

ACTUEL

La Presse

CAHIER B | LA PRESSE | MONTRÉAL | JEUDI 29 MAI 2003

Sainte-Anne

LE TOURISME À DEUX TRANCHANTS DANS L'OUEST-DE-L'ÎLE



La transformation touristique de la rue Sainte-Anne à Sainte-Anne-de-Bellevue a commencé en 1985, quand on a rénové et agrandi la promenade au bord du fleuve. Le succès a été rapide, mais a chamboulé l'artère commerciale.

La rue Sainte-Anne, petite artère au cachet villageois longeant le lac Saint-Louis à Sainte-Anne-de-Bellevue, est devenue une destination touristique en soi. Coquette, la rue est désormais tellement tournée vers ses visiteurs estivaux que les résidents s'inquiètent maintenant de ce qu'il adviendra de leur «village» durant les autres saisons. Dans le 4^e volet de notre série sur les artères commerciales de Montréal, regard sur les bons et les mauvais côtés des rues touristiques.



KARIM BENESSAÏEH
LES ARTÈRES DE MONTRÉAL

LUN	1	> Ste-Catherine : le coeur bat
MAR	2	> Mont-Royal la prospère
MER	3	> La face cachée de la main
JEU	4	> Ste-Anne et le tourisme
VEN	5	> Ste-Catherine Est et les arts

Début mai, le soleil frappe fort sur la petite rue principale bondée de Sainte-Anne-de-Bellevue, à l'extrême ouest de l'île de Montréal. Dans les restaurants ou sur la promenade au bord du fleuve, les touristes s'entassent, flânent, bavardent. Jay et Lison Hearst sont venus du Vermont pour profiter du «french style» de l'endroit. «C'est une sorte de pèlerinage pour nous : les longues fins de semaine, s'il fait beau, on vient faire un tour ici, prendre une bière au Annie's, manger au Pizzangelic, explique M. Hearst. *A lovely town.*»

La petite rue principale de Sainte-Anne, une des dernières

de l'île à avoir gardé son cachet villageois, respire la prospérité. Et pourtant. Derrière la façade touristique se cache en fait une métamorphose qui est en train de tuer les commerces environnants.

«Ce sont deux rues pour le prix d'une, résume avec humour Audrey O'Rourke Gossage, qui habite la municipalité depuis 1980. L'hiver, c'est très tranquille et très reposant. L'été... J'attends la soirée pour sortir. Je n'ai rien contre les touristes, mais je préfère la tranquillité.»

Lors de son enquête du 25 juillet au 23 août 2002, InfoSite, un organisme montréalais qui offre des informations économiques et sociales sur les artères commerciales, a d'abord constaté que 45,4% des visiteurs provenaient de l'extérieur de Sainte-Anne. Dans l'ensemble, les gens viennent rue Sainte-Anne pour se promener, se divertir (27%), pour faire des achats (26%) et pour les restaurants (17%), peut-on lire dans le rapport. Les revenus des visiteurs sont élevés, plus de la moitié des répondants, soit 60%, ont déclaré gagner plus de 40 000\$.

Ce profil de visiteurs, bien des artères commerciales de Montréal se damneraient pour l'attirer dans leur giron. Mais être une jolie rue touristique n'a pas que des avantages.

«Plus ça va, moins il y a de restaurants qui restent ouverts l'hiver, explique Jean-Paul Prévost, président de la Société de développement commercial et fleuriste depuis 16 ans. Avec le résultat que les gens ne viennent pas parce qu'ils pensent que tout est fermé à Sainte-Anne.»

Voir BELLEVUE en B5
Suite du dossier en B4

PÂTES PRINTANIÈRES

ROBERT BEAUCHEMIN
collaboration spéciale

TOUT LE MONDE aime le printemps. Tout le monde aime les pâtes. Il était normal qu'ils s'accompagnent l'un de l'autre. Ou vice-versa.

Voici des recettes où les pâtes sont préparées en fonction des ingrédients disponibles sur le marché à cette époque de l'année : les premières tomates, les premiers melons, le citron, le fenouil, la roquette, le cresson et, bien entendu, les essentiels en cuisine italienne, l'huile d'olive extra vierge, le parmesan ou le pecorino, le prosciutto ou la pancetta.

Ce sont des recettes presque infallibles que l'on peut préparer en discutant de politique ou en regardant la télé tellement elles sont simples et suivent l'une des règles cardinales de la cuisine des pâtes : pas plus de trois ingrédients par plat.

