



Jardins: Lise Gobeille profite du **temps de la lavande** Page D 6



Saveurs: Philippe Mollé opte pour **les produits de saison** du Québec Page D 5

# PLAISIRS

CAHIER D > LE DEVOIR, LES SAMEDI 21 ET DIMANCHE 22 JUILLET 2012



PHOTOS ÉMILIE FOLIE-BOIVIN

À Norfolk, les mastodontes de mer s'alignent sur les quais.

TOURISME ÉTATS-UNIS

## Il était de bien grands navires

### Flirt avec la sainte paix à l'ombre des machines de guerre de Norfolk

Il y a plusieurs signes indiquant que la vie est paisible ici. Et ça n'a rien à voir avec l'armée de bateaux de guerre stationnés dans la base navale de Norfolk, la plus imposante base aéronavale du monde.

ÉMILIE FOLIE-BOIVIN  
à Norfolk

Devant les maisons en rangée sans terrain dominant sur la passante rue Boush, on peut voir une paire de Nike Air Pegasus flambette sécher sur le pas de la porte à côté d'un barbecue au charbon portatif. Ici, la confiance règne. Et si, en plein après-midi, la curiosité vous fait entrer par infraction dans le *nightclub* lascif du Granby Theater, vide, mais rempli de bouteilles de spiritueux laissées à elles-mêmes, la police prendra un quart d'heure à arriver sur les lieux. Vous ne pourrez qu'être éberlué par sa dégage décontractée lorsqu'on vous lancera: «*Donc, j'imagine que vous avez volé du Bombay Sapphire, mais que vous avez attendu qu'on arrive pour nous dire bonjour?*», mais pas autant que lorsque son collègue débarquera — «*Hey, what's up buddy!*» — et que l'agent se désintéressera complètement de vous. Pour dire, même les oiseaux font leurs nids sur des branches à la hauteur de nos yeux qui pendent en plein milieu du trottoir. Plus serein que ça...

Pourtant, il y a une trentaine d'années, la cité portuaire de Norfolk était l'une de ces enclaves sans intérêt que les excursionnistes traversaient en appuyant sur le gaz, préférant le sable de Virginia Beach et la ville coloniale de Williamsburg qui vit comme au XVIII<sup>e</sup> siècle, à cette ville militaire autrefois peu recommandable.

Dans les années 1980, une sévère reconstruction plastique de son bord de mer a été effectuée, car il n'y avait aucun endroit où arrimer un bateau en visite. Le passage du voilier norvégien *Christian Radich*, notamment, qui a attiré 13 000 personnes en une journée et demie, est venu secouer les planificateurs urbains et ancrer la nécessaire remise en valeur de l'héritage nautique de la région.

Il n'en fallait pas plus pour que la ville balance la boule de démolition sur les bâtiments surannés pour ouvrir le littoral au public, réinvente son centre-ville par d'ambitieux projets résidentiels. Un coup de plume sur ses quartiers historiques, comme Freemason et Ghent, la création du Town Point Park pour tenir les grands rassemblements et festivals, et puis tadam!

La métamorphose totale de son panorama et de son milieu de vie lui a valu bien des éloges de comités de la contrée et Norfolk est aujourd'hui devenue le centre

historique et urbain de la région de Hampton Roads.

Tout ça, elle l'a réussi sans renier sa principale activité économique; au petit matin, la cuirasse d'acier des machines de guerre en réparation sur la rivière Elizabeth sert de toile de fond aux retraités qui font leur jogging matinal sur la promenade. Rythmés par le martèlement des soudeuses, ils longent les yachts amarrés à la marina avant que le climat subtropical de la Virginie ne leur tombe dessus à l'heure du lunch.

#### Monter à bord

Depuis, Norfolk est la ville maritime par excellence, et accueille chaque année une flotte de bateaux de partout dans le monde pendant son Norfolk HarborFest. Le Town Point Park, fraîchement remis à neuf — sept acres de gazon où, le reste de l'année, se tiennent plusieurs célébrations gastronomiques et vinicoles ainsi que des concerts gratuits et du cinéma sous les étoiles —, accueille alors un demi-million de visiteurs. Ils s'y ruent pour plusieurs raisons toutes aussi savoureuses les unes que les autres: voir les embarcations se pavaner dans la péninsule, butiner dans les kiosques de la stomacalement lubrifiante foire alimentaire servant des collations de *funnel cake* et de pilons de dinde jusqu'à 23 h. Mais, surtout,

**Norfolk est la ville maritime par excellence et accueille des bateaux de partout dans le monde**



Femmes et marins se reluquent sur le bord de la rivière Elizabeth.

pour monter à bord de ces puissants vaisseaux, serrer la pince du capitaine et, avec de la chance, frayer avec un officier en congé de service.

#### Nauticus et Wisky

Mais encore. Garçonnetts et amateurs de Battleship (du célèbre jeu davantage que du récent film qui en a été tiré, un abyssal naufrage au box-office, puisque la question vous traversait sûrement l'esprit à cet instant précis) trouveront à Norfolk le parc thématique parfait

parce qu'une flotte de colosses blindés barbote en toute liberté contrôlée.

Près du rivage, Nauticus, un disneyesque centre de divertissement scientifique et interactif sur trois étages, explore le thème du pouvoir de la mer sous plusieurs aspects, allant du transport de marchandises à la faune marine jusqu'à la déclinaison des différents types de nœud. Certes, un superbe espace propre et rangé comme les Américains savent en faire montre photos et maints arte-

facts de la guerre civile, la vie des corps de marines au repos entre deux batailles, mais c'est aussi un endroit pour apprendre comment sont conçus les navires de guerre, avant d'en voir un de très, très près.

Car l'attraction-vedette de Norfolk est sûrement le *USS Wisconsin* — de son surnom affectueux *Wisky* —, un cuirassé de la United States Navy qui a servi lors de la Seconde Guerre mondiale, lors

VOIR PAGE D 3: NORFOLK

## PLAISIRS

## TOURISME

Il faut suivre de près l'offre touristique des îles de la Madeleine. On peut s'y rendre grâce à différentes croisières thématiques, ou encore aller prendre le traversier à l'Île-du-Prince-Édouard.

## Long-courrier



LIO KIEFER

## CALIFORNIE, VERS SAN DIEGO

« Californie à la mi-août: vous auriez quelques suggestions de trucs à ne pas manquer entre Los Angeles et San Diego? Et pour le logement, plus spécifiquement à San Diego? »

J. Allard, Montréal

Je vous réfère à mon blogue du *Devoir*, où je viens de terminer récemment un parcours de Frisco à L.A. Pour ce qui est de la route qui part de L.A. à San Diego, il faut d'abord se tirer des griffes des intersections et des autoroutes à la sortie de L.A. Prenez la direction du port, au sud, à partir du centre de L.A., et lorsque vous apercevrez la première indication vers San Diego, suivez-la. Cela vous mène aux plages de Malibu. En dehors des maisons m'astu-vu-sur-la-plage ou m'astu-chez-Porsche-ou-à-la-manucure, il y a des cocotiers et quelques jeunes éphèbes au torse rasé qui tiennent leurs planches à surf sous le bras.

Sur la Pacific Coast Highway Road, on met des heures pour arriver à San Diego. Si vous vous arrêtez à Anaheim, c'est le royaume de Mickey. Laguna Beach est quant à elle connue pour sa collection d'art sur la plage, Dana Point Harbor, pour ses migrations de cétacés, Mission San Juan Capistrano et San Clemente, pour les éléphants de mer et La Jolla, pour ses maisons kitsch et pour la plage où ramasser un coquillage est passible d'une amende.

À San Diego, la Pensione Hotel, dans la Petite Italie, est un hôtel à recommander. [www.lapensionehotel.com](http://www.lapensionehotel.com)

## TORONTO POUR ADOS?

« Est-ce que Toronto est une ville intéressante pour une adolescente de 15-16 ans? Nous serons en route pour Huntsville. Y aurait-il un B & B ou un hôtel abordable entre les deux villes ou proche des sorties de la ville de Toronto? »

Crayon rouge

Il y a un B & B sympa à Toronto, le 312 Seaton: 312Seaton.com

Pour ce qui est de l'intérêt de la ville pour une ado, je n'ai au-



MARK RALSTON AGENCE FRANCE-PRESSE

Des surfers, planches sous le bras, à Malibu.

cul doute là-dessus. Il y a d'abord la rue Young pour les designers de mode. La ville offre aussi des espaces de verdure pour rollers et autres engins à roulettes du lac Ontario et de ses îles. Sans oublier les concerts au Skydome. Pour la dépayser, il y a le quartier chinois, le quartier italien et les pizzas et le quartier polonais pour des milliers de sortes de saucisses.

