

MARCHÉ PUBLIC 440



P.2
LES HUÎTRES
ET MOULES
DE CHEZ GIDNEY



P.3
LA FROMAGERIE
DES NATIONS, POUR
L'AMOUR DU FROMAGE



P.4
BOUTIQUE VARIATION,
COMPLICE DE VOTRE
SAINT-VALENTIN

J'aime
mon Marché

Recette LE CHÂTEAUBRIAND

4 PERSONNES



INGRÉDIENTS

- 800 g de filet mignon (coupe du centre)
- 4 tranches minces de foie gras
- 4 c. à table de beurre
- 2 c. à table de cognac
- 2 c. à table de vinaigre balsamique
- sel et poivre

PRÉPARATION

1. Chauffer le four à 400 °F.
2. Dans une poêle pouvant aller au four, faire fondre 2 c. à table de beurre.
3. Augmenter la température à feu vif et faire revenir le morceau de filet mignon pendant 3 minutes.
4. Déposer la poêle dans le four et laisser cuire pendant environ 10 minutes, selon la cuisson désirée.
5. Retirer la poêle du four et la remettre sur la cuisinière.
6. Ajouter le reste du beurre, le cognac, le vinaigre balsamique, le sel et le poivre et laisser réduire quelques minutes à feu vif.
7. Retirer le filet de la poêle et le trancher en médaillons.
8. Déposer une tranche de foie gras sur chaque médaillon et la laisser fondre.
9. Servir avec des légumes miniatures (courgettes, carottes, etc.)

EMPLETTES

- Boucherie du Marché 440450 686-1312
- Boucherie La Côte du Marché450 682-2442
- Fromagerie des Nations450 682-3862
- Fruiterie Le Jardin du Marché450 681-1000
- SAQ du Marché450 681-3744

SUGGESTION DE COGNAC

Larsen Cognac V.S.O.P.
Code SAQ : 00044990
Prix : 47,00 \$



LES HÙÎTRES ET MOULES DE CHEZ GIDNEY

DES DÉLICES À PARTAGER

Pour célébrer la Saint-Valentin de délicate façon, **Gidney** vous propose de mettre les huîtres et les moules au menu. Très prisées des amateurs de bonne chère, les huîtres sont le symbole même du raffinement. Elles sont aussi entourées d'un certain mysticisme qui fait d'elles un choix tout indiqué pour les repas romantiques. Que les vertus qu'on leur attribue soient justes ou non, les huîtres demeurent un aliment d'une qualité nutritive exceptionnelle puisqu'elles sont riches en protéines, en minéraux et en vitamines tout en ne contenant qu'environ dix calories chacune.

Des découvertes de saison
Bien qu'on puisse se procurer chez **Gidney** de délicieuses huîtres tout au long de l'année, vous y trouverez présentement plus d'une dizaine de variétés différentes de ce délicat mollusque, dont la Beausoleil, la Malpèque, la Island Creek et, en exclusivité, les variétés Sinner et Casumpec. Avec un tel choix, pourquoi ne pas saisir la Saint-Valentin comme prétexte pour faire une dégustation d'huîtres? C'est l'occasion rêvée de découvrir toutes les subtilités que les différentes variétés révèlent au goût.

La finesse des moules
En tout temps, vous trouverez à la **Poissonnerie** **Gidney** des moules d'élevage fraîches, d'une très grande qualité. Impeccables, elles ne nécessitent qu'une légère préparation avant d'être prêtes pour la cuisson. Vous pouvez ainsi cuisiner rapidement une délicieuse chaudière de moules selon votre recette de prédilection, ou encore prendre plaisir à les essayer servies en gratin, sautées, marinées, frites ou grillées.

Recette MOULES AU VIN BLANC

Suggestion d'une recette de moules au vin blanc, délicieuse et simple à préparer. Demandez-la à votre maître poissonnier de chez **Gidney** ou téléchargez-la sur le site Web du Marché, au www.marche-public440.com

450 682-2929

LA CHALEUR DE L'ITALIE CHEZ PICCOLO MONDO

Le restaurant **Piccolo Mondo** du Marché est l'endroit tout indiqué pour vos soirées en famille, vos sorties entre amis et, bien sûr, pour un souper romantique à l'occasion de la Saint-Valentin. Avec un décor chaleureux et convivial, un service impeccable et une cuisine digne des plus grands restaurants italiens, **Piccolo Mondo** fera de chaque repas un moment mémorable.



450 682-0115



FROMAGERIE DES NATIONS



La Saint-Valentin est l'occasion rêvée de partager un long festin avec ceux qu'on aime. À cette fin, la **Fromagerie des Nations** vous propose de mettre au menu la fondue au fromage ou la raclette, deux mets simples à préparer, qui se dégustent lentement et qui sont parfaits pour créer des moments magiques et pour célébrer le plaisir d'être ensemble.

POUR L'AMOUR DU FROMAGE

La fondue

La fondue au fromage est un mets idéal pour vos repas spéciaux. Plat national de la Suisse également populaire en France et en Italie, elle se décline en maintes variétés selon les régions. Elle est généralement faite de fromages à pâte ferme, tels le gruyère, l'emmental, l'appenzell ou le comté, auxquels on ajoute souvent une pâte demi-ferme, comme le vacherin ou le cheddar, afin d'obtenir une texture plus épaisse. Pour déguster le tout, prévoyez des morceaux de pain bien croûté et légèrement rassis, quelques petites pommes de terre en robe des champs et une salade, si vous le désirez, ainsi qu'un bon vin.