Conseils

- La mesure exacte de toute portion de pâtes en Italie est de 125 g par personne. Par conséquent, un paquet de pâte industrielle (500 g) est toujours pensé pour quatre personnes.
- Un petit rappel : toujours, toujours saler l'eau de cuisson des pâtes (1 c. à thé de sel par litre d'eau). Et ne jamais, jamais mettre d'huile dans l'eau des pâtes, cela réduirait l'adhérence de la sauce. Après tout, vous voulez que la sauce colle aux pâtes, non ?
- Attendez que l'eau bouille (1 l d'eau par 100 g de pâte) avant d'y ajouter les pâtes.
- Ne faites pas attendre des pâtes cuites avant de les ajouter à la sauce et de bien mélanger. Il est important, les Italiens diraient crucial, de ne pas mettre la sauce sur les pâtes, mais de les mélanger avant de servir.
- Les pâtes ne cuisent pas toutes à la même vitesse, selon l'épaisseur, la forme et le poids de chaque nouille. Consultez les indications sur le paquet.

• Les pâtes devraient toujours être sous-cuites plutôt que surcuites. Sinon elles seront pesantes (gorgées d'eau), insipides et parfaitement indigestes. La cuisson al dente (le centre de chaque nouille est un peu résistant sous la dent) n'est donc pas qu'une question de goût !

• Plus les recettes sont simples, plus il est impératif d'utiliser des ingrédients de première qualité. Surtout, n'utilisez pas du «parmesan» industriel pour les recettes que je vous propose en page B3. Choisissez le vrai parmesano-reggiano. De la même façon, les fettucelle alla morosana ou les penne au fenouil braisé seront meilleures avec du bouillon maison et les spaghettis alla carbonara nécessitent de la bonne pancetta — de l'estomac de porc, roulé et curé dans le sel et les épices. Même si on en trouve maintenant dans les supermarchés, on a intérêt à acheter la pancetta dans les bonnes boucheries.

Suite du dossier en B3



Le chef Alessandro Spighetti (du restaurant Quelli della notte) et ses pâtes alla carbonara.

LIQUIDATION DE MEUBLES EN DÉMONSTRATION

GUÉRIDON
AVEC MARQUETERIE
Prix courant : 798\$
POUR 395\$
(Quantité limitée)

ÉPARGNEZ
JUSQU'À
50%

5805, route Transcanadienne, St-Laurent
(Rond-point Côte-de-Liesse et Transcanadienne)
(514) 748-9500

Lun.-vend. 9 h à 18 h, sam. 10 h à 17 h, dim. 12 h à 17 h

6529, boul. Décarie, Montréal
(coin Plamondon)
(514) 344-1400

Lun.-vend. 9 h à 18 h, sam. 10 h à 17 h, dim. fermé

Plan de financement disponible

MOBILIER DE
CHAMBRE À COUCHER
EN ACAJOU
signé "ARNOLD PALMER"

40% DE RABAIS

CHAISES
À PARTIR DE
199\$



Le plus important importateur de mobilier européen au Québec

SAVEURS

Un anniversaire Toqué!

SILVIA GALIPEAU



Photo RÉMI LEMÉE, La Presse

Le chef Normand Laprise et Christine Lamarche, les deux propriétaires du Toqué! le haut lieu de la création gastronomique montréalaise qui fête ses 10 ans.

IL A FAILLI s'appeler le *Jaune Tomate*. Son chef aurait pu ne jamais ouvrir de restaurant à Montréal, mais bien partir faire carrière au Vietnam. Et pour son 10^e anniversaire, ses convives sont passés à un poil ne de ne pas avoir de caviar à se mettre sous la dent. Chose certaine, toutefois, ils auront eu droit à quelque chose de frais dans leur assiette.

Car il y a des règles dont Normand Laprise, le propriétaire du Toqué! — vous l'aurez reconnu —, ne déroge pas. La fraîcheur en est une.

Quand nous l'avons rencontré mardi après-midi, la veille du 10^e anniversaire de son restaurant de la rue Saint-Denis, il est arrivé avec 20 minutes de retard. Les ultimes préparatifs des festivités, manque de pot, n'allaient pas rondement. Impossible de se faire livrer un élément-clé du menu du lendemain : le caviar. « Le libre-échange ne va que dans une direction », marmonne le chef, sacré meilleur cuisinier en ville un nombre incalculable de fois. Car le meilleur caviar, seul un importateur du Maine aux États-Unis peut le lui fournir. Mais pour une raison de licence, il est frappé d'une interdiction d'exportation au Canada.

Un plan B? « Ne pas en servir », répond sans hésiter le chef. Une réponse tout à son image. « Il n'y a pas de demi-mesure. C'est

bien, ou c'est rien, tranche-t-il. On est toqué, dans le bon sens du terme. »

Hier après-midi, après maintes dégustations et quelques heures à peine avant d'ouvrir son restaurant pour la soirée, il a finalement trouvé un caviar à son goût.