## À SUIVRE

Il faut surveiller les différents forfaits que propose la CTMA sur ses traversées en bateau au départ de Montréal pour les îles de la Madeleine. On parle de traversées classiques, avec des départs chaque vendredi matin de Montréal pour rejoindre les îles le dimanche matin, avec retour des îles le mardi soir avec escales à Chandler et Québec. Une sorte de tout-compris marin en cabine, avec des salles de bains privées ou partagées. Restaurant à la carte pour le soir et buffets au petit-déjeuner et le midi.

De plus en plus, le *Vacancier* propose des croisières thématiques. Du 31 août au 7 septembre: « Gastronomie du Québec », avec des chefs à bord (Jean-Paul Grappe, Denis Girard) qui mettent en valeur les produits régionaux du Québec et des îles. L'itinéraire comprend le fjord du Saguenay. Du 7 au 14 septembre: « Sur les traces des explorateurs du Saint-Laurent », avec, à bord, des historiens et des conférenciers. Du 14 au 21 septembre: « Une croisière rétro », avec de la musique et des danses des années d'antan.

Toutes les traversées classiques ou thématiques peuvent être jumelées à des forfaits Saveurs, Vélo, Art et culture ou Aventure.

Il y a la possibilité de rester à coucher sur le bateau à Cap-aux-Meules et de faire des escapades accompagnées ou en toute liberté.

[www.croisieresctma.ca/fr/](http://www.croisieresctma.ca/fr/)

Pour ceux qui veulent simplement utiliser le traversier pour se rendre aux îles, on va jusqu'à Souris à l'Île-du-Prince-Édouard, pour une traversée quotidienne (cinq heures de trajet environ). [www.ctma.ca/traversier-madeleine/index.cfm](http://www.ctma.ca/traversier-madeleine/index.cfm).

## BONNES ADRESSES

« Merveilleuse et verte, très verte l'Irlande. Elle a réussi à séduire mon conjoint qui n'est pas du tout voyageur. Nous y avons passé deux semaines avec des Irlandais tout à fait charmants dans un pays très vert, où le temps change toutes les trente minutes, ce qui fait que nous y avons vu des fleurs de toutes sortes dans des endroits tout à fait incongrus en plus de moutons de toutes les couleurs... et bien des vaches. Nous avons vraiment fait le tour de l'Irlande avec nos 2000 kilomètres au compteur. Heureusement que nous avions loué une auto. C'est, d'après nous, le seul moyen de bien visiter l'Irlande, car ce ne sont pas ses monuments ou châteaux qui sont les plus courts, mais ses paysages, ses petits villages, ses bords d'océan (c'est une île...) La conduite à gauche n'est pas vraiment un problème en soi. Cela demande un peu de concentration au début, mais déjà la deuxième journée, cela est acquis. Par contre, les routes sont très étroites et bordées de murs de pierre, au sud surtout; il faut donc faire attention de ne pas trop serrer à gauche. L'Irlande est un pays qu'on aime d'abord pour ses habitants, qui sont franchement sympathiques et qui commenceront toujours une conversation par des

commentaires sur le temps qu'il fait. Ce sont aussi des gens qui ont beaucoup de points communs avec les Québécois, tant au chapitre des valeurs qu'au chapitre des façons de faire. La nourriture et la bière y sont excellentes. Les pubs sont nombreux et agréables. C'est là que l'on rencontre les gens du village, souvent avec leur famille (les enfants sont autorisés jusqu'à 8-9 heures).

Il ne faut pas croire les guides. Belfast et Dublin ne sont pas grises. Elles sont très jolies et sont dignes d'être des capitales européennes même si elles sont petites. Il n'y a pas de coins de l'Irlande que nous regrettons d'avoir visités, car l'Irlande n'est pas monotone. Étonnamment, chaque région a ses particularités, ce qui fait que, quand vous êtes dans le nord ou dans le sud, c'est très différent. Nous avons toujours été dans des Bed & Breakfast, dont la plupart ont été choisis dans Le Routard et dans un guide donné à l'aéroport qui s'appelle Bed & Breakfast Ireland 2012. En arrivant à l'aéroport, nous avons eu la très bonne idée de réserver par l'entremise du bureau de l'office du tourisme nos deux dernières nuits en Irlande. Heureusement, car nous n'aurions pas eu de chambres à Dublin puisqu'il y avait un spectacle des Red Hot Chili Peppers en ville et que tout était plein. Tous les endroits où nous avons logé ont été fantastiques. De la chambre du XVIII<sup>e</sup> siècle à Moy au pavillon de banlieue à Kilkenny, nous avons été bien reçus et nous avons mangé partout. Pour ce qui est des achats, à part le whisky et la laine, il n'y a pas énormément de choses. En tant que touriste canadien, par contre, on peut demander le remboursement des 15 à 25% de taxes. Le processus est complexe mais, si vous achetez pour une certaine somme, cela pourrait s'avérer une bonne chose.

L'Irlande, c'est prendre son temps, c'est se retrouver, c'est vivre chaque minute, c'est profiter de la nature, c'est se reposer l'esprit et se raviver le cœur. Depuis notre retour, mon conjoint ne cesse de dire quel beau voyage nous avons fait. Enfin, je l'ai gagné à l'idée du voyage et c'est l'Irlande qui a charmé son cœur. »

Christian Gosselin, Montréal

Pour vos questions, bonnes adresses, découvertes, trucs, envies, bons et mauvais souvenirs de voyage : [lkiefer@ledevoir.com](mailto:lkiefer@ledevoir.com). Pour mon blogue: [ledevoir.com/liokiefer](http://ledevoir.com/liokiefer).



YAN DOUBLET LE DEVOIR

Le phare de l'île Verte est le plus ancien du Saint-Laurent.

## AU QUÉBEC

## Île Verte: symbiose avec la nature

CLAUDE MORIN

« Souvent, les touristes qui viennent à l'île nous demandent: qu'est-ce qu'il y a ici de différent? Je leur réponds: c'est le silence, relate le maire de la municipalité de Notre-Dame-des-Sept-Douleurs de l'île Verte, Gilbert Delage. On entend distinctement toutes les vibrations de la nature, des chants d'oiseaux jusqu'au souffle des baleines au large, et ce, sans nécessairement les voir. »

Quiconque a déjà fait un séjour sur l'île, sise à la hauteur du village de L'Isle-Verte sur la terre ferme, en reconnaît tout le charme exotique, empreint d'une symbiose avec la nature.

C'est d'ailleurs la volonté commune exprimée, non seulement par les quelque 30 résidents permanents de cette grande île de l'estuaire du Saint-Laurent, mais aussi de l'ensemble des 300 à 350 personnes qui y habitent au total, selon des périodes de temps variables dans l'année. « Le tourisme que nous avons sur l'île est orienté vers la nature et l'éco-tourisme, indique Gilbert Delage. Je dis souvent à la blague: nous, on n'a pas une vue sur le fleuve, on est dedans. »

## Un phare et trois musées

Avec ses 203 ans d'existence, le phare de l'île Verte revendique fièrement son droit d'attacher sur l'ensemble des sentinelles lumineuses du Saint-Laurent. La petite municipalité de Notre-Dame-des-Sept-Douleurs souhaite bientôt l'acquérir du gouvernement canadien, étant déjà propriétaire des maisons du phare, tout juste rénovées en 2011.

De la Fête nationale du Québec à la fête du Travail, trois musées ouvrent leurs portes aux visiteurs sur l'île Verte: le

Musée du Phare, le Musée ethnologique de l'école à Michaud et le Musée du squelette, chacun animé par des guides enthousiastes, désireux de partager leurs étonnantes connaissances. Les ornithologues chevronnés le savent, l'île Verte représente également un lieu exceptionnel pour l'observation des oiseaux au Québec. Au total, 365 espèces différentes ont été répertoriées sur l'île, tant les oiseaux migrateurs, côtiers et forestiers.

## La nécessaire modernisation

Notons qu'un nouveau baccapasseur, actuellement en construction au chantier maritime Forillon de Gaspé, desservira l'île en 2013 ou 2014. Le futur traversier viendra prendre la relève de *La Richardière*, qui achève sa vie utile après 52 ans de service.

« Outre le bateau, nos deux quais sur l'île et le long du littoral de L'Isle-Verte ont été restaurés l'automne passé, pour un projet global de 3 millions, explique le maire Delage. Pour moi, il était important de rafraîchir la traverse, ce qui comprend le bateau [en service de la fin-avril à la fin-novembre] et ses deux quais. Notre nouveau navire sera "vert" parce que mu autant au diesel qu'à l'électricité. »

La Ville planche également sur un projet de navette tout à l'électricité. « On veut avoir un circuit complet de transport électrique. On s'appelle l'île Verte, on veut que ce soit le plus vert possible. »

Collaboration spéciale  
Le Devoir

[www.ileverte.qc.ca](http://www.ileverte.qc.ca)  
[www.bassaintlaurent.ca](http://www.bassaintlaurent.ca)  
[www.ileverte-tourisme.com](http://www.ileverte-tourisme.com)  
[www.ileverte-municipalite.com](http://www.ileverte-municipalite.com)



YAN DOUBLET LE DEVOIR

Le traversier nommé *La Richardière*.

## HÉBERGEMENT EN RÉGION

## CHAUDIÈRE - APPALACHES

## AUBERGE DES GLACIS

Une aventure au moulin à 1h de Québec! Forfait avec souper gastronomique à partir de 126\$/pers. Autres forfaits: croisière dans l'archipel de l'Isle-aux-Grues, golf Trois-Saumons, théâtre d'été, passeport des 5 musées.

[www.aubergedesglacis.com](http://www.aubergedesglacis.com)

1-877-245-2247

## MONTÉRÉGIE

## HOSTELLERIE LES TROIS TILLEULS

ST-MARC SUR LE RICHELIEU & SPA GIVENCHY

Le tout n'est qu'ordre et beauté, luxe, calme, volupté dans cette Hostellerie de charme, sur les rives du Richelieu, à 30 minutes de Montréal. Décor raffiné et confort douillet, cuisine du terroir gastronomique, cave prestigieuse, Spa Givenchy unique au Canada, piscine intérieure, saunas, salle d'exercices, onze salles de soins. Nombreux forfaits disponibles.

[www.lestroistilleuls.com](http://www.lestroistilleuls.com)

514-856-7787 ou 1 800 263-2230

## ESTRIE

## AUBERGE &amp; SPA WEST BROME

Le luxe décontracté à 1 heure de Montréal au cœur de la route des vins.

Confort douillet: lits de plumes, peignoirs de luxe, foyers de pierres. Aux petits soins: massages, bains thérapeutiques, soins corporels. Action: Tourbillon extérieur, sauna et piscine sous dôme de verre. Encore: Gym high-tech, 6 kms de sentiers en forêt. L'extase: Cuisine aux accents de Provence d'un chef étoilé Michelin. Encore: Cave à vin primée par le «Wine Spectator» à prix très très doux...

Retrouvez votre nature: [www.awb.ca](http://www.awb.ca)

1 888-902-7663

## MAINE, U.S.A.

## ELMWOOD RESORT, WELLS, MAINE

Vous en avez plus: Plus de confort et beaucoup plus d'espace! Idéal pour la famille recherchant plus qu'une simple chambre d'hôtel ou pour le couple qui recherche le luxe. Nos confortables et abordables suites de 1 à 3 chambres avec cuisine & salon offrent espace et luxe. À quelques min. de la plage, sur l'itinéraire du "trolleybus", piscines int. & ext. chauffées, sauna, aire de picnic, terrain de jeux, conditionnement physique, Internet sans fil et plus encore! AAA et 3 diamants.

[www.elmwood-resort.com](http://www.elmwood-resort.com)

1 800 697-8566

## LAURENTIDES



## HÔTEL SPA WATEL. STE-AGATHE ★★ ★★

31 chambres avec vue magnifique sur le lac des Sables. Ch. classiques, supérieures et suites. Vous avez accès à la plage en face de l'hôtel, piscine Int/Ext., 3 spas Ext. et 1/ Int. Bain vapeur et sec. Massage sur place avec certains forfaits. A deux pas du théâtre le Patriote. Salle à manger réputée. WIFI HV gratuit. [www.hotelspawatel.com](http://www.hotelspawatel.com) 1 800 363-6478

## NEW-HAMPSHIRE, U.S.A.

## BRIARCLIFF MOTEL, NORTH CONWAY

Location idéale - à pied du village, restos, gare, magasins (Settler's Green à 1,5 mille). Très propre et abordable. Non-Hum, pas d'animaux, a/c, cable, pelli réfrigérateur. Proprio sur place. Très belle pisc. ext. chauffée. Certaines chambres ont une vue sur les montagnes. WiFi et coupons pour mag. outlet. AAA. Mai-Juin 69\$ à 129\$. Juillet - Octobre 89\$ à 199\$.

[www.briarcliffmotel.com](http://www.briarcliffmotel.com)

1 800 338-4291

## ÎLE D'ORLÉANS

## AUBERGE CHAUMONOT

Un rendez-vous romantique au bord du fleuve St-Laurent à St-François, I.O. Site unique, calme et romantique. Forfaits disponibles.

[www.aubergechaumonot.com](http://www.aubergechaumonot.com)

418 829-2735 1-800-520-2735

Pour annoncer dans ce regroupement, communiquez avec Jean de Billy au 514 985-3456 ou [jdebilly@ledevoir.com](mailto:jdebilly@ledevoir.com)

## PLAISIRS

## TOURISME

Depuis que la ville de Norfolk mise sur ses quais, sa base navale et ses cuirassés, elle attire les touristes, surtout pendant le HarborFest. Voilà une façon originale de découvrir la côte de la Virginie.



ÉMILIE FOLIE-BOIVIN

Combo gagnant à la foire alimentaire : limonade et funnel cake.



MICHAEL SANDBERG AGENCE FRANCE-PRESSE

Des marins attachent un navire au quai.

## NORFOLK

SUITE DE LA PAGE D 1

de la guerre de Corée et lors de celle du Golfe. Ce dernier coule maintenant une retraite peinarde à une centaine de mètres de l'artère gourmande qu'est la rue Granby. Il ne faut pas rater sur ce poids lourd de 45000 tonnes la visite intérieure; on peut y voir une foule de choses (et même plus), comme la fontaine à jus de la cafétéria, le savon Ivory avec lequel les garçons se lavaient dans une intimité approximative, et on peut y apprendre qu'ils jouaient à Trivial Pursuit et regardaient l'agent fait la farce entre deux coups de serpillière sur le pont.

## Collections uniques

Présente sur les bateaux, comme le Wisconsin en témoignage, la culture est aussi partie intégrante de Norfolk, de quoi rassurer les douces moitiés que les cuirassés laissent d'acier. Ceux-là voudront sûrement faire un saut au zoo, se perdre dans les 155 acres du jardin botanique ou encore au Chrysler Museum of Art et dans son studio de verre soufflé. Le musée possède d'ailleurs des collections que « les musées du monde tueraient pour avoir », rapporte le New York Times. Heureusement, le Chrysler peut dormir sur ses deux oreilles: Norfolk est visiblement très bien gardée.

Car la péninsule de Sewell's Point héberge la plus importante base aéronavale du monde (décidément, on ne peut s'empêcher d'y revenir, aux gros blindés) et le Victory Rover s'y rend plusieurs fois par jour pour une croisière de deux heures. Narrée d'un souffle, la balade fournit tout un lot d'informations sur le transport de marchandises et utilise le pronom personnel « she » pour parler des embarcations. Le bateau passe devant les époustouflantes installations de chargements de cargos, et de lest de charbon au Pier 6, avant d'arriver aux onze hangars de la base navale de Norfolk. Les plaisanciers mitraillent de leur application Instagram les sous-marins, porte-avions, frégates et embarcations d'embarquement, tous protégés derrière un cordage, comme des bêtes dans une cage.

Puis le bateau fait demi-tour et donne une pause à l'inépuisable narrateur pour le remplacer par l'hymne à l'armée God Bless the USA. Les passagers s'imbibent du « I'm proud to be an American » et rentrent solennellement au bercail, tout en se recueillant devant l'impressionnant étalage de la superpuissance américaine, limonade au bec.

Et on dira ce qu'on voudra, mais les Américains ont un talent fou pour les vers d'oreille.

## En vrac

**Dormir** comme sur un nuage de Cool Whip dans les lits ultramoelleux du Sheraton Norfolk. Les chambres sont génériques, mais là-bas, tout est dans le lit. Et dans la vue inusitée du waterfront, qui donne sur le chantier de réparation de frégates.

**Détail** pour illustrer le thème militaire: de l'aéroport international de Norfolk, on entre dans la ville en suivant la Military Highway.

**Bouquiner** chez Prince Books, la librairie-café, dont la partie restaurant est inspirée des années 1970, avec banquettes crème et olive. On y retrouve une sélection de livres historiques, une sélection de désopilantes cartes de souhaits du New Yorker (devant la litière, un homme dit à son chat « Never think outside the box ») et de magazines, comme le Garden's & Guns, qui capture l'esprit des États du sud des États-Unis, dont s'inspire beaucoup la Virginie côté gastronomie. 109 East Main Street, prince-books.com.

**Comparer** la she-crab soup, bisque crémeuse du restaurant 456 Fish et du 219 Bistro, tous deux sis sur la rue Granby.

**Remarquer** qu'il y a plusieurs établissements nommés selon leur adresse.

**Pause-café** au aLatté Café de la rue Granby. Très artsy avec ses chaises désassorties et les expos sur ses murs, et à peine moins décontracté que les policiers de Norfolk. 321, rue Granby.

**Revenir** dans dix ans pour la prochaine édition d'OpSail.

Chaque décennie, cette série d'événements nautiques qui célèbre l'histoire maritime, ainsi que les navires de partout dans le monde, s'arrête une dizaine de jours à Norfolk ainsi qu'à diverses cités portuaires de la côte ouest américaine. Les gens peuvent monter sur les bateaux gratuitement, discuter des activités journalières avec les apprentis marins du Brésil et de l'Espagne, et il ne faut surtout pas manquer la grande parade des bateaux. opsail.org

**S'informer** sur les actualités locales dans le quotidien The Virginian Pilot.

**C'est la fête** en Virginie jusqu'en 2015: l'État souligne les 150 ans de la guerre de Sécession dans divers musées cimetières, sites historiques et routes guidées: Virginia.org/CivilWar

**Découvrir** Norfolk et le reste de la Virginie en surfant ici: visitnorfolktoday.com, virginia.org.

La journaliste s'est rendue à Norfolk à l'invitation du Bureau de tourisme de la Virginie et OpSail.



ÉMILIE FOLIE-BOIVIN

Une maison de Norfolk.



ÉMILIE FOLIE-BOIVIN

Le USS Wisconsin dans toute sa grandeur.

## VOYAGES TRANSASIE

| SÉANCES D'INFORMATION  | À MONTRÉAL<br>LE 21 JUILLET 2012, À NOTRE BUREAU DE 13H À 15H  | À QUÉBEC<br>LE 14 JUILLET 2012 À L'HÔTEL DELTA QUÉBEC<br>690 boul. René-Lévesque Est, Québec<br>10H À 11H30 ET 13H30 À 15H |
|--|--|--|
|  | <b>SÉRIE CLASSIQUE PREMIER VOYAGE EN CHINE ?</b>   |  |
|  | <b>2012 LES NOUVEAUX CIRCUITS EN 2012+MACAO 22 JRS</b><br>Visites: Beijing-Xi'an-Guilin-Shanghai-Suzhou-Xitang-Yichang<br>Croisière de Luxe sur le fleuve Yangtze-Chongqing-Chengdu<br>(le pays natal du panda)-Zhuhai-Macau-Hongkong<br>À partir de <b>3098\$</b>   |  |
|  | <b>2012 RÊVE DE CHINE 14 JRS</b><br>Visites: Beijing-Xi'an-Guilin-Suzhou-Xitang-Shanghai-Hangzhou<br>DÉPARTS: tous les jeudis en 2012<br>À partir de <b>2458\$</b>   |  |
|  | <b>SÉRIE «LA CHINE SAUVAGE» VOYAGE APPROFONDI</b>  |  |
|  | <b>2012 CHINE SAUVAGE ZHANGJIAJIE «SHANSHUI» 18 JRS</b><br>Visites: Beijing-Xi'an-Zhangjiajie-Mont Hallelujah-Cité de la phénix<br>croisière de Luxe sur le Fleuve Yangtze-Chongqing-Guilin-Shanghai<br>DÉPARTS: 10 sept., 8 oct.<br>À partir de <b>3248\$</b>   |  |
|  | <b>2012 CHINE SAUVAGE JIUZHAIGOU 18 JRS</b><br>Visites: Beijing-Xi'an-Chengdu-Jiuzaigou-Huanglong-Chongqing<br>Trois Gorges (croisière 5 étoiles)-Wuhan-Guilin-Shanghai<br>DÉPART: 4 oct. 2012<br>À partir de <b>3398\$</b>  |  |
|  | <b>2013 LA CHINE MYTHIQUE 29 JRS</b><br>Visites: Beijing-Xi'an-Wuhan-Trois Gorges (croisière 5 étoiles)-Chongqing-Chengdu-Jiuzaigou-Guilin-Suzhou-Shanghai-Macau-Hongkong<br>DÉPARTS: 15 mars, 7 juin, 18 oct., 8 nov. 2013<br>À partir de <b>3998\$</b>   |  |
| <b>OBTENEZ LE BUFFET GRATUIT à «Perle de l'Orient» pour les départs (22 jrs et 14 jrs) de sept. et oct. (Seulement aux nouvelles réservations)</b> | <b>POUR LES DÉPARTS 2013 WWW.TRANSASIE.COM</b><br>Adresse de notre bureau: 1672, avenue Lincoln, Montréal (Qc) H3H 1G9<br><b>514 932-8388 1 888 932-8388</b>   |  |
|  | <b>Paiement par carte de crédit sans frais de transaction.</b><br>Prix valide jusqu'au 31 juillet 2012. Prix par pers. en occupation double incluant: 1. Les hôtels; 2. Les transports internationaux et locaux; 3. Billets d'entrées; 4. Tous les repas mentionnés et soirées culturelles; 5. Les services de guides francophones; 6. Taxes et coût de la contribution au fonds d'indemnisation des clients des agences de voyages. |  |

## Bon voyage

**Allez hop! Voyages**  
Circuit accompagné Safari-Culture Afrique du Sud  
Petit groupe du 03 au 18 novembre 2012  
Prix: 5755\$ tout inclus sauf deux repas.

**Circuit Îles-de-la-Madeleine du 13 au 18 août**  
Prix: 1799\$ aller en avion / retour en autobus.

www.allezhop.com

1655 Amherst, Montréal • 514-528-9091 • 1-888-528-9091  
suivez-nous sur Facebook  
permis du Qc incluant les frais de l'OPC de .2%

Pour annoncer dans ce regroupement, contactez  
Jean de Billy au 514 985-3456 :: jdebilly@ledevoir.com

## PLAISIRS

## TOURISME

Fredericton est à une heure et demie d'avion de Montréal. Il vaut la peine de la visiter pour constater sa diversité. Quant à Paris, après un vol un peu plus long, on peut le découvrir avec des guides nouveau genre qui sortent des circuits traditionnels.

## LA VITRINE

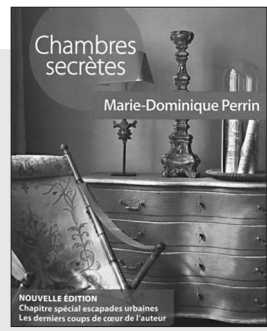


## PHOTOJOURNALISME

**TAKE AWAY**  
Jean-François Mallet  
Éditions de La Martinière  
Mars 2012, 384 pages  
32,95\$

La cuisine de rue a l'avantage de nous faire découvrir une multitude de saveurs à petits prix et cette nouvelle version de *Take Away*, en format poche, vient en rejoindre l'esprit. Feuilletter ce gueuleton de 500 photos, servi par le photojournaliste de cuisine Jean-François Mallet, pourrait s'apparenter à la visite d'un bazar. Il partage les trouvailles qu'il a glanées au cours des dix dernières années dans 26 pays, avec pour seul thème la nourriture sur le pouce. Sur trois pages, on nous transporte à Barcelone pour voir son melon d'eau, on nous sert du calmar laqué à Hong-Kong et une grillade de porc en Arménie. La lentille nous montre de gros plans de mets, du *food porn* zéro chic tout ce qu'il y a de plus cru, dans des plans rapprochés huileux, sucrés, suants et rafraichissants. Mais au-delà de la boustifaille et des barquettes, *Take Away* honore les clients, et surtout les hommes et les femmes qui préparent ces plats typiques de leur pays. Ici, on se rapproche de la véritable culture locale. Par exemple, à Montréal, on nous montre la tire d'érable, le sandwich vietnamien et le moineau, un sandwich méconnu fait de chou, de mayo et de frites (!) servi dans un pain hot-dog. On craque pour ces mets servis dans des sacs de plastique gonflés d'air, remplis de soupe ou encore de moules, et on aime surtout que quelqu'un ait pris le temps de nous montrer à quel point le monde peut goûter bon. En prime: sont partagées ici 120 recettes typiques.

Émilie Folie-Boivin



## RECUEILS DE GITES

**CHAMBRES SECRÈTES  
ET CHAMBRES SECRÈTES EN  
VILLE / AU VERT**  
Marie-Dominique Perrin  
Hachette Tourisme  
Mai 2012  
480 pages, 34, 95\$/ 160 pages, 16,95\$

Deux livres à faire rêver — littéralement — à de petits coins de paradis où passer la nuit. Construit sur le même canevas, le plus touffu, *Chambres secrètes*, ouvre la porte de près de 450 chambres d'hôte, gîtes ou hôtels de charme en France. Avec quatre livres sur les chambres et gîtes français, l'auteure Marie-Dominique Perrin est une pro. Ses descriptions enjouées et dynamiques glissent quelques lignes sur les hôtes, sur le thème et sur la touche typique, pour faciliter les matchs parfaits. Gîte bohème dans le Pas-de-Calais ou dodo Art déco dans le Midi-Pyrénées, les généreuses descriptions font une ou deux pages alors que celles de ses 70 chambres en ville sont plus courtes, mais tout aussi pertinentes. Doubled de coups de cœur et de suggestions de sorties dans le coin, il est aussi un joli outil pour les idées déco. Si ce n'est pour préparer son prochain séjour dans de beaux draps, voilà un joli cadeau à offrir pour explorer les villages français par ses lieux

les plus intimes. Le second guide, *Chambres secrètes en ville / au vert*, propose 54 chambres de charme dans les grandes villes comme Perpignan, Lyon, Avignon et Paris. Même recette, avec les coordonnées, les prix et le petit nom des proprios, toujours dans la même formule originale. On préfère la nature, les grands espaces, la tranquillité? On retourne le livre de côté et on gagne 56 nouvelles suggestions de lits loin des cités. Deux outils de référence et de contemplation illustrés, pour mieux préparer son séjour de farniente.

Émilie Folie-Boivin

## Sudoku par Fabien Savary

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   | 7 | 1 |   |   |   |   |   | 8 |
|   |   | 8 |   |   | 2 |   |   | 9 |
|   |   | 4 |   | 8 | 9 |   |   |   |
| 6 |   |   |   |   |   | 4 |   | 7 |
|   | 9 |   | 5 |   |   |   |   |   |
|   |   | 2 |   |   | 3 |   |   |   |
| 1 | 4 |   | 2 | 7 |   | 5 |   | 3 |
| 2 |   |   |   |   | 8 |   |   | 1 |
|   |   |   | 3 | 5 |   |   | 4 |   |

Niveau de difficulté : DIFFICILE 2128

Placez un chiffre de 1 à 9 dans chaque case vide. Chaque ligne, chaque colonne et chaque boîte 3x3 délimitée par un trait plus épais doivent contenir tous les chiffres de 1 à 9. Chaque chiffre apparaît donc une seule fois dans une ligne, dans une colonne et dans une boîte 3x3.

## Solution du dernier numéro

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 3 | 5 | 2 | 6 | 7 | 1 | 4 | 8 | 9 |
| 4 | 8 | 6 | 3 | 2 | 9 | 5 | 7 | 1 |
| 1 | 9 | 7 | 5 | 8 | 4 | 6 | 2 | 3 |
| 6 | 7 | 3 | 1 | 5 | 2 | 9 | 4 | 8 |
| 5 | 1 | 8 | 4 | 9 | 3 | 7 | 6 | 2 |
| 9 | 2 | 4 | 7 | 6 | 8 | 1 | 3 | 5 |
| 2 | 4 | 9 | 8 | 1 | 6 | 3 | 5 | 7 |
| 7 | 3 | 1 | 2 | 4 | 5 | 8 | 9 | 6 |
| 8 | 6 | 5 | 9 | 3 | 7 | 2 | 1 | 4 |

2127

## SUDOKU : le logiciel

10 000 sudokus inédits de 4 niveaux de difficulté par notre expert Fabien Savary  
En exclusivité sur le site des Mordus  
[www.les-mordus.com](http://www.les-mordus.com)



Au marché des fermiers de Fredericton, on trouve du homard, mais aussi de la pizza.

TOURISME FREDERICTON

## CANADA

## Fredericton, la capitale de poche

Une ville surprenante où s'évader le temps d'un week-end

## BENOIT LEGAULT

à Fredericton, Nouveau-Brunswick

Du homard de rivière, des Libanais acadiens, des gais roulant en pick-up... Tout cela existe vraiment à Fredericton, étonnante capitale du Nouveau-Brunswick. Du haut de ses 60 000 habitants, la plus petite capitale provinciale du Canada présente une diversité étonnante. C'est une destination week-end hors norme ou un agréable lieu de passage en direction de l'Atlantique.

En voiture, Fredericton est loin de Montréal (540 km), car il faut contourner le Maine pour y arriver. Mais c'est un saut de puce en avion (vols directs d'Air Canada). Ce qui frappe en arrivant, c'est ce paysage, doux et bucolique, faisant plus penser à l'Europe qu'au Canada. Le fleuve Saint-Jean coule paisiblement à la manière des lents cours d'eau européens. Le soir, le soleil se couche sur le fleuve avant d'embrasser doucement les édifices historiques du mi-gnon centre-ville.

La frénésie des grandes villes est absente, malgré le raffinement ambiant; il y a beaucoup d'argent ici, c'est évident. Fredericton est le siège du gouver-



BENOIT LEGAULT

Achats exotiques au Musée de la région de Fredericton.

nement provincial et de deux universités prestigieuses (universités du Nouveau-Brunswick et St. Thomas), alors la base économique est forte et stable.

Cette prospérité et ces établissements apportent une grande diversité, normalement introuvable dans une petite cité. Il y a ici un restaurant bio qui utilise surtout des produits régionaux dans un décor zen de bambous. On trouve aussi des salons de yoga, des commerces innovateurs et un nombre impressionnant de restaurants exotiques. Ces

éléments contemporains sont encadrés par des marques d'un passé clairement loyaliste et marqué au sceau de l'immigration britannique.

Il y a aussi un soupçon d'acadianité à Fredericton. Le bilinguisme officiel du Nouveau-Brunswick est omniprésent, mais l'accent acadien est rare, car nous ne sommes pas ici en Acadie. Il y a tout de même la Caisse populaire Beauséjour, rue Regent, qui rappelle que le pays de la Sagouine n'est pas loin, géographiquement du moins.

En effet, la mer est proche même si Fredericton n'a rien de maritime à part ses livraisons de poissons et de homards frais. Il est très étonnant, mais fort agréable, de manger du homard frais au bord d'une rivière, sans être rendu à la mer. Le meilleur endroit pour découvrir et déguster les spécialités régionales est le marché des fermiers Boyce. Un succulent *lobster roll* y coûte 10\$. Ce marché n'a rien de prétentieux, mais il est d'une propreté et d'un raffinement remarquables.

Le marché des fermiers est bien à l'image de cette ville où tout semble si parfaitement géré et encadré, tout en conservant un caractère authentique. Fredericton n'est pas une destination de vacances, mais cette ville vaut bien un week-end de dépaysement et c'est une étape surprenante entre le Québec et le littoral de la baie de Fundy.