Le saviez-vous ?

La coutume veut que quiconque laisse tomber son croûton dans le caquelon doive embrasser son voisin ou sa voisine de table.

FONDUE CHARLEVOISIENNE

DÉGUSTATION

Venez en faire l'essai les 11, 12 et 13 février 2011.

La fondue charlevoisienne est à l'honneur

La **Fromagerie des Nations** vous invite à découvrir la délicieuse fondue charlevoisienne, une création d'ici qui met en vedette deux fromages d'exception de la Laiterie Charlevoix : le Hercule et le 1608.

La raclette

Pour votre raclette, la **Fromagerie des Nations** propose plus de 25 variétés de fromage convenant à la raclette suisse, française ou québécoise. Traditionnellement, la raclette se prépare en faisant fondre une demi-meule de fromage à proximité d'une source de chaleur, puis en raclant directement dans l'assiette la surface fondue, d'où l'origine du nom raclette. De nos jours, cependant, on utilise plus souvent les fours à caquelons individuels. Avec ces derniers, chaque convive prépare lui-même ses assiettes qu'il couvre de fromage râpé ou tranché et qu'il place ensuite sous un grill. Pour faire un choix éclairé, adressez-vous à un des conseillers en magasin. Ces derniers pourront également vous diriger vers des accompagnements se mariant bien à chaque type de raclette et vous faire découvrir les charcuteries, marinades et autres condiments de circonstance qui donneront à votre repas le raffinement souhaité.



Le service de location

La **Fromagerie des Nations** offre un service de location de fours à raclette. On peut y louer les fours à caquelons indépendants, pour un repas simple à préparer, aussi bien que les spectaculaires fours traditionnels qui ne manqueront pas d'impressionner vos invités.



**BOUTIQUE
VARIATION,
VOTRE COMPLICE
DE LA SAINT-VALENTIN**

Pour donner un air festif à vos repas, passez chez **Boutique Variation**, votre spécialiste de l'art de la table. Des ustensiles de cuisson jusqu'aux plats de présentation, vous y trouverez tout le nécessaire pour créer des mets qui raviront la vue autant que le palais de vos invités.

La fondue

La fondue est un mets polyvalent qui se prête merveilleusement bien à tous les goûts. Cependant, selon que vous souhaitez faire une fondue chinoise, bourguignonne, au fromage ou une fondue au chocolat, la forme et la matière du caquelon à utiliser changeront, de même que la longueur et la forme des fourchettes ainsi que le type de combustible requis. Pour faire de votre fondue un succès assuré, **Boutique Variation** vous propose toute une panoplie d'ustensiles de cuisson pour tous les genres de fondue dans les marques les plus réputées, dont Trudeau, Cuistot et Swiss Mark. Vous y trouverez également les accessoires nécessaires, comme les pinces, les épauettes, les brûleurs et les gels de cuisson, de même qu'une vaste sélection d'assiettes, de plats de service et de cuillères spécialisées pour donner un style inégalable à votre table.

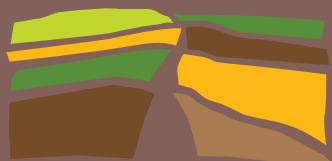
Les verrines

Boutique Variation tient en stock toute une panoplie de verrines et de cuillères de présentation qui vous permettront de servir des amuse-bouche, desserts et autres petites bouchées de très jolie façon, et ce, en toute simplicité. Grâce à ces présentations attrayantes et raffinées, vos convives seront vite conquis, même avant d'avoir goûté le fruit de vos efforts culinaires.

Pour une Saint-Valentin qui sort de l'ordinaire, passez faire un tour chez BOUTIQUE VARIATION!



450 682-3331



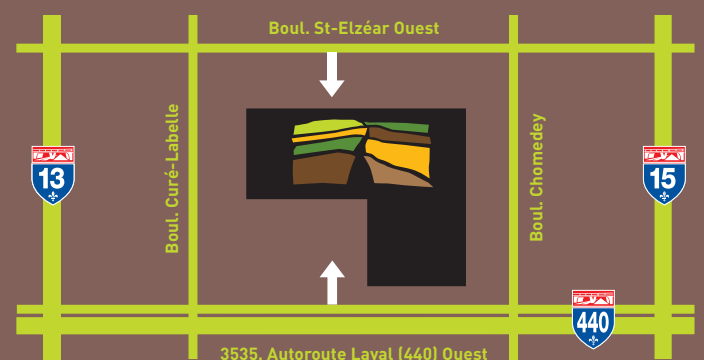
**MARCHÉ PUBLIC
440**

C'EST FACILE DE SE RENDRE AU MARCHÉ!

POUR VOUS RENDRE AU MARCHÉ, CONSULTEZ VOTRE PARCOURS SUR LE SITE WWW.MARCHE-PUBLIC440.COM

Un Marché près de chez vous, sans problème de stationnement, voilà tout pour vous simplifier la vie.

ADRESSE :
3535, Autoroute Laval (440) Ouest,
Laval (Québec) H7P 5G9



POUR NOUS JOINDRE : Téléphone : 450 682-1440 • Télécopie : 450 682-1443 • Courriel : info@marche-public440.com

UN MARCHÉ BRANCHÉ

www.marche-public440.com