C'est ainsi, avec ce souci de fraîcheur et de qualité à tout prix, que Normand Laprise a fondé sa réputation. C'est lui qui a mis en vedette les légumes bio, mis sur la carte des produits encore inconnus ici il y a seulement 10 ans, des racines de persil aux topinambours, en passant par les crosnes et taros frais, et lancé les produits locaux, le veau de Charlevoix comme les fromages de Chaput, pour ne nommer que ceux-là.

Mais ne comptez pas sur lui pour vous l'avouer. « Il ne le dira pas », glisse sa collègue Christine Lamarche, copropriétaire en affaires et amie dans la vie. C'est d'ailleurs elle la meilleure vendeuse des deux. « C'est pour ça qu'on fait équipe! » répond-elle. Modeste, le chef concède du bout des lèvres : « J'ai donné un boost à la gastronomie montréalaise. »

Cela fait pourtant 10 ans que partout, son restaurant est acclamé. À Montréal, bien sûr, mais aussi ailleurs au Canada, de même qu'aux États-Unis. Il n'a pas été invité à titre de consultant dans un grand restaurant new-yorkais, Cena, pour rien. Les personnalités passées par sa table ne se comptent plus.

Mais les deux propriétaires ne « courtisent pas le vedettariat », disent-ils. Ils ne souffleront pas non plus mot des Nicolas Cage, Brian de Palma, David Bowie et autres qu'on dit avoir vu à leur table.

Dès l'ouverture du Toqué! en 1993, Robert Beauchemin, alors critique gastronomique à l'hebdomadaire *Voir*, déclarait son « coup de foudre » : « Le petit dernier de la rue Saint-Denis a de tout : de la classe, du panache, du piquant, du naturel et une sacrée audace ». Preuve de sa constance, le critique applaudissait cinq ans plus tard cette « griffe singulièrement iconoclaste dans laquelle la virtuosité et surtout la fraîcheur l'emportent sur les normes de la cuisine classique ».

Et Jean-Philippe Tastet, critique culinaire au *Devoir*, écrivait en 2001 que malgré « un niveau de création (...) parfois à la limite du supportable pour qui veut simplement bien manger, (...) on ne peut qu'applaudir aux efforts constants déployés par le chef pour toujours élever sa cuisine vers de nouveaux sommets ».

Les cuisiniers ayant fait école auprès de Normand Laprise sont aussi nombreux : Martin Picard au Pied de cochon, Ian Perreault à l'Area, ou encore Danny St-Pierre de Derrière les fagots. Et la liste risque de se poursuivre. Dans les cuisines, Normand Laprise montre du doigt son sous-chef, Charles-Antoine Crête, et affirme : « Lui, il va devenir un top chef ! »

Quels bilans dressent les deux propriétaires de cette décennie? C'était hier, disent-ils, leur rencontre au défunt Citrus du boulevard Saint-Laurent. Guère plus tard, les deux sans emploi, Normand ayant comme option une offre au Vietnam, Christine lançait à son ami : « Si tu as besoin d'aide, fais-moi signe. » Et sur un coup de tête, il lui répondait : « Mets ton manteau. » En plein mois de janvier, les deux compères partaient à la recherche d'un local. À peine quatre mois plus tard, leur bébé (qui a failli s'appeler le *Jaune Tomate*, sans un ami du Bas-du-Fleuve qui leur avait alors lancé « vous êtes bien toqués ! ») ouvrait officiellement ses portes.

En 10 ans, le restaurant s'est agrandi. D'une cinquantaine de places, on est passé à 90. La cuisine est passée au sous-sol, et une pâtisserie a pris place à l'arrière. Après avoir passé neuf ans à travailler souvent sept jours par semaine, ils se sont accordé deux jours de repos l'an dernier. Depuis, la boutique est fermée tous les dimanches et lundis.

« Pendant 10 ans, à organiser, structurer, je me suis un peu oublié », reconnaît Normand Laprise. S'il continuait à ce rythme, il ne tiendrait pas 10 ans de plus. Il a donc décidé de mettre un peu la pédale douce. Fini les semaines de travail sans repos. Il s'est aussi mis à l'exercice — trois fois par semaine, sans faute —, et arbore fièrement son bedon fondu.

Car si son resto a 10 ans, Normand Laprise a quant à lui atteint la quarantaine. Deux chiffres ronds, c'est le temps des bilans, dit-il. Où est-on? Où s'en va-t-on? Il compte prendre un peu de recul, pour faire le point. Chose certaine : « Moi, j'aimerais cuisiner encore 15 ans », affirme-t-il sans hésiter. Pour le reste, impossible d'en savoir plus. Il fallait s'y attendre, de la part d'un chef qui a toujours du mal à prévoir le menu du lendemain!

TOUT POUR LA FÊTE DES PÈRES

Votre balle ira plus loin. Votre budget aussi.



SPALDING
Ensemble spécial comprend :
Jeu de 11, acier ou graphite
Sac Spalding
Fer droit MS de Spalding
Boîte de 15 Top Flite XL 2000

- Avantages des fers Eclipse :
- Pointe et talon lestés pour une précision améliorée
 - Centre de gravité bas
 - Tête en acier inoxydable

ACHAT SPÉCIAL
FREE 6 FREE BALLS
LoCo
LOW COMPRESSION
DUNLOP
LOCO
BOÎTE DE 12
AVEC 2 POCHETTES GRATUITES
ÉTAIT 24,95\$
WOW 19\$84

ACHAT SPÉCIAL
TOP FLITE
XL-2000
BOÎTE DE 15
AVEC POCHETTES GRATUITES
ÉTAIT 23,95\$
WOW 19\$98

ACHAT SPÉCIAL
MAXFLI
REVOLUTION
BOÎTE DE 12
SOLIDE/100/90
ÉTAIT 49,95\$
WOW 22\$98

ACHAT SPÉCIAL
STRATA
PROFESSIONAL BALATA
BOÎTE DE 12
ÉTAIT 45,95\$
WOW 22\$98

ACHAT SPÉCIAL
WILSON
SMART CORE
2 BOÎTES DE 12
ÉTAIT 69,99\$
WOW 34\$98

ACHAT SPÉCIAL
MAXFLI
CUIR PRO CABRETTA
2 GANTS
ÉTAIT 45,90\$
WOW 27\$98

ACHETEZ-EN 2 OBTENEZ-EN 1 GRATUIT
WILSON
GRIPFIT PLUS
HOMMES/FEMMES
\$14⁹⁹

ACHAT SPÉCIAL
BITE
SADDLEBACK
HOMMES
IMPERMÉABILITÉ GARANTIE 2 ANS
ÉTAIT 139,95\$
WOW 89\$88

ACHAT SPÉCIAL
WHITERIDGE
CHARIOT À TIRER
ÉTAIT 37,99\$
WOW 34\$98

MAINTENANT OUVERT
ST-HUBERT
1571, boul. des Promenades (450) 926-0110



TOUT POUR LE GOLF

HEURES D'OUVERTURE • LUN-MAR 9-18, MER-VEN 9-21, SAM 9-17, DIM 10-17

MONTRÉAL
1001, rue du Marché Central
(514) 382-4666

POINTE-CLAIRE
2315-A, Transcanadienne
(514) 693-0055

L'ENTREPÔT
au vent fou
NAUTISME EXTREME
QUALITÉ ET CHOIX SUPÉRIEUR
• Skis nautiques
• Wakeboard
• Wet Suits
• Tubes
• Planches à voile
• Beach Wear
• Kayak
514-640-3001 3839 St-Jean Baptiste, Montréal
www.auventfou.com 1-800-336-2126

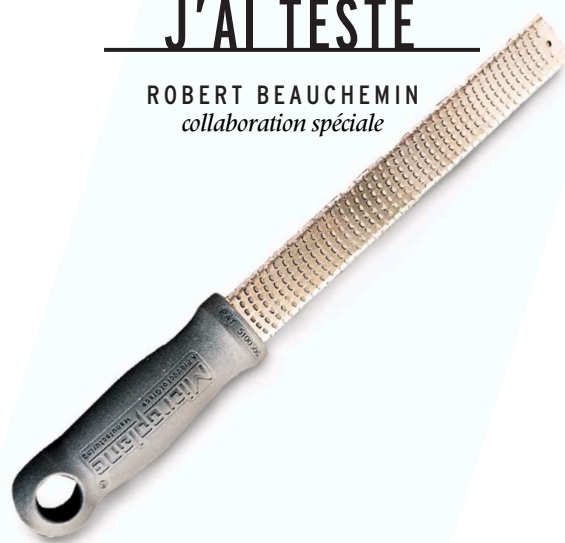
Fairmont
LE REINE ELIZABETH
MONTRÉAL
Le Beaver Club
Quand la gourmandise devient une vertu...
Nouveau décor.
Plus élégant que jamais.
Réservations : (514) 861-3511
www.fairmont.com

TAPIS PERSANS ET ORIENTAUX + MEUBLES
Maintenant jusqu'à 70% de rabais!
DU JAMAIS VU À MONTRÉAL
Liquidation de stock - 3 000 000\$
VENTE TOTALE
4 DERNIERS JOURS
VENTE DE FERMETURE
Tout doit être vendu! Articles en montre et tout le stock
Tapis persans authentiