LES COMPOTES  
PAGE 9

# GOURMAND



**VINS**  
Voyez les vendanges  
dans l'Ouest sur  
lapresse.ca/okanagan

**COURGES  
JOLIES  
ET BONNES!**  
PAGE 9



CUISINER À LA MIJOTEUSE

# RICARDO À LA RESCOUSSE

Une lasagne, du saumon au fenouil, des brownies, un gâteau au fromage... à la mijoteuse? Oui! Et en plus d'être délicieuse, la cuisine à la mijoteuse a le don de se faire presque toute seule, pendant qu'on court pour attraper les enfants avant la fermeture du service de garde ou qu'on est pris dans un bouchon de circulation. Avec son nouveau livre de recettes à la mijoteuse, Ricardo joue au superhéros du quotidien.

Le reportage de Nathaëlle Morissette, en pages 2 et 3.



ILLUSTRATION CHARLOTTE DEMERS-LABRECQUE, LA PRESSE

LA PRESSE

# L'ACTUALITÉ

MARIE-CLAUDE LORTIE



COMME VOUS  
L'AIMEZ

## GOURMAND

# RICARDO SE CONVERTIT... À LA MIJOTEUSE

**On associe volontiers la mijoteuse à une façon de cuisiner un peu dépassée et à des plats sans texture, aux saveurs indistinctes. Or, elle peut être un allié précieux quand on sait profiter de ses qualités. Ricardo Larrivé y consacre son nouveau livre de recettes.**

NATHAËLLE MORISSETTE

«Je suis un gars avec tous les préjugés de gars, lance sans détour Ricardo. Au départ, le tofu, non. Le végétarisme, encore moins. Planifier le lunch du lendemain, je n'y pensais pas. Et la mijoteuse, eh bien pour moi, ça faisait "matante".»

Eh bien, comme le dit l'adage, il n'y a que les fous qui ne changent pas d'idée. La preuve: depuis jeudi, un tout nouveau livre de recettes, signé par Ricardo lui-même, est arrivé en librairie. Son titre? *La mijoteuse, de la lasagne à la crème brûlée*. En 240 pages, il propose 65 recettes et des images appétissantes. Fait à noter, contrairement à ses livres de recettes précédents, dans lesquels il se met en scène sur quelques photos, à table ou avec ses enfants, cette fois, Ricardo se fait plus discret. La vedette, c'est la mijoteuse!

L'idée d'utiliser cette grande casserole électrique avec minuterie l'a longtemps rebuté, mais l'homme à la tête d'un magazine, d'une émission quotidienne et auteur de quatre livres de recettes a vite compris, à la lumière des courriels qu'il recevait sur le sujet, que l'intérêt des gens était là. En écoutant les discussions de ses collègues, toutes générations confondues, il a réalisé que la fameuse mijoteuse sauve bien des soirées en venant à la rescousse des familles et des petits ventres affamés. Comme c'est précisément à eux que pense le sympathique homme à tout faire de la cuisine lorsqu'il élabore ses recettes, il ne pouvait donc bouter l'appareil plus longtemps.

«On ne veut pas jouer au restaurateur. Nous autres, c'est pour une famille de quatre personnes qu'on travaille,

raconte-t-il. On veut aider celui ou celle qui a 15 minutes pour arrêter au supermarché et qui se casse la tête tous les jours pour préparer un souper.»

Et c'est là qu'interviennent Ricardo et sa mijoteuse, un peu comme des superhéros. Après une course effrénée toute la journée au boulot, sur la route, dans le métro, les gens rentrent à la maison, où flotte déjà une appétissante odeur de poulet à l'ananas, de pain de viande ou même de lasagne. «Il y a quelque chose de rassurant là-dedans, croit Ricardo. Ce sont souvent des plats qu'on a moins le temps de cuisiner en semaine.»

Les recettes qu'il propose dans son livre n'ont pas été choisies au hasard. «On voulait qu'il y ait une réelle raison d'utiliser la mijoteuse.» Il admet lui-même que plusieurs tests effectués par son équipe et lui n'ont pas été concluants, c. Comme la cuisson du pain ou du risotto. «J'en suis venu à l'évidence, la mijoteuse est excellente pour les mijotés, les plats en sauce, pour attendrir les viandes coriaces et, étonnamment, pour plusieurs desserts qui nécessitent une cuisson en bain-marie ou humide comme les crèmes caramel et les poudings», écrit-il au début de son livre.

Pratique, sûre, économique – elle est capable d'attendrir les pièces de viande les moins chères – et écologique (elle utilise la même quantité d'énergie qu'une ampoule de 100 watts), cette «petite machine» ne remplacera jamais le four, la cuisinière ou le barbecue. Chez Ricardo, par exemple, on sollicite les services de la mijoteuse environ une fois par semaine. Souvent, les familles ont deux soupers presque prêts d'avance, dit-il. La mijoteuse s'occupe du troisième repas, qui peut parfois causer des maux de tête en raison du manque d'idées ou de temps.

L'appareil peut servir de porte de sortie, mais il ne fait pas tout le travail, prévient-il. Il faut quand même prendre le temps d'apprêter les légumes et les pièces de viande. «Je dis aux gens: si vous me donnez une demi-heure de votre temps, je peux faire quelque chose pour vous.»

## Mijoteuse 101

NATHAËLLE MORISSETTE

Cuisiner à la mijoteuse, un art? Presque. Même si on a parfois l'impression que cette petite machine fait des miracles, elle ne fait quand même pas les emplettes à votre place.

Que l'on décide de préparer un porc au saté pour la petite famille ou encore un navarin d'agneau pour recevoir les amis le samedi soir, il faut quand même prévoir une trentaine de minutes pour préparer les légumes, fariner la viande et, surtout, saisir les ingrédients à la poêle avant de les déposer dans la mijoteuse. C'est d'ailleurs la principale erreur commise par les gens, précise Ricardo. «Il faut prendre le temps de faire rôtir les aliments», prévient-il. C'est ce qui permettra de «découpler» les saveurs avant de plonger la pièce de viande et les accompagnements dans la mijoteuse et son bouillon.

Pour ceux qui courent après leur temps le matin, et pour

qui la préparation des ingrédients avant de quitter la maison pour le boulot apparaît comme une mission impossible, il existe une autre solution. Le tout peut être fait la veille – y compris l'étape de coloration – et conservé au frigo. Le lendemain, il ne reste qu'à brancher la mijoteuse. Fait à noter, lorsque la cuisson de votre soupe de bœuf et pois chiches, par exemple, se termine au bout de huit heures, normalement le réchaud entre en fonction, ce qui permet de garder votre plat au chaud, mais sans le cuire davantage. Généralement, la nourriture peut être conservée de cette façon pendant deux heures. Pas de panique, donc, si vous êtes pris dans un bouchon de circulation.

Les gens qui craignent de laisser l'appareil fonctionner pendant la journée, même s'il n'y a aucun danger, peuvent faire une cuisson de nuit. Dans le cas d'un débranchement involontaire ou d'une panne électrique, Ricardo joue de prudence et conseille de jeter la

nourriture. S'il s'agit d'un arrêt de cuisson récent, la température du plat dans la mijoteuse doit être supérieure à 60 degrés Celsius. «Vous pouvez ensuite transférer votre recette dans une casserole et poursuivre la cuisson au four», écrit Ricardo dans les premières pages de son tout nouveau livre de recettes. Évitez de redémarrer la cuisson à la mijoteuse. Ce pourrait être long et il y aurait alors risque de contamination.»

### Comment la choisir?

Bien qu'il en ait testé toute une panoplie, Ricardo ne recommande pas un type de mijoteuse en particulier. «Je conseille aux gens d'acheter un appareil simple qui a un cycle basse température (*low*), haute température (*high*), une fonction réchaud (*warm*) et une minuterie.» Il suggère également de se procurer une mijoteuse munie d'une jolie cocotte, qui peut être mise directement au centre de la table, histoire de rendre le repas plus convivial.



L'effet de surprise

En plus de faciliter la vie et de permettre d'offrir à ses invités des pièces de viande qui fondent dans la bouche grâce à son mode de cuisson lent, la mijoteuse peut devenir LE sujet de discussion pendant le repas. «Une fois à table, tu lances à tes convives: ce soir, je vous ai préparé un gâteau au fromage... à la mijoteuse, raconte Ricardo Larrivé. Là, tu es certain que tu viens de lancer un débat. Certains vont être sceptiques, d'autres surpris. Et pendant qu'ils jangent entre eux, tu profites du moment pour retourner à la cuisine et terminer les derniers préparatifs du repas.» Voilà un bon filon pour peaufiner votre art de recevoir...

— Nathaëlle Morissette

# À toutes les sauces

Repas d'amoureux, souper familial ou « bouffe » sans prétention avec un groupe d'amis. La mijoteuse peut sauver les meubles dans bien des situations. Trois cas, trois recettes proposées par Ricardo.



1

## COUPLE DE PROFESSIONNELS

À bout de souffle quand arrive enfin le vendredi soir, il n'a pas envie de consacrer beaucoup de temps à préparer le souper, mais souhaite manger un bon repas, arrosé d'une bouteille de vin soigneusement choisie.

### SUGGESTION

Les jarrets d'agneau aux pruneaux. « La mijoteuse peut sauver le couple, lance Ricardo en riant. Elle enlève un stress. Et un jarret d'agneau, c'est quelque chose qu'on mange moins en semaine. Comme la viande braise longtemps, on est certain de ne pas manquer notre coup. »

2

## FAMILLE AVEC DE JEUNES ENFANTS

Elle cherche à préparer un repas de semaine simple avec des ingrédients qui se trouvent déjà dans le frigo et le garde-manger.

### SUGGESTION

De la lasagne, un plat qui fait généralement l'unanimité tant chez les enfants que du côté des parents. « Tu t'es battu toute la journée pour le travail et tu sais qu'une fois rendu à la maison, tes batailles ne sont pas finies (conflits à propos des devoirs, du bain, de l'heure du dodo). Pour acheter un petit moment de paix, dit Ricardo, une lasagne, c'est parfait. Et si les enfants en veulent une fois par semaine, pourquoi ne pas leur en servir... jusqu'à ce qu'ils ne soient plus capables d'en voir! »

3

## ÉTUDIANT AU BUDGET RESTREINT

Il ne peut pas supporter l'idée de se nourrir une fois de plus avec des pizzas surgelées ou du Kraft Dinner.

### SUGGESTION

Des tacos de porc à la salsa verte. Voilà un plat qui pourra être mangé en groupe. « Il y a deux ingrédients dans la recette, dit Ricardo: du porc et de la salsa verte. La sauce, il n'a même pas besoin de la faire puisqu'on en trouve maintenant dans tous les supermarchés. Il pourra même terminer son pot de salsa à un autre moment en mangeant ses nachos devant la télé. »

## RECETTES

TIRÉES DE RICARDO - LA MIJOTEUSE DE LA LASAGNE À LA CRÈME BRÛLÉE

### JARRETS D'AGNEAU AUX PRUNEAUX

Pour quatre personnes

#### INGRÉDIENTS

- > 30 ml (2 c. à soupe) de fécule de maïs
- > 250 ml (1 tasse) de bouillon de poulet
- > 20 pruneaux séchés, coupés en dés
- > 30 ml (2 c. à soupe) de vinaigre balsamique
- > 15 ml (1 c. à soupe) de moutarde de Dijon
- > 4 jarrets d'agneau
- > 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive
- > 4 échalotes françaises, émincées
- > 2 gousses d'ail, hachées finement
- > 30 ml (2 c. à soupe) de miel
- > 1 anis étoilé
- > 250 ml (1 tasse) de porto
- > Sel et poivre

#### PRÉPARATION

1. Dans la mijoteuse, mélanger la fécule de maïs avec le bouillon, les pruneaux, le vinaigre et la moutarde.
2. Dans une grande poêle, dorer les jarrets dans l'huile. Saler et poivrer. Transvider dans la mijoteuse.
3. Dans la même poêle, dorer les échalotes. Ajouter l'ail, le miel, l'anis et cuire 1 minute en remuant. Déglacer avec le porto et transvider dans la mijoteuse. Bien mélanger. Saler et poivrer.
4. Couvrir et cuire à basse température (Low) de 6 à 8 heures selon la grosseur des jarrets, ou jusqu'à ce que la viande se défasse à la fourchette. Rectifier l'assaisonnement.



PHOTOS FOURNIES  
PAR LES ÉDITIONS LA PRESSE

### LASAGNE

Pour six personnes

#### INGRÉDIENTS

- > 454 g (1 lb) de chair de saucisses italiennes douces ou épicées (environ 4)
- > 1 grosse carotte, pelée et râpée finement
- > 1 branche de céleri, hachée finement
- > 115 g (4 oz) de champignons blancs, hachés finement
- > 2 gousses d'ail, hachées finement
- > 1 litre (4 tasses) de sauce tomate maison ou du commerce
- > 12 feuilles de lasagne non cuites, environ
- > 250 ml (1 tasse) de fromage parmesiano reggiano râpé
- > 1 contenant de 475 g de fromage ricotta
- > 375 ml (1 1/2 tasse) de fromage mozzarella râpé
- > Sel et poivre

#### PRÉPARATION

1. Dans un bol, mélanger la viande, la carotte, le céleri, les champignons et l'ail. Saler et poivrer. Réserver.
2. Répartir 125 ml (1/2 tasse) de sauce tomate au fond de la mijoteuse. Couvrir d'un rang de pâtes. Ne pas hésiter à les casser au besoin.
3. Y répartir un tiers du mélange de viande. Couvrir avec 250 ml (1 tasse) de sauce tomate et parsemer de 75 ml (1/3 tasse) de parmesan. Couvrir d'un rang de pâtes et ajouter le fromage ricotta.
4. Poursuivre avec un rang de pâtes. Y répartir un tiers du mélange de viande. Couvrir avec 250 ml (1 tasse) de sauce tomate et parsemer de 75 ml (1/3 tasse) de parmesan.
5. Couvrir de pâtes et répéter avec le reste de la viande, 250 ml (1 tasse) de sauce tomate et le parmesan. Terminer avec le reste de la sauce et parsemer de fromage mozzarella.
6. Couvrir et cuire à basse température (Low) 4 heures. Selon le type de mijoteuse, le temps de cuisson peut varier. Lorsque les pâtes sont tendres à la pointe d'un couteau, la lasagne est prête. Il n'est pas conseillé de garder sur réchaud (Warm) après la cuisson, car les pâtes deviennent alors beaucoup trop molles.



### TACOS DE PORC À LA SALSAS VERDE

Pour six personnes

#### INGRÉDIENTS

- > 1,5 kg (3 lb) de rôti d'épaule de porc désossé sans la couenne, coupé en 4 ou 5 morceaux
- > 1 pot d'environ 450 ml (16 oz) de salsa verte du commerce
- > Sel et poivre
- > Coquilles à tacos
- > Fromage cheddar orangé, râpé
- > Laitue iceberg, émincée
- > Tomates, coupées en dés
- > Crème sure
- > Salsa douce ou piquante

#### PRÉPARATION

1. Dans la mijoteuse, déposer les morceaux de porc et couvrir de salsa verte. Couvrir et cuire à basse température (Low) environ 8 heures ou jusqu'à ce que la viande se défasse à la fourchette.
2. À l'aide de deux fourchettes, défaire la viande en prenant soin de retirer le gras. Rectifier l'assaisonnement. Transvider la viande dans un plat de service avec un peu de son jus de cuisson.
3. Déposer la viande au centre de la table avec les coquilles et les garnitures.



PHOTOS.COM

## GOURMAND



PHOTO FOURNIE PAR RICARDO MEDIA

Ricardo et sa femme Brigitte dans un vignoble en Afrique du Sud. Le célèbre animateur rêve de posséder ses propres vignes dans ce pays.

# Le vin, passion effervescente de Ricardo

La cuisine n'a plus de secret pour Ricardo Larrivé. Mais côté vin, le chef et animateur de télévision se considère comme un débutant... Un néophyte qui sait toutefois apprécier les fines bulles d'un champagne et reconnaître, à l'aveugle, un sauvignon blanc.

KARYNE DUPLESSIS PICHÉ  
COLLABORATION SPÉCIALE

Après 11 ans à cuisiner au petit écran, Ricardo a reçu sur son plateau de nombreux sommeliers et spécialistes du vin. Ils lui ont parlé de régions viticoles, de cépages et d'accords. Pourtant, le chef avoue avoir peu mémorisé ces informations. « J'écoutais les gens me parler de vin, mais il n'y a rien qui me restait, affirme-t-il. Quand ils parlaient, j'étais capable de dire si j'aimais le vin ou non. Mais je ne pouvais pas aller plus loin. »

C'est grâce aux mariages d'arômes présentés par François Chartier que Ricardo s'est intéressé davantage au monde du vin. En s'initiant aux cépages, il a créé des liens avec des saveurs simples et uniques comme le pamplemousse rose ou le litchi.

« Je me rappelle la première fois que ma conjointe Brigitte et moi avons reconnu le sauvignon blanc, dit-il. On était tellement fiers tous les deux ! »

Le couple est ensuite allé dans la vallée de Napa en Californie. Il a découvert le chardonnay et, l'année suivante, le viognier. Son voyage dans le sud-ouest de la France en 2006 lui a fait découvrir les rouges à base de tannat.

## Ricardo et les bulles

Avec une passion grandissante pour le vin, il n'est pas surprenant que Ricardo ait transformé l'année dernière sa chambre froide en cave à vin. Ce petit local est désormais rempli de... champagnes. Car l'animateur raffole des bulles.

« Un ami m'a invité à l'événement Pluie de champagne à Montréal il y a quelques années, se rappelle-t-il. Lors de cette soirée, j'ai pu goûter plusieurs bouteilles et les comparer. Ça a changé la perception du champagne de mon enfance. On était loin du Baby Duck que mes cousines buvaient... »

Ricardo Larrivé possède aujourd'hui une soixantaine de bouteilles de bulles. Certaines sont des objets de collection et d'autres, des flacons rares qui lui ont été offerts en cadeau. L'animateur confie toutefois que son apprentissage sur les vins effervescents est loin d'être terminé. À chaque dégustation, il tente d'identifier les cépages qui entrent dans l'assemblage des cuvées.

Il assure également ne pas se priver pour faire sauter un bouchon, et ce, même si le prix des champagnes est élevé.

« Je ne bois pas beaucoup dans la vie, explique Ricardo. Si je bois, je

suis aussi bien de boire quelque chose que j'aime et qui va me faire vraiment plaisir. »

## Des rhums, encore des rhums

Lors de la construction de sa cave à vin, Ricardo a créé une antichambre: une pièce tempérée, séparée de ses vins par une vitre transparente. On y trouve deux chaises, un bureau de bois antique, des livres de référence sur les alcools et une vingtaine de bouteilles de rhum. Plusieurs d'entre elles n'ont même pas d'étiquette. Ce sont de simples échantillons, remplis sur la plantation par le producteur.

« J'ai toujours cru que je n'étais pas un gars à alcool fort, confie-t-il. Jusqu'au jour où, en vacances en Guadeloupe, j'ai visité des petites rhumeries. »

Ricardo est alors tombé sous le charme de ce spiritueux. Il ne l'utilise plus uniquement pour flamber ses plats en cuisine, il le boit maintenant comme un dessert et n'y ajoute pas de glace, pour réellement en apprécier les arômes.

« J'ai toujours cru que je n'étais pas un gars à alcool fort. Jusqu'au jour où, en vacances en Guadeloupe, j'ai visité des petites rhumeries. »

— Ricardo Larrivé

« En cuisine, tu es soit du bord du chocolat, soit de celui du caramel. Et dans le rhum, tu as de la vanille, des fruits confits et, bien sûr, du caramel », explique-t-il.

## Un vignoble en Afrique du Sud

La passion de Ricardo pour le vin ne s'arrête pas là. L'animateur rêve désormais de posséder ses propres vignes... en Afrique du Sud. Il a découvert cette région viticole cette année, lors d'un voyage. Il a alors imaginé un projet qui aiderait à la fois l'économie locale et l'exploitation du potentiel viticole. Même s'il en parle avec enthousiasme, Ricardo précise que ce n'est encore qu'un rêve.

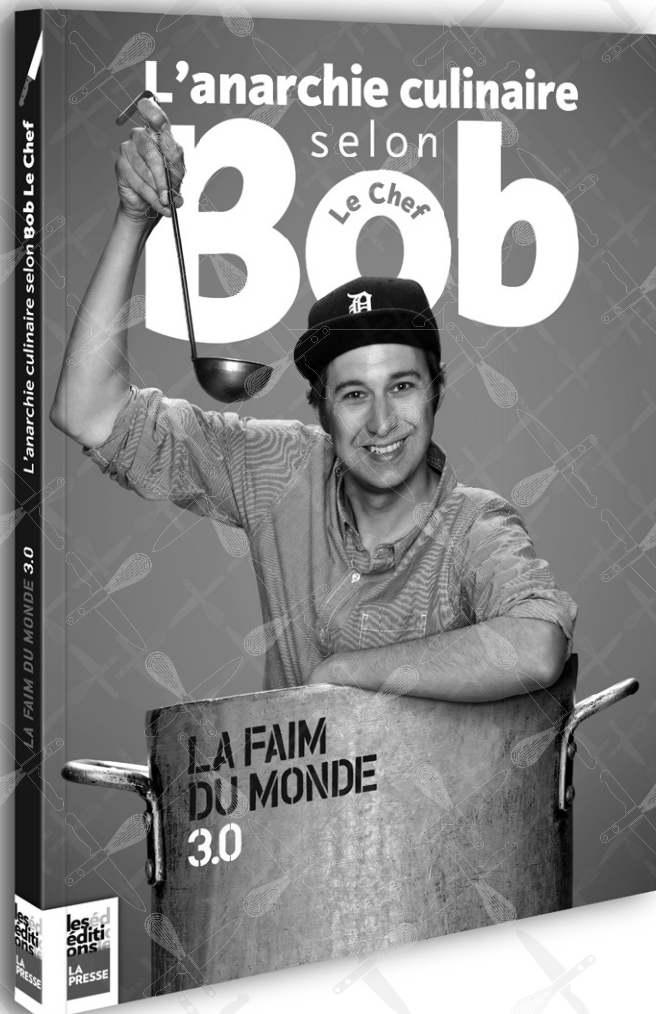
« C'était la première fois que je marchais dans les vignes et que je prenais une poignée de sol pour tenter de l'analyser, pour connaître le terroir, raconte-t-il. Je me suis dit que je serais heureux de créer, à cet endroit, un vin qui me ressemble. »



PHOTO FRANCOIS NASCIMBENI, ARCHIVES AGENCE FRANCE-PRESSE

Un vigneron participe aux vendanges dans la région de Champagne, en France.

## Manifeste gourmand pour tous



Offert en librairie ou sur [librairie.lapresse.ca](http://librairie.lapresse.ca)

les éditions  
ONISE  
LA PRESSE

## CINQ QUESTIONS À RICARDO

### Son accord inusité?

« Un verre de champagne avec du poulet rôti, avec juste du beurre sur la peau. Je suis au septième ciel ! »

### Vin blanc ou vin rouge?

« Blanc. Et j'ose des accords moins classiques comme un Sancerre avec du foie gras. »

### Son cépage chouchou?

« Le viognier. Quand on boit ce vin blanc à la température ambiante, il y a plein de monde, à l'aveugle, qui ne font pas la

différence entre un rouge très léger et un viognier qui a du corps. »

### Son plus beau voyage viticole?

« La vallée de Napa, en Californie. C'est un endroit relax. La nourriture est bonne et j'en garde un beau souvenir avec ma conjointe. »

### La plus belle bouteille dans sa cave?

« L'été, c'est une bouteille de bulles rosées de champagne Lanson. L'hiver, un rouge à base de tannat d'Alain Brumont, en particulier son Château La Tyre. »

DÉGUSTATION

12-13 CORRECT 14-15 BON 16-17 TRÈS BON 18-19 EXCELLENT 20 EXCEPTIONNEL

# À table... ou à froid?



JACQUES BENOIT

Les dégustations d'amateurs chevronnés, et de professionnels du milieu viticole, se font la plupart du temps «à froid», si l'on peut dire, et donc sans rien à manger.

Au Québec et comme partout ailleurs, ceux-ci peuvent alors déguster, de cette façon, 10, 20, même 30

vins ou davantage, à la queue leu leu. Or, il suffit parfois de goûter côte à côte deux vins d'un même domaine, mais de millésimes différents – d'abord sans rien à se mettre sous la dent et ensuite en mangeant – pour que notre appréciation s'en trouve grandement modifiée...

En voici un exemple percutant, survenu lors d'une dégustation récente dans un restaurant de Montréal.

Figuraient entre autres, dans cette dégustation, les millésimes 2008 et 2009 du Pomerol Château Beaugard.

Serré, dense et même un peu austère comme le sont si souvent les bordeaux

rouges, le 2008, de haut niveau et auquel j'attribuai la note de 17,7 sur 20, fut d'abord éclipsé, à mon avis, par le 2009.

Plus coloré que le précédent, plus concentré, plus riche, plus gras, le 2009 me sembla supérieur et... à un cheveu de mériter le titre de grand vin. 17,9.

C'était avant que les plats commencent à défiler sur la table – cela se passait dans l'un des meilleurs restaurants de Montréal.

Une fois le plat principal servi – du bœuf bien rouge, savoureux –, les choses s'inversèrent.

En ce sens que le 2008, de facture

classique par son côté un peu austère, s'accorda si bien avec la viande qu'il supplanta le 2009. Lequel paraissait maintenant un peu lourdaud malgré toutes ses qualités.

Tous les participants (six personnes) s'accordèrent alors pour dire que le 2008 se révélait vraiment à table et que, oui, il surpassait dans ce contexte le 2009. Inutile de dire que les bouteilles de 2008 furent les premières à être vidées...

Le Pomerol 2008 Château Beaugard est cher (65\$, 10805857) et il n'en reste que très peu de bouteilles, alors que la SAQ a commandé 100 caisses du 2009 (68\$, 11854749).

**Pomerol 2009**  
**Le Benjamin de Beaugard,**  
**38,25\$**  
(869016)  
Deuxième vin (de jeunes vignes) du Château Beaugard, très coloré sans qu'il soit opaque, son très beau bouquet, de petits fruits noirs, distingué mais encore tout d'une pièce en ce moment, est du même style que celui du premier vin. Suit une bouche serrée, dense, élégante, aux tannins tendres. 75% Merlot et 25% Cabernet franc, avec élevage en fûts. 13,5% (200 caisses à venir sous peu). Garde: 2012-2017.

17,5

**Bordeaux 2010**  
**Château Bastor-Lamontagne,**  
**17,60\$**  
(11593981)  
Vin blanc sec, de Sauvignon blanc, que produit le Château Bastor-Lamontagne, d'appellation Sauternes, du même groupe viticole que le Château Beaugard. La couleur est d'un jaune passablement soutenu, le bouquet mûr, généreux, très particulier, et sans qu'on reconnaisse vraiment le Sauvignon. Plus que moyennement corsée, la bouche est grasse, équilibrée. Délicieux, et hors normes. 13,5% (201 caisses). Garde: 2012-2016?

16,5

**Pouilly-Fuissé 2011**  
**Jean-Claude Boisset,**  
**25,25\$**  
(11675708)  
Bourgogne blanc d'une couleur d'or fin à reflets verdâtres, au boisé discret et bien lié à l'ensemble. De corps moyen, ses saveurs sont nettes, et rehaussées par un reste de gaz carbonique. Harmonieux, son goût persiste un bon moment. Fermentation et élevage en gros fûts de 450 litres. 13% (1052 caisses). Garde: 2012-2014.

17

**Moulin-à-Vent 2010**  
**Domaine des vignes du Tremblay,**  
**19,85\$**  
(1130541)  
Bien coloré pour un beaujolais, son bouquet est ample, généreux, mûr, avec un boisé quasi imperceptible, l'élevage étant fait en foudres. Charnu, ne manquant pas de tannins, mais dépourvu de rugosité, il a de l'éclat et une bonne persistance. Très bon. 13% (161 caisses). Garde: 2012-2017?

16,5

**Calatayud 2011**  
**Garnacha Honoro Vera, 15,10\$**  
(11462382)  
Vin rouge espagnol, de l'Aragon, de vieilles vignes de Grenache, au bouquet de bon volume, marqué par des nuances légèrement confitillées, et légèrement épicé (le bois). La bouche, un peu carrée, est d'une bonne concentration, corsée, avec des tannins fermes. Élevage en fûts de chêne français, dont 25% de neufs. À prix doux. 14,5% (463 caisses). Garde: 2012-2015.

16

## La recommandation de la semaine

### Cahors 2009 Réserve Tarani

Richement coloré sans qu'il soit opaque, ce vin, dans lequel n'entre que du Malbec (le Cot, dit-on dans la région de Cahors), se présente avec un bouquet large, de fruits noirs, qu'agrémentent des notes boisées peu appuyées, auxquels s'ajoutent, avec l'aération, des nuances rappelant les champignons, mais, curieusement, sans ces notes d'encre et de truffes noires fréquentes dans les Cahors. Relativement corsée, bien en chair, la bouche est tannique, les tannins fermes et à la fois bien enrobés, sans rugosité, et ses saveurs ont de l'éclat. Élevé en fûts de chêne français, ce vin est élaboré par la coopérative Vins de Côtes d'Olt. Très bon et à prix correct. 13% (850 caisses). Garde: 2012-2015.

16,30\$ (11676495)

17



L M M J V S D

## Le vin du samedi

KARYNE DUPLESSIS PICHÉ, COLLABORATION SPÉCIALE



### Beaujolais: petit prix, grand plaisir

La famille Henriot est bien connue pour ses champagnes. Mais la société fait de la vinification également à Chablis et en Bourgogne. Depuis quatre ans, elle tente de relever un nouveau défi: relancer un ancien domaine viticole dans le Beaujolais, qu'elle a rebaptisé Villa Ponciago. Cette cuvée Beaujolais-Villages prouve que la famille Henriot maîtrise maintenant la production de vins à base de gamay. Dans le verre, la robe est de couleur cerise, violacée. Au nez, on découvre des petits fruits, comme les bleuets et les framboises. En bouche, c'est croquant, on retrouve encore des fruits, sur une finale légèrement épicée. Rien de compliqué, et offert à un prix juste. Avec une assiette de charcuteries et quelques grillades, c'est le trio parfait pour célébrer le week-end.

Beaujolais-Villages Villa Ponciago 2009 (11510090) 16,90\$



**NOUVEL ARRIVAGE**  
**CELLIER**

**QUANTITÉ LIMITÉE**

# 10 VALEURS SÛRES

---

**EXPERTS**  
**WS 89**  
**NOTE DES EXPERTS**

**Brillante réussite de l'illustre Jean-Louis Chave.**

Une star du Rhône met de l'avant un rouge aux arômes typiques de violette, de poivre noir, de petits fruits noirs, de réglisse et de cacao.

**J.L. CHAVE SELECTION MON CŒUR 2010**  
Côtes-du-rhône a.o.c.  
-  
Vin de la vallée du Rhône, France  
Code SAQ: 10330433  
-  
**20,10\$**

---

**Fruité, épicé et ample, tout un Espagnol!**

Le réputé Álvaro Palacios est à la source de ce cru aux puissantes notes fruitées et épicées. Les fruits cuits animent la bouche ample.

**ÁLVARO PALACIOS CAMINS DEL PRIORAT 2010**  
Priorat d.o.c.  
-  
Vin de Catalogne, Espagne  
Code SAQ: 11180351  
-  
**22,15\$**

**EXPERTS**  
**WA 88**  
**NOTE DES EXPERTS**

---

La modération a bien meilleur goût.

**RENDEZ-VOUS EN SUCCURSALE POUR DÉCOUVRIR TOUTES NOS AUTRES VALEURS SÛRES**

**SAQ SÉLECTION**

**18+** EN VENTE PRINCIPALEMENT DANS LES SAQ SÉLECTION. QUANTITÉ LIMITÉE.

## GOURMAND



PHOTO BERNARD BRAULT, LA PRESSE

Le vin orange pique la curiosité des clients de l'Hôtel Herman, explique Dominic Goyet, l'un des trois propriétaires du nouveau restaurant installé dans l'ancienne Montée, boulevard Saint-Laurent.

# Vin orange, boisson d'automne

À l'Hôtel Herman, nouveau chouchou de la restauration montréalaise, la carte des vins comporte une curiosité. Après les bulles, les blancs, les rosés, les rouges et les vins doux, voici le « vin orange ».



ÈVE DUMAS

En plus de susciter en ce moment un engouement certain, le vin orange, cet élixir atypique, est le parfait vin d'automne: explosif avec les champignons, étonnant avec un pavé de cerf.

« Les gens sont interpellés, curieux, explique Dominic Goyet, l'un des trois propriétaires de l'Hôtel Herman, un restaurant qui s'est récemment installé dans l'ancienne Montée, boulevard Saint-Laurent. Ils n'ont jamais entendu parler de « vin orange ». Nous lui avons consacré une petite section

sur la carte. C'est l'occasion de donner plus d'explications. »

Le vin orange n'est ni un vin à base d'oranges ni un vin de la principauté d'Orange, bien que les deux existent. En réalité, c'est un vin blanc de macération pelliculaire prolongée. Les moûts de raisins blancs macèrent avec les peaux pendant une période qui peut varier de quelques semaines à plusieurs mois. Les pigments, les composants aromatiques et les tannins des peaux sont alors libérés dans le jus, qui prend une teinte orangée et acquiert du grain, de la texture.

Bref, c'est un peu un vin blanc vinifié comme un rouge. « On le sert à une température d'environ 15 degrés, moins froid qu'un blanc, mais plus frais qu'un rouge, pour ne pas durcir les tannins », explique Theo Diamantis. Son agence d'importation, Oenopole, a été l'une des premières à populariser le vin orange au Québec, avec les nectars des producteurs italiens Radikon, La Stoppa, Cos et Massa Vecchia.

Le nord de l'Italie (région du Frioul-Vénétie Julienne), près de la frontière avec la Slovénie, est le centre de production principal du vin orange. Mais la France, la

Croatie et même les États-Unis pratiquent aujourd'hui la macération pelliculaire prolongée sur les blancs. Plusieurs cépages s'y prêtent, comme le malvasia, le ribolla gialla, le pinot gris, le friulano, le sauvignon blanc, mais on a aussi vu du vin orange fait à partir de grenache blanc, d'ugny blanc, de marsanne et même de fragile chardonnay.

**Le vin orange n'est ni un vin à base d'oranges ni un vin de la principauté d'Orange, bien que les deux existent. En réalité, c'est un vin blanc de macération pelliculaire prolongée.**

À Montréal, les vins orange apparaissent dans les restaurants et les bars à vin qui ont une préférence pour les petits producteurs. Ne les cherchez pas sur les tablettes de la SAQ. Vous pouvez toutefois les commander en importation privée (voir liste d'agents).

« Les vignerons qui décident aujourd'hui de faire du vin orange sont généralement de petits producteurs audacieux et non conformistes, explique Jack Jacob, sommelier du Comptoir charcuteries et vins et importateur pour l'agence Glou. C'est un vin qui ne se prête pas vraiment aux gros volumes, entre autres parce qu'il pose un défi commercial par sa singularité. »

Marc Frandon, de l'agence Primavin, rappelle que les macérations pelliculaires prolongées étaient, historiquement, un moyen de conserver le vin plus longtemps. « Des cépages blancs comme le malvasia manquent parfois d'acidité. La macération sur les peaux donne une structure tannique, une colonne vertébrale au vin blanc. Mais le problème, c'est que les macérations longues posent plus de risques de déviations dans le vin. Par exemple, on trouvera souvent de l'acidité volatile [NDLR: Ce qui se traduit parfois par un nez de dissolvant] ».

Dans le monde très polarisé du vin, les cuvées orange ont d'ailleurs des détracteurs. Ceux-ci trouvent que la macération pelliculaire masque le terroir ou la typicité. C'est un

débat, du reste, qui oppose depuis toujours les tenants d'un vin plus « technologique » et « contrôlé » aux vignerons travaillant de manière artisanale.

Ryan Gray, copropriétaire et sommelier du restaurant Nora Gray, vit une grande histoire d'amour avec le vin orange depuis quelques mois. Sa carte en compte plusieurs et il n'a de cesse de découvrir de nouvelles cuvées. « Les vins orange font des accords absolument magiques avec les mets italiens. Puis, disons qu'à table on cherche quelque chose pour s'accorder à la fois avec un poisson, une côte de veau et des pâtes aux champignons, le vin orange sera souvent pour moi la solution miracle. Ça peut même marcher avec les sauces tomate. »

Simple mode, le vin orange? Certes, malgré sa dimension traditionnelle et historique, la macération pelliculaire sur les blancs gagne des adeptes depuis quelques années, tant chez les vignerons que chez les consommateurs à la recherche de vins qui surprennent. L'avenir dira quelle place ce « boire » un peu atypique occupera à terme sur nos cartes des vins et dans nos celliers.

# ÉCONOMISEZ

# 10%

**SUR TOUS  
LES VINS  
DU CHILI!\***

**LE SAMEDI 20 OCTOBRE  
EXCLUSIVEMENT À LA SAQ**

\*Certaines conditions s'appliquent. Détails en succursale.

## OÙ BOIRE DU VIN ORANGE?

- > Accords
- > Foodlab
- > Hôtel Herman
- > Joe Beef
- > Lawrence
- > Le Comptoir charcuteries et vins
- > Le Filet
- > Le Petit Alep
- > Les 3 petits bouchons
- > Liverpool House
- > Nora Grey
- > Pastaga
- > Pullman
- > La salle à manger

## OÙ COMMANDER DU VIN ORANGE EN IMPORTATION PRIVÉE (CAISSES DE 6 OU 12)?

- > Glou-mtl.com
- > Oenopole.ca
- > Primavin.com
- > Symbiosevins.com
- > Ward et associés (wardetassocies@gmail.com)
- > Vini-vins.com
- > Vin libre (vinlibre@videotron.ca)

(Il faut savoir que les quantités sont petites et les arrivages, irréguliers. Il se peut que les stocks soient épuisés. La bonne nouvelle? Il y a de nouveaux millésimes qui débarquent, bon an, mal an!)

## Un vin canadien remporte le Jugement de Montréal

KARYNE DUPLESSIS PICHÉ  
COLLABORATION SPÉCIALE

Le meilleur vin à base de syrah ne provient pas des plus grands terroirs de la vallée du Rhône, mais bien du Canada. C'est du moins l'opinion des chroniqueurs en vin et des sommeliers québécois qui ont élu la cuvée Equinoxe du vignoble du Vieux Pin, en Colombie-Britannique, meilleur vin à la deuxième présentation du Jugement de Montréal.

Réunis à l'occasion de ce concours qui oppose les vins du Nouveau Monde à ceux d'Europe, les experts québécois devaient choisir à l'aveugle le meilleur de 40 vins à base de syrah offerts en importation privée.

« C'est un vin qui n'avait absolument pas l'air de provenir du Nouveau Monde. Il avait un nez qui ressemblait plutôt aux vins du Rhône, avec du poivre, de la violette, un côté cassis, très floral, bien équilibré et sans [arrière-goût] de sucre qui traînait en bouche. »

« C'est un vin qui n'avait absolument pas l'air de provenir du Nouveau Monde. Il avait un nez qui ressemblait plutôt aux vins du Rhône, avec du poivre, de la violette, un côté cassis, très floral, bien équilibré. »  
— Élyse Lambert, sommelière

L'un des organisateurs de l'événement, Benoît Lecavalier, rappelle que l'an dernier le classement d'un vin de l'Ontario avait également étonné l'ensemble du jury. En effet, la cuvée «L» 2009 à base de pinot noir de Norman Hardie avait terminé cinquième parmi les grands crus de Bourgogne.

Autre surprise cette année, le vin californien Paso Robles 2006 du domaine Austin Hope termine au deuxième rang. Il s'est lui aussi taillé une place devant plusieurs vins français provenant des appellations réputées pour leur syrah, comme Côte-Rôtie et Hermitage.

Bien qu'elle ne coûte que 17\$, la bouteille du Château Camplazens du Languedoc s'est classée en cinquième place, devant un italien à 140\$ et un français à 105\$. La spécialiste Élyse Lambert n'est toutefois pas surprise de ce résultat.

« Le Château Camplazens offre un bon rapport qualité-prix, dit-elle. Ce jugement ne fait que le confirmer. »

Aucune des bouteilles présentées lors du Jugement de Montréal n'est offerte sur les tablettes de la SAQ. Elles sont plutôt vendues en caisse de 6 ou 12 bouteilles, en importation privée.

Les 20 meilleures cuvées de syrah seront disponibles au verre lors du salon du regroupement des agences spécialisées dans la promotion des importations privées des alcools et des vins [Raspipav] qui aura lieu les 3 et 4 novembre prochains à Montréal.

Le Raspipav organise depuis deux ans le Jugement de Montréal. Le concept de l'événement s'inspire du célèbre Jugement de Paris, qui s'est tenu en 1976. Lors de ce concours, deux vins de Californie avaient remporté les honneurs devant les grands crus français, un verdict qui avait bouleversé le monde viticole.

## LES 10 MEILLEURS VINS DE SYRAH AU JUGEMENT DE MONTRÉAL 2012

1- Syrah Equinoxe Okanagan 2009, Le Vieux Pin, Canada, 89\$, agent: Alain Bélanger

2- Syrah Paso Robles 2006, Austin Hope, Californie, 46\$, agent: Céleste Levure

3- Côte-Rôtie Rose Pourpre 2010, Pierre Gaillard, France, 118\$, agent: Rézin

4- Cornas 2008, Maxime Graillet, France, 58\$, agent: Réserve et sélection

5- Syrah Pays D'Oc 2011, Château Camplazens, France, 16,95\$, agent: Sélection Caviste

6- «Nardo» IGT Toscana 2008, Montepeloso, 140\$, agent: Vinealis

7- St-Joseph Serines 2009, Yves Cuilleron, France, 66,60\$, agent: Maître de chai

8- Côte-Rôtie Terres Sombres 2009, Yves Cuilleron, France: 105,20\$, agent: Maître de chai

9- Syrah IGT Toscana 2009, Villa Pillo, 30\$, agent: Société Roucet

10- Crozes-Hermitage Cuvée Gaby 2010, Domaine du Colombier, France, 38,15\$, agent: Société Roucet



PHOTO NINON PEDNAULT, LA PRESSE

Ne cherchez pas les vins orange sur les tablettes de la SAQ. Vous pouvez toutefois les commander en importation privée ou les goûter dans les restaurants et bars à vin.



PHOTO BERNARD BRAULT, LA PRESSE

« Les vins orange font des accords absolument magiques avec les mets italiens », affirme Ryan Gray, copropriétaire et sommelier du restaurant Nora Gray.

# Salud Chile

## DÉCOUVREZ LE CHILI!

Imaginez. Un pays long et étroit, au bout de la terre. Sentez. La puissance de la cordillère des Andes. Les brises fraîches de l'océan Pacifique. La Terre vivante, avec ses territoires distincts et variés, où les vins les plus exceptionnels sont fabriqués.

RÉVEILLEZ VOS SENS. DÉCOUVREZ. PARTAGEZ.



Vinos de Chile



## GOURMAND

## Négociant en pasta

ROBERT BEAUCHEMIN  
COLLABORATION SPÉCIALE  
CRITIQUE

C'est dans un local qui a eu plusieurs vies que s'est installée Fabbrica, autoproclamée «pasta shoppe». Question décor, rien de nouveau ni dans le mobilier, ni dans la disposition, ni dans l'ambiance générale, plutôt sympathique du reste, dans ce style vaguement néo-rustique souvent adopté au cours des dernières années par des décorateurs de boutiques ou de restaurants. En un sens, on adopte ici un vocabulaire du brut. On a remplacé le nom du resto, le chef et donc la carte, et réorienté le tout. Et ça donne quoi, ces changements? Le résultat global est plutôt bien. La cuisine s'est grandement améliorée sous la supervision d'un cuisinier sérieux, et la clientèle semble déjà profiter de l'allant.

À la carte, proposées sur un tableau noir – entrées chaudes, froides et pasta –, des spécialités probables, une cuisine plutôt sage dans le registre patrimonial italo-urbain, des assiettes montées avec goût et soin, des portions généreuses. Bref, un atout sérieux et surtout pris au sérieux pour ce quartier où, il n'y a pas si longtemps, tout était possible dans la mesure où les coûts étaient minimes et les profits, maximums! Et pour autant que le décor comportait des imitations de designers italiens, des chaises en plastique transparent (ou de couleur orange), il attirait les foules. Pour un temps. Jusqu'à ce que les clients s'aperçoivent qu'on ne peut pas monter une affaire avec un peu de vent et de la cuisine improvisée. Heureusement, ce temps-là semble révolu.



Fabbrica propose une cuisine plutôt sage dans le registre patrimonial italo-urbain.

Dans la section des entrées chaudes, nous avons opté pour des beignets frits de fleurs de courgettes farcis à la mozzarella et aux anchois. Spécialité universellement aimée de la fin de l'été et du début de l'automne, ces fritures attestent de l'intérêt croissant pour la cuisine de saison, en saison! Les beignets sont croustillants, mais manquent un peu de sel. La texture fondante de la garniture est parfaitement adaptée au craquant de la pâte; ce sont des bouchées simples et toniques. Autrement, une tomate assez mûre est découpée et farcie de mozzarella (de vache), laiteuse et bien assaisonnée. La présentation reste originale pour une caprese méridionale: saveurs et textures justes, juxtaposées

autour d'un condiment au basilic frais, un trait d'huile d'olive. Souvent il n'en faut pas plus. Dans ce type de cuisine, la difficulté réside dans la retenue, la pudeur, comme une petite gêne dans l'ajout. Tout doit être incorporé du bout des doigts sinon on se plante.

Côté pâtes, le chef sait y faire et on le sent légèrement effréné avec sa dizaine de propositions, toutes adaptées à l'automne, beaucoup de champignons, de tomates fraîches ou en sauce, de fromage. Nous avons donc choisi des tagliatelles de très bonne qualité, savoureuses, encore fermes au centre, qu'on aura enroulé dans une sauce onctueuse aux porcins. Puis, comme un contrepoint surprise, le

chef vient lui-même râper du foie gras (à partir d'un bloc surgelé, enturbanné dans une serviette), un caprice qui doit certainement ajouter quelques dollars au plat, mais qui, au fond, n'apporte pas grand-chose. Les gnocchi, nappés d'une sauce tomate crémeuse et vraiment suave, ne déçoivent jamais quand ils ont, comme ici, cette qualité aérienne. Des raviolis sont farcis de ricotta et nappés de beurre fondu et de sauge sautée dans le gras et saupoudrés de Parmigiano Reggiano, et ça donne habituellement un grand classique de saison froide, qu'on avale goulûment tellement c'est bon. Ce qui serait le cas si les cuisiniers n'avaient échappé la salière et raté la sauce. Dommage

pour la pâte si délicate qui se déchire avec le bout de la fourchette, et cette farce, précisément assaisonnée, elle.

En finale, la torta caprese, un gâteau sans farine fait d'amandes mondées et de chocolat, au goût bien beurré avec une petite touche d'alcool que je ne réussis pas à identifier, joue à fond la sensualité de la fin du repas.

## FABBRICA

6896, rue Saint-Dominique  
514-564-3842

> Prix: Cher. Entrées autour de 15\$, pastas 21-30\$, 10\$ le verre de vin, la facture monte vite. Comptez autour de 180\$ à deux avec quelques verres de vins (4), les taxes et le service.

> Vins: Carte assez limitée, mais les choix ne sont pas inintéressants. Au verre, c'est plutôt écriqué et à 10\$ pièce, on fait vite monter les enchères. Difficile de comprendre pourquoi ce genre de restaurant n'adopte pas une véritable approche d'œnothèque comme cela se pratique de plus en plus. En bouteille, des crus à prix un brin boursoufflés.

> Faune: Néo-bobos du quartier, nostalgiques de la boiserie et du voyage en Toscane.

> Service: Volontaire et souriant, affichant un souffle communicatif, bref, à son affaire.

⊕ Surtout cette cuisine domestique, ramassée, expressive qui, malgré quelques «hics», reste très distinguée.

⊖ Des prix assez excités pour des pâtes, et pour le reste aussi.

On y retourne? Oui, si on gagne à la loto....

## À NOTRE GOÛT

## Un peu de soleil rue Saint-Denis

VIOLAINE BALLIVY

Pas de souvlaki, pas de gyros: Ilios, nouveau comptoir qui s'est installé rue Saint-Denis, s'écarte des lieux communs trop souvent visités par les restaurants rapides à Montréal, qui résument à des sandwiches bien gras l'essentiel de la cuisine grecque. Et pour cause. Fouli Tsatoumas cuisine pour ses clients comme elle le fait pour ses trois enfants, qui

mangent ici régulièrement et pour qui elle ne souhaite que des plats traditionnels, préparés avec des aliments frais et sains. Dans son réfrigérateur, donc, on trouvera plusieurs plats préparés à base de haricots blancs – de la soupe et un ragout à la tomate –, des quiches aux poireaux et feta, une moussaka à l'agneau bien relevée et peu grasse et plusieurs plats de légumes grillés, des purées d'aubergine et un



La propriétaire Fouli Tsatoumas propose des plats traditionnels, préparés avec des aliments frais et sains.

houmous particulièrement savoureux. Fouli Tsatoumas a appris de son père, cuisinier en Grèce, l'art de la

pâtisserie. Il faut passer à la boutique en fin d'après-midi pour s'enivrer de l'odeur des melomakarona, petits

biscuits de semoule à la fleur d'oranger gorgés de miel, ou goûter avec un café son cake moelleux préparé avec de l'huile d'olive, comme le sont tous ses desserts. «Je veux montrer aux gens que l'huile d'olive ne sert pas qu'à faire de bonnes salades!», dit la chef. Étonnamment clair pour un demi-sous-sol, le restaurant compte une dizaine de places assises, mais on préférera nettement prendre une série de petits plats à partager pour emporter, acheter quelques bouteilles de vin grec et se faire une soirée thématique à la maison avec des copains. Un triste lundi d'automne vous paraîtra rarement aussi lumineux.

Ilios, 3922, rue Saint-Denis. De 11 h à 20 h du lundi au vendredi, jusqu'à 18 h le week-end.

## AU MENU



## Bière

Big Ben Porter de  
Brasseurs du Monde

## La meilleure du monde

Tandis que les experts se chamaillent à savoir s'il faut écrire «un» ou «une» porter, les Brasseurs du Monde, eux, ne passent pas par quatre chemins et mettent en marché la Big Ben, une bière que les World Beer Awards 2012 ont qualifiée de meilleure bière porter du monde. Bien plus qu'une bière-dessert, c'est certainement une bière des plus agréables à déguster en son genre. Son arôme rappelle la crème brûlée et son goût est un riche mélange de grains torréfiés et de houblon qui ne laissent qu'un très faible arrière-goût en bouche. Avec sa Big Ben, la microbrasserie de Saint-Hyacinthe se hisse au sommet d'une catégorie, les bières porter et stouts, jusque-là dominée par ses homologues de la côte ouest américaine. Là-dessus au moins, les experts s'entendent.

— Alain McKenna, collaboration spéciale

4,5/5



## Fromage

14 Arpents



## Des parfums de noix

La fromagerie Médard, au Lac-Saint-Jean, est une affaire de famille: la fromagère en chef, Rose-Alice Côté Boivin, est de la sixième génération à travailler sur la ferme ancestrale. La jeune femme veille à la préparation de huit fromages, dont ce 14 Arpents, un carré fermier préparé exclusivement avec le lait riche d'un troupeau de Suisses brunes qui doit son nom au chemin des 14 Arpents longeant les terres où elles paissent. Très crémeux, recouvert d'une croûte lavée orangée, il est vendu après 30 jours d'affinage, déploie des parfums de noix assez prononcés qui gagnent en force avec le temps. À servir tempéré en fin de repas, ou en tartiflette, pour un remplacement plus relevé et québécois du traditionnel Reblochon savoyard. En vente chez les fromageries Hamel et certains supermarchés.

www.fromageriemedard.com

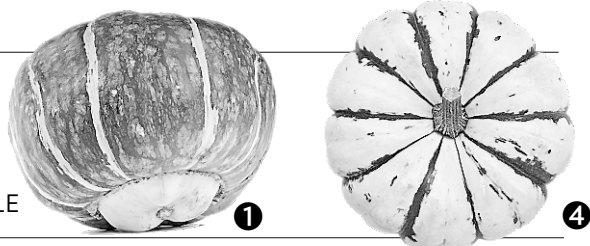
— Violaine Ballivy

3,5/5



X5

MÉLANIE ROY, COLLABORATION SPÉCIALE

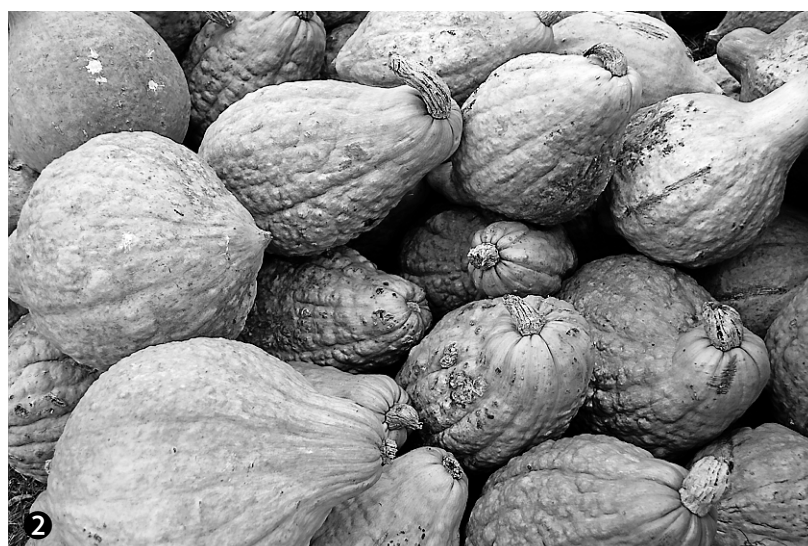


# Courges d'hiver

Lady Godiva, Galeuse d'Eysines, Turban d'Aladin, Pink Jumbo Banana, Small Sugar... Avec leurs noms burlesques et leurs formes baroques, les courges d'hiver sont bel et bien les fruits d'octobre. Louise Gagnon, auteure de *Sous le charme des courges et des citrouilles*, se fait l'entremetteuse de ces « belles inconnues » et propose cinq variétés à apprivoiser.

## 1 LA BUTTERCUP

Hybride entre la Sweet Mama et le potimarron, la Buttercup se reconnaît à sa forme plate du côté du pédoncule, « un peu comme un tambour », décrit Louise Gagnon. Sa chair est fine, moelleuse et très peu fibreuse. Et d'un bel orange vif, signe d'une valeur nutritive élevée (elle regorge de bêta-carotène – vitamine A). Son goût est sucré et dégage des arômes de noix. Louise Gagnon l'a retenue pour sa polyvalence et sa disponibilité – elle fait partie des variétés qu'on peut se procurer facilement, en saison, dans les supermarchés. Elle donne de l'onctuosité aux potages, il suffit de la faire cuire au four avec son épaisse pelure (indice d'une longue conservation), après lui avoir retiré ses pépins. Si, de manière générale, les courges et les épices s'agencent bien, celle-ci est particulièrement délicieuse mariée aux parfums de ces cinq-épices chinois.



## 3 LA JACK-BE-LITTLE

Cette courge lilliputienne, modèle réduit des citrouilles d'Halloween (Jack-O-Lantern), gagne à être « autre chose qu'une petite potiche ». D'où le désir de Louise Gagnon de la faire découvrir autrement que pour ses charmes décoratifs. La Jack-be-Little a une chair sucrée dont le goût s'apparente à celui de la châtaigne. Vidée, elle se transforme en cocotte comestible pour le potage ou, version dessert, pour la crème brûlée, que Louise Gagnon aromatise au chai pour retirer le maximum du contraste des saveurs. Une façon d'ouvrir cette minicourge à l'enveloppe coriace en minimisant les risques de blessure: la déposer sur une planche à découper, planter un couteau à la lame solide dans la peau et frapper sur le manche à petits coups de marteau pour la séparer en deux parties égales. Pour un clin d'œil au patrimoine québécois, on peut simplement couper le chapeau du fruit, l'évider, le remplir d'une noisette de beurre et de sirop d'érable, l'enfourner 20 minutes à 350°F et déguster.

de noisettes) lui a plu au point de la dévorer tout entière à la sortie du four, à la petite cuillère... On la reconnaît à son renforcement du côté de la tige et elle atteint le bon degré de mûrissement et son plein potentiel de saveur lorsque sa peau ivoire est picotée de taches de roussure. On le devine à son appellation, c'est la courge de prédilection pour les desserts, bien que ce ne soit pas son unique vocation. Louise Gagnon a notamment conçu pour celle qu'on surnomme Patidou une mousse bien nommée tigidou, composée de blancs d'œufs, de sucre et d'amandes grillées. Elle donne aussi du moelleux et de la richesse aux pâtisseries, à la crème glacée et... à la pâte à pouding chômeur.

## 5 LA DÉLICATA

La Délicata est moins sucrée que la précédente. On compare ses arômes à ceux de la patate douce et du maïs frais. De format « célibataire », elle a l'avantage de se conserver longtemps et la particularité de s'apprêter crue, coupée en julienne à la mandoline, par exemple. Octobre est le mois pour faire des provisions; dès novembre, elle commencera à se raréfier dans les champs. À moins de la laisser vieillir à la maison, il faut préférer celle dont la peau couleure crème est marquée de longues stries orangées. Louise Gagnon suggère de la manger farcie à toutes les sauces: viande, lentilles, fromage. Ou, comme sa forme oblongue s'y prête bien et que sa peau tendre est comestible, de la tailler simplement en rondelles, lesquelles auront été arrosées d'huile d'olive et assaisonnées de piment d'Espelette ou de Cayenne avant d'être grillées.

## OÙ LES TROUVER?

Au marché Jean-Talon, Les Jardins Mil'herbes (bios) et le Potager Mont-Rouge offrent la plus grande variété. En saison, plusieurs supermarchés tiennent, outre les Butternut, spaghetti et poivrée, certaines courges plus méconnues, comme la Buttercup et la Délicata.

## 2 LA HUBBARD BLEUE

On distingue la Hubbard bleue à sa peau bosselée et à son teint gris-bleu, zinc. Il ne faut toutefois pas se laisser intimider par les airs monstrueux qu'elle se donne ni par sa taille, qui peut atteindre celle d'une pastèque. Louise Gagnon recommande cette variété à ceux moins tentés par les légumes sucrés. Et à ceux qui chercheraient, à tout hasard, une occasion de se défouler... Car elle a mis au point une technique pour fendre la peau robuste de la Hubbard et faciliter sa découpe. Elle consiste, rien de moins, à déposer la courge dans un sac en plastique et à la fracasser contre le sol. Si possible sur une surface assez dure (du béton) pour éviter qu'elle rebondisse. Le truc est infailible (au risque d'alarmer les voisins d'en dessous). Comme elle se tient bien à la cuisson, Louise Gagnon en fait des cubes pour ses caris et mijotés. Elle est aussi la solution de rechange aux pommes de terre, en frites ou dans le pâté chinois, d'autant plus qu'elle fait bon ménage avec le maïs.

## 4 LA SWEET DUMPLING

Pour Louise Gagnon, la Sweet Dumpling est LA courge originelle, la première de toutes, celle qui l'a fait chavirer dans le monde des cucurbitacées. Son goût de pâte d'amande (on dit aussi d'amandes caramélisées et



## TESTÉ

VIOLAINE BALLIVY

## Les compotes de fruits



ST-MAMET  
Pomme  
pruneau

Un produit de très belle qualité, sans doute le plus près des compotes maison faites avec des fruits les plus mûrs

possible. Le mariage pomme-pruneau est bien réussi et fait en sorte que, même sans sucres ajoutés, l'équilibre entre l'acidité et la douceur est atteint.  
4,89 \$ pour 4 x 95 g

4,5/5



LES COMTES DE PROVENCE  
Compote de mirabelles avec morceaux

C'est la compote des grands jours: dorée, riche en morceaux de fruits fondants et parfumés, que

l'on imagine cueillis à point presque déjà confits par le soleil. Assez sucrée – mais moins que la Bonne Maman – et chère, on la réserve pour les brunchs d'occasion.  
8,49 \$ pour 560 g

4,5/5



ANDROS FRUIT POCKET  
Pomme et poire

Une compote d'une grande finesse et d'un joli doré qui goûte bien la poire, même si la pomme domine la liste des ingrédients. Même emballage apprécié des enfants que les Gogo Squeeze, cette compote contient un peu de sucre ajouté, mais reste un bon choix pour la collation.  
3,39 \$ pour 4 x 100 g

4/5



GOGO SQUEEZ DE MATERNE  
Pomme et banane

Sans sucre ajouté, cette purée est pourtant tout sauf acide. Son goût de banane bien mûre, très prononcé, adoucit tout le mordant de la pomme et lui donne une texture plus épaisse, quoiqu'un peu douceuse.

Facile à glisser dans la boîte à lunch.  
2,50 \$ pour 4 x 90 g

3,5/5



BONNE MAMAN  
Rhubarbe

Une compote, vraiment? C'est si sucré qu'on croit s'être trompé et avoir trempé sa cuillère dans un pot de confiture. Dommage: c'est justement le petit goût acidulé de la rhubarbe que l'on aime, inexistant ici. Un choix pour garnir les tartes

ou sucrer un yogourt nature, pas pour remplacer un fruit en fin de repas.  
5,99 \$ pour 530 ml

2,5/5

Les produits de cette semaine ont été trouvés chez Metro, à la Concession et à la Fruiterie Mont-Royal.



## Courges à saveur d'automne

TEXTES ET PHOTOS  
CHRISTELLE TANELIAN  
COLLABORATION SPÉCIALE

Le thème de cette semaine est donc les courges, mais il aurait aussi bien pu être « courge et amande », car c'est unis que ces deux ingrédients m'ont inspirée.

Ça n'est pas ma faute, mais celle de la courge musquée, de sa saveur si douce et de sa texture crémeuse, une fois qu'elle est cuite. La courge poivrée, au goût de noisette un rien plus corsé que la courge musquée, est aussi en cause. De noisette à amande, il n'y avait qu'un pas... que j'ai osé franchir.

Avec la courge poivrée, j'ai revisité l'hoummos, cette fameuse tartina de pois chiche. Je vous le demande: pourquoi les pois chiches devraient avoir le monopole de l'hoummos? J'ai remplacé le « tahini », le beurre de sésame habituellement utilisé dans l'hoummos, par du beurre d'amande et j'ai allongé ma préparation avec de l'huile... d'amande! Un nouveau joueur a assurément fait son entrée dans la cour des hoummos.

J'ai continué sur la même lancée avec les muffins à la courge musquée et aux épices, en utilisant du lait d'amande en plus du beurre d'amande. Rassurez-vous, le goût reste subtil et la courge vient avant tout apporter une texture moelleuse à la pâte.

Un ami – un peu poète – à qui j'ai donné quelques muffins vient de m'écrire pour me dire: « Bons petits muffins. Plein de saveurs d'automne! »

Je suis rassurée: on ne pourra pas dire que je prends mes lecteurs pour des courges.

### MUFFINS D'AUTOMNE À LA COURGE MUSQUÉE ET AUX ÉPICES

Pour 6 gros muffins ou 12 petits

#### INGRÉDIENTS

- > 1 1/2 tasse (environ 250 g) de courge musquée (aussi appelée « doubeurre » ou « butternut »), pelée et coupée en dés
- > 2 tasses de farine tout usage
- > 1 c. à thé de levure chimique
- > 1 pincée de sel
- > 1/3 de tasse de cassonade
- > 1/2 c. à thé de cannelle moule
- > 1/2 c. à thé de clou de girofle moulu
- > 1/4 c. à thé de noix de muscade moule
- > 1 œuf
- > 1 tasse de lait d'amande (ou de lait de vache)
- > 3 c. à soupe de beurre d'amande (ou de beurre fondu)
- > Le zeste d'une orange
- > 1 tasse de canneberges séchées

#### PRÉPARATION

1. Dans une casserole d'eau bouillante, plonger les dés de courge et les cuire pendant 20 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient bien tendres. Égoutter et laisser tiédir pendant 15 minutes.
2. Dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients secs.
3. Dans un autre bol, mélanger les dés de courge, l'œuf, le lait d'amande, le beurre d'amande et le zeste d'orange.
4. Verser le mélange liquide au centre du mélange sec, ajouter les canneberges et bien mélanger.
5. Beurrer au besoin un moule à muffins et y répartir le mélange.
6. Cuire au four à 350°F pendant 25 minutes ou jusqu'à ce que la pointe d'un couteau, piquée dans un muffin, ressorte propre et sèche.

### HOUMMOS DE COURGE POIVRÉE ET AMANDE

Pour 4 personnes

#### INGRÉDIENTS

- > 1 1/2 tasse (environ 250 g) de courge poivrée (aussi appelée « courgeron » ou « acorn »), cuite
- > 2 gousses d'ail, dégermées et hachées très finement
- > 1 c. à soupe de beurre d'amande
- > 2 c. à soupe d'huile d'amande (ou d'huile de noix ou huile neutre: canola, tournesol)
- > Filet d'huile d'olive
- > Facultatif: les graines de courge, lavées, séchées, légèrement huilées (1 c. à soupe) et salées, puis rôties au four à 300°F pendant 25 minutes, ou jusqu'à ce qu'elles soient dorées.

#### PRÉPARATION

1. Trancher la courge en deux dans le sens de la longueur et, à l'aide d'une cuillère, la vider de ses graines.
2. Disposer les deux moitiés de courge, chair vers le haut, sur une plaque recouverte de papier sulfurisé et enfourner à 400°F pendant 35-40 minutes ou jusqu'à ce que la chair de la courge soit tendre.
3. Sortir la courge du four et la laisser tiédir pendant 15 minutes.
4. À l'aide d'une cuillère, gratter l'équivalent d'une tasse et demie de chair de courge et la transférer dans un bol. Ajouter l'ail, le beurre d'amande et l'huile.
5. À l'aide d'un robot-mélangeur ou d'un mélangeur à main, réduire le tout en purée. Ajouter de l'huile ou un peu d'eau au besoin, si la texture n'est pas assez lisse à votre goût.
6. Garnir d'un filet d'huile d'olive et de quelques graines de courge rôties. Accompagner de pointes de pain pita.

On peut aussi se servir de l'hoummos pour tartiner des sandwiches.