Attrait principal: la galerie d'art Beaverbrook, la résidence du gouverneur, le Farmer's Market, les musées provinciaux et l'Assemblée législative.  
[tourismefredericton.ca](http://tourismefredericton.ca).

Collaborateur  
Le Devoir

## À Paris le nez en l'air!

Une association de guides bénévoles nous fait voir la capitale d'un autre œil

## CAROLYNE PARENT

à Paris

«Comme vous pouvez le constater, nous sommes assaillis par les touristes», lance Yanis Leperchois, un guide pince-sans-rire de Parisien d'un jour, qui me fait visiter «son» Montmartre. Euh, mais c'est qu'il n'y a que nous, rue Durantin, à contempler les belles façades d'époque des commerces, où on trouve des comptables à l'enseigne d'une boulangerie et un luthier à celle d'une boucherie! Nul doute, la «meute» a dû filer en douce sur la place du Tertre, où nous n'irons d'ailleurs pas...

Fondée en 2007 à la demande de la mairie de Paris pour redorer l'image du «maudit Français», dixit M. Leperchois, l'association Parisien d'un jour compte plus de 300 guides bénévoles, autant d'ambassadeurs de leur quartier. À ce jour, quelque 13 000 étrangers ont fait une balade en leur compagnie.

«C'est une idée que nous avons piquée aux greeters new-yorkais, raconte Eliane Ouzounian, cofondatrice de l'association, nous disant que, si un tel accueil pouvait exister dans la Big Apple, nous pouvions en faire autant. Notre objectif? Donner aux participants l'impression qu'ils ont des amis à Paris.»

Vous séjournez dans la capitale française pour la première



CAROLYNE PARENT

Les formidables atlantes d'un immeuble découverts dans l'avenue Daumesnil, du XII<sup>e</sup> arrondissement.

fois et voir la tour Eiffel figure en tête de vos priorités? Ne comptez pas sur les guides de Parisien d'un jour pour vous y emmener! «Notre rôle est plutôt de vous montrer des lieux que vous ne verriez pas autrement», explique M. Leperchois. Si je veux bien vous montrer le marché d'Amélie Poulain, je veux surtout vous faire découvrir un Montmartre autre que celui de la carte postale: celui de la vie quotidienne. Par ailleurs, le jeune directeur technique d'un hypermarché ne prétend pas se substituer à un guide professionnel: «J'ai simplement à cœur de faire découvrir mon Montmartre "secret".»

Mme Ouzounian habite dans le nord du IX<sup>e</sup> arrondissement depuis qu'elle est enfant. «C'est

un quartier trop peu connu, à l'architecture rare, pré-haussmannienne», dit-elle. Un quartier où ont vécu plusieurs artistes, gens de théâtre et cocottes: ici, Édouard Vuillard; là, Hector Berlioz; plus loin, Emile Zola. Au fil de la promenade, qui se déroule la plupart du temps le nez en l'air, la retraite du secteur bancaire attire mon attention sur des détails architecturaux et m'entraîne dans les cours fleuries, bien cachées, d'anciens hôtels particuliers.

Elle m'emmène aussi au Musée de la vie romantique, un superbe pavillon situé en retrait de la rue Chaptal, au cœur d'un jardin. L'intérêt? Son propriétaire, le peintre Ary Scheffer, y recevait en son temps tout le

gratin du quartier, dont Chopin et George Sand. Aujourd'hui, sa maison abrite, outre ses toiles, une collection d'objets ayant appartenu à l'écrivaine. Voilà bien un exemple de lieu absolument charmant que les touristes ont peu de chances de découvrir sans l'aide d'une Parisienne de toujours, accueillante de surcroît!

## L'a b c des balades

On s'inscrit en ligne à [www.parisiendunjour.fr](http://www.parisiendunjour.fr) en spécifiant ses disponibilités et ses champs d'intérêt (jardins, gastronomie, shopping).

On ne choisit pas un quartier spécifique: un guide prend plutôt contact avec nous pour proposer sa balade; à nous de l'accepter ou pas.

Les balades durent de deux à trois heures. Elles sont gratuites, bien qu'un don à l'association soit apprécié.

Elles se déroulent en petits groupes (jusqu'à six personnes) d'une même entité. Ainsi, un couple de Québécois n'est pas jumelé à une famille japonaise.

Bon à savoir le Global Greeter Network, dont Parisien d'un jour fait partie, réunit une foule de villes, de Buenos Aires à Toronto en passant par Belgrade, offrant ce programme d'accueil. [www.globalgreetwork.info](http://www.globalgreetwork.info).

Collaboratrice  
Le Devoir

## PLAISIRS

## SAVEURS

Traditionnellement, les saisons apportent différentes récoltes sur les tables québécoises. Avec la mondialisation, les produits maraîchers sont disponibles à tout moment, à peu de frais. A-t-on oublié le rythme des saisons?

## Saisons ou pas de saisons, telle est la question



PHILIPPE MOLLÉ

L'été est déjà bien installé ici. Pendant que l'Europe gèle et demeure en grande partie bien arrosée par la pluie, nous vivons une période de sécheresse et les agriculteurs et les maraîchers pensent sérieusement à pratiquer la danse de la pluie pour éviter la perte de leurs récoltes.

Les quatre saisons apportent un charme discret à un pays comme le nôtre, avec les changements de rythme qu'elles imposent. Il faisait bon, jadis, d'attendre avec impatience la venue du printemps pour profiter des récoltes que cette saison favorise. Aujourd'hui, si le cycle des saisons suit toujours le calendrier grégorien, il en va autrement en ce qui concerne l'arrivée des produits maraîchers sur les étales.

## Mondialisation du potager

Albert Jacquard, grand humaniste et scientifique français, affirme avec conviction que la quantité de nourriture gaspillée dans les pays riches pourrait suffire à nourrir la population de la planète qui ne mange pas à sa faim. Cette théorie est intéressante, mais ne peut pas vraiment s'appliquer dans le réel.

Comment éviter un tel gaspillage, qu'on constate d'abord dans nos cuisines, puis dans les buffets des hôtels, où les clients se servent des assiettes débordantes sans pouvoir les finir la plupart du temps? Un gaspillage qu'on remarque aussi dans les épiceries qui, par crainte de rebouter leur clientèle, jettent des produits alimentaires imparfaits sans se poser de questions. Pourtant, très souvent ces aliments pourraient être encore comestibles durant plusieurs semaines ou plusieurs mois, voire plusieurs années dans le cas de produits secs comme les pâtes alimentaires et le riz. Alors, pourquoi cette attitude?

C'est simple: l'industrie alimentaire presse les commerçants d'assurer un roulement rapide des denrées et autres marchandises. Elle fait naître des peurs qui, dans 80% des cas, sont fausses et injustifiées.

Dans le même esprit, en pleine saison des petits fruits au Québec, l'industrie favorise, sous le prétexte du libre marché, de la libre concurrence ou de l'ALENA, la venue de petits fruits provenant de l'extérieur de la province. Grâce à ces importations, il est désormais facile de se procurer à longueur d'année toutes les variétés de fruits. Mais cette pratique met à terre nos petits producteurs, qui ne peuvent rivaliser sur les prix. Avec deux casseaux de framboises importées pour 5\$ au supermarché, il devient difficile pour le consommateur de privilégier les producteurs locaux. De fait, le marché est laissé aux Mexicains, aux Américains ou aux Péruviens, par exemple. Or, il s'agit d'un marché saisonnier qui devrait être le nôtre.

Pourquoi avons-nous tant de difficultés à trouver dans nos principales chaînes de supermarchés des fraises du Québec en pleine saison? Nous oublions que les fruits et légumes venus d'ailleurs sont la plupart du temps cueillis encore verts. Dans bien des cas, ils sont aussi le résultat de modifications génétiques (étiquetage de mention non obligatoire au Canada) qui permettent une meilleure conservation, jouent sur la couleur et bénéficient de subventions de leurs pays afin de faciliter leur exportation.

Nous oublions aussi que les petits fruits sont meilleurs en saison estivale et que, dans bien des cas, ceux qui proviennent de l'étranger sont récoltés par des travailleurs qui vivent sous le seuil de pauvreté et ne peuvent eux-mêmes consommer ce qu'ils ramassent pour nous. Le prix payé à la base aux producteurs est parfois honteux. Le taux de suicide chez les producteurs agricoles, tant en Amérique du Nord qu'en Europe, est

devenu un véritable problème social qui dérange, mais qui ne se résorbe pas au fil des années.

L'abondance que nous procure l'agriculture mondiale est presque déconcertante. Les principes de la consommation locale sont bien connus au Québec, mais, malheureusement, ils ne sont pas souvent appliqués.

## Options

Pourtant, il y a plusieurs façons de consommer des produits d'ici à tout moment dans l'année. Il est possible, par exemple, de s'approvisionner auprès des producteurs québécois qui font de la culture de serre l'hiver, d'acheter des fruits et légumes surgelés de chez nous ou encore de se réconcilier avec les conserves maison, qui redeviennent à la mode depuis quelques années. Cela n'arrêtera certes pas l'importation de produits de l'extérieur, mais pourrait peut-être au moins la freiner. Surtout qu'on trouve désormais jusqu'en novembre des produits maraîchers d'ici sur les étales. En effet, l'automne amène les pommes et les courges, ainsi que tous les légumes racines.

Notre façon de nous alimenter peut favoriser le développement durable et encourager notre économie. On ne parle pas d'interdire les oranges ou les pamplemousses, ni les cerises de France (qui proviennent désormais de l'État de Washington), mais bien de favoriser des cultures qui, faute de clients prêts à payer un juste prix, disparaissent. Le plaisir de manger passe aussi par ces choix!



## Humeurs et découvertes

La Brigade gourmande et La Tablée des chefs: un très bel organisme, que ce rassemblement de chefs qui procure aux plus défavorisés de la rue, ou à des milieux dans le besoin, des repas et des produits qui rendent la vie moins triste. Avec La Brigade gourmande de La Tablée des chefs, on invite les *foodies* à participer à cette grande fête du goût et du partage qui permettra en retour de redonner une indépendance alimentaire à 200 écoles secondaires situées en milieu défavorisé.

Voici l'offre exclusive faite aux 1000 premiers *foodies* membres fondateurs, d'une valeur de plus de 180\$:

2 pour 1 sur l'adhésion initiale à La Brigade gourmande au prix de 50\$, offrez l'autre en cadeau ou encore conservez-la pour la deuxième année (valeur de 50\$).

Le livre de La Tablée des chefs *La main à la pâte* (valeur de 19,95\$). Un rabais de 10\$ sur le livre *10 X 10*, le dernier livre de chefs de La Tablée des chefs, publié chez Transcontinental (prix de vente 34,95\$).

Le statut de membre fondateur à vie, qui comprend un événement annuel VIP pour les membres fondateurs en compagnie de chefs réputés qui soutiennent la cause (valeur de 100\$) et un rabais de 20% sur les ateliers culinaires de La Tablée des chefs dans ses écoles de cuisine «grand public».

Pour devenir membre fondateur et appuyer la création de La Brigade gourmande, rendez-vous au [www.tableedeschefs.org](http://www.tableedeschefs.org).

Philippe Mollé est conseiller en alimentation. On peut l'entendre tous les samedis matin à l'émission de Joël Le Bigot Samedi et rien d'autre à la Première chaîne de Radio-Canada.

## Recette de la semaine

## Salade de gourganes aux fines herbes et à la pancetta

Pour 4 personnes

- 1,5 kg de gourganes jeunes et petites
- 1 échalote hachée finement
- 2 gousses d'ail hachées
- Le jus d'un citron
- 30 ml de vinaigre balsamique
- 30 ml de fromage Louis d'Or coupé en petits dés

- 4 tranches de pancetta coupées en dés
- 30 ml de fines herbes au choix (coriandre, ciboulette, menthe, basilic, origan, menthe, persil plat), hachées et mélangées
- 45 ml + 15 ml d'huile d'olive
- Sel et poivre

Écosser et blanchir à l'eau bouillante salée les gourganes durant quatre minutes. Laisser refroidir aussitôt.

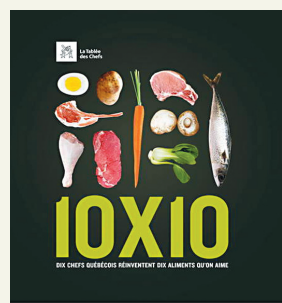
Faire rissoler les dés de pancetta dans 15 ml d'huile et réserver. Dans un saladier, mélanger le jus de citron et le vinaigre. Ajouter les 45 ml d'huile d'olive et les fines herbes hachées. Mélanger le tout avec les gourganes et la pancetta. Assaisonner et finir avec le fromage. Servir dans un grand bol ou, mieux encore, dans de petits bols individuels et décorés de fines herbes du jardin.



ANNIK MH DE CARUFEL LE DEVOIR

En pleine saison des fraises au Québec, on peut acheter de grosses fraises provenant de l'étranger dans les supermarchés. De quoi écraser les petits producteurs d'ici, qui ne peuvent rivaliser avec les prix que ces derniers affichent.

## Biblioscopie



10 X 10  
DIX CHEFS QUÉBÉCOIS RÉINVENTENT DIX ALIMENTS QU'ON AIME  
Les éditions Transcontinental  
Montréal, 2012, 244 pages

Un ouvrage remarquablement illustré qui met en valeur dix chefs d'ici bourrés de talents. Ils réinventent pour l'occasion des recettes comme la verrine de morue pochée de Bruno Léger. Le livre contient 120 recettes qui donne l'eau à la bouche.

Les grandes  
*Tablettes*

LA GRÈCE EST DE RETOUR

les meilleurs vins de la Grèce

chez  
Milos  
et  
CAVA



estiatorio Milos  
514.272.3522  
5357 Avenue du Parc,  
Montréal, Qc H2V 4G9  
[www.estiatoriomilos.com](http://www.estiatoriomilos.com)



514.273.7772  
5551 Avenue du Parc,  
Montréal, Qc H2V 4H2  
[www.cava.restaurantmontreal.com](http://www.cava.restaurantmontreal.com)

Pour annoncer dans ce regroupement, communiquez avec Ousmane Charles Touré au 514.985.3457 ou [octoure@ledevoir.com](mailto:octoure@ledevoir.com)

# JARDINS

## Le temps de la lavande



LISE GOBEILLE

Une couleur douce, un parfum unique et des champs sublimes : ainsi peut-on décrire la lavande. En plus, elle est antiseptique, calmante, cicatrisante, carminative, insectifuge et, bien évidemment, décorative.

La lavande fait partie de la famille des lamiacées, dont quelques proches parents vous sont bien connus : le thym, la sauge et la menthe. Le genre *Lavandula* regroupe plus de 30 espèces ; toutes sont de petits arbustes ou des herbacées. La plupart croissent dans les pays entourant la Méditerranée, mais on en trouve aussi dans la région saharienne, vers l'ouest, jusqu'aux îles macaronésiennes (Azores, Madère, îles Canaries), et à l'est, jusqu'en Arabie et en Inde. Son nom provient du mot latin *lavare* qui signifie « laver », en référence à l'utilisation de son huile pour parfumer l'eau de lessive.

D'où vient son parfum ? De l'huile essentielle qui est produite par des glandes qui se trouvent au niveau des poils modifiés nommés « trichome glandulaire ». Toutes les parties de la plante en contiennent — les feuilles, les tiges et les fleurs — et c'est en les frottant qu'elles dégagent ce parfum. Voilà pourquoi les sachets de fleurs de lavande doivent être manipulés à l'occasion pour qu'ils exhalent leurs effluves.

### Les cultivars rustiques

Au Québec, seulement deux types de lavande sont rustiques. La première, *Lavandula angustifolia*, porte plusieurs noms communs (lavande anglaise, lavande fine, lavande vraie, lavande commune et lavande officinale), ce qui amène un peu de confusion. Son huile essentielle est la plus recherchée : elle est estimée pour ses qualités en parfumerie, ainsi que pour ses propriétés médicinales. En aménagement, ce petit arbuste est également apprécié pour son feuillage gris-bleu qui contraste avec les autres végétaux. Ses fleurs comestibles sont également utilisées en cuisine. Ce type de lavande regroupe les cultivars « Hidcote », qui a des fleurs d'un beau violet foncé et un parfum floral intense, et « Munstead », qui a été nommé par la célèbre architecte du paysage Gertrude Jekyll. Les fleurs de « Munstead » ont un parfum suave, les pétales sont bleu lavande et le calice varie du bleu au violet. Les deux cultivars se



LISE GOBEILLE

Un champ de lavande en fleurs : à voir au moins une fois dans sa vie. Tout simplement envoûtant !

cultivent en zone 4, et en zone 3 si elles sont très bien protégées.

La deuxième lavande rustique, *Lavandula x intermedia*, est un hybride naturel entre *Lavandula angustifolia* et *Lavandula latifolia*. On la connaît mieux sous le nom de « lavandin ». Elle est moins rustique, pousse en zone 5 et, si elle est bien protégée, en zone 4. Son huile essentielle a une odeur herbacée, boisée et camphrée et elle en produit cinq à dix fois plus que l'*angustifolia*. La sélection *Intermedia* « Grosso » est reconnue pour sa rusticité.

### La culture

Dans la nature, elle pousse au plein soleil dans un sol calcaire et rocailleux. La végétation y est clairsemée et l'air y circule bien. En respectant ces paramètres autant que possible, on réussit sa culture. Le point le plus important est d'avoir un sol bien drainé. Si cela n'est pas le cas, on plante la lavande sur un bouton ; ainsi, elle sèche plus rapidement.

Elle aime un pH alcalin d'entre 6 et 8. Afin de maintenir un pH adéquat, puisque la plupart des sols au Québec sont acides, on met une poignée de chaux dolomitique au pied du plant une fois l'an. Préférentiellement, on lui choi-

sit un endroit plein soleil, mais le minimum d'ensoleillement requis est de six heures par jour. On évite une plantation dense, car elle préfère les endroits aérés.

La première année, on veille à son arrosage, car son système racinaire n'est pas établi, mais par après, on l'oublie. Puis, une fois par année, tôt au printemps, un peu de compost bien mûr, au pied du plant, lui apportera de la matière organique.

Pour lui donner une forme ronde et compacte ainsi que pour favoriser sa floraison, l'arbuste est taillé une fois l'an,

soit à la récolte des fleurs, soit avant la fête du Travail ou tôt au printemps. On coupe dans la pousse de l'année quelques centimètres au-dessus de la partie ligneuse.

La meilleure protection contre l'hiver que l'on puisse offrir à la lavande est la neige. Si nécessaire, afin de favoriser son accumulation, on met de la paille ou des branches de conifères. On les installe tard à l'automne et on les enlève aussitôt les dernières gelées passées. La durée de vie d'une lavande dans de bonnes conditions est de huit à dix ans.

Enfin, la culture en pot de ces lavandes est possible, mais on doit les hiverner dans une pièce fraîche et ensoleillée et les tenir plutôt sèches. En ce qui a trait à leur reproduction, *Lavandula angustifolia* se reproduit par semences et *Lavandula x intermedia*, par bouture, car ses graines sont stériles.

### Lavande du monde

Mieux vaut le savoir : certaines espèces vendues sur le marché ne sont pas rustiques, donc soit on les cultive comme des annuelles, soit on les rentre à l'intérieur en septembre.

Il y a la particulière *Lavandula stoechas* (de son nom commun : lavande française, italienne ou espagnole), dont l'épi a une aigrette. Il y a aussi *Lavandula* « Goodwin Creek Grey », au feuillage semi-dentelé, puis *Lavandula dentata* (elle aussi appelée lavande espagnole) au feuillage dentelé et, finalement, *Lavandula multifida* (de son nom commun : lavande aux feuilles découpées). Pour plus d'information sur la culture de la lavande au Québec, vous pouvez consulter le guide pratique *Lavande, chère Lavandula* de Danielle Caron, aux éditions Haicon (2010).

La France est un producteur important de lavande, mais, fait moins connu, cette culture est en croissance depuis les années 1990 en Nouvelle-Zélande et en Australie, où le climat y est propice. Actuellement, aux États-Unis, au Japon, en Angleterre ainsi qu'au Québec, la production est étroitement liée au tourisme.

Les champs de lavande sont justement en fleurs !

### LA MAISON LAVANDE

902, chemin Fresnière  
Saint-Eustache  
☎ 1 877 780-3009  
purelavande.ca  
Les 21 et 22 juillet, la musique est au rendez-vous.

### LE LAVANDOU

3455, rang des Lemieux  
Franklin  
☎ 450 826-3895  
lelavandoulibre.ca  
Le Lavandou est d'abord une galerie d'art.

### DOMAINE BLEU LAVANDE

891, chemin Narrow  
Stanstead (Fitch Bay)  
☎ 1 888 876-5851  
bleulavande.ca  
Les 21, 22, 28 et 29 juillet :  
Week-end fêré de la lavande.

Des questions sur votre jardin ? N'hésitez pas à me contacter à lgobeille@ledevoir.com.

### Au jardin cette semaine

Pratiquer l'**autocompostage**, c'est simple ! On laisse les déchets organiques du jardin sur place, on les enfouit ou on les dissimule sous les plantes. Attention, il ne faut pas qu'il y ait de graines !

Si la chaleur se poursuit et que la pluie se fait attendre,

pour vous faciliter la vie, mettez de grosses soucoupes sous les plantes en pots qui ont besoin de beaucoup d'eau.

Au potager, **ne négligez pas l'arrosage** et n'oubliez pas de récolter vos légumes au moment où ils sont à leur meilleur.

Bonnes vacances !



MARIE VERMETTE inc.

Flieurs, plantes et objets choisis

801, av. Laurier Est, Montréal

Livraison

1 877 272-2226 514 272-2225

## Escapades ESTIVALES

**RAMADA PLAZA MANOIR DU CASINO**
  
 • Souper gratuit au Risotto, pâtes et grillades pour les enfants de moins de 12 ans (menu enfant)
   
 • 25 % de rabais sur le menu « À la carte » pour les enfants de 12 à 18 ans lorsqu'ils sont accompagnés de leurs parents, et ce, en tout temps.
   
 • Tirage d'un Xbox 360 (valeur de 400 \$) à la fin du mois de juillet 2012.
   
 • Une nuitée à l'hôtel = 1 coupon de participation.
   
 • Stationnement et WI-FI gratuits
   
[www.ramadaplaza-gatineau.com](http://www.ramadaplaza-gatineau.com) 1 800 296-9046

**AUBERGE DES Glacis**
  
 Une aventure gastronomique au moulin à une heure de Québec
   
 Tél. : 418 247-7486 Sans frais : 1 877 245-2247
   
[www.aubergedesglacis.com](http://www.aubergedesglacis.com)

**Vives le littoral inexploré du Québec!**
  
 Réservez tôt!
   
 1 877 573-2678
   
 reservation@voyagescoste.ca
   
**Forfaits 2012**

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
| <b>Autotour en Minganie</b><br>4 nuits/5 jrs<br>478 \$ p/p occ.<br>Double + tbs et fonds | <b>Les Beaux lundis et jeudis à Anticosti</b><br>1 jour en zodiac<br>249 \$ p/p + tbs et fonds | <b>Anticosti mythique</b><br>4 nuits/5 jrs<br>1315 \$ p/p occ.<br>Double + tbs et fonds | <b>La Grande séduction</b><br>3 nuits/3 jrs<br>583 \$ p/p + tbs et fonds |
|--|--|---|--|

  
 22, de l'Église, Rivière-au-Tonnerre QC G0C 2L0 • info@voyagescoste.ca
   
**INFORMATION ET RÉSERVATIONS:**
  
 1 877 573-COSTE (2678) • [voyagescoste.ca](http://voyagescoste.ca)
  
 Prix en vigueur jusqu'au 30 sept. 2012

**Un séjour mémorable à Niagara!**

- 200 chambres et suites
- Parc aquatique à l'intérieur avec un toit en verre rétractable
- Restaurant • Spa-santé luxueux
- Stationnement gratuit
- Terrains de jeux
- Forfaits de deux nuits ou plus

  
**Une nuit d'hébergement avec 2 jours d'accès au parc aquatique**
  
 à partir de **119\$** + taxes

**AMERICANA** 8444, rue Lundy's Lane  
 RESORT SPA AND WATERPARK Niagara Falls (Ontario)  
 905-356-8444
   
 1-866-707-0050 • [www.VisitezAmericana.com](http://www.VisitezAmericana.com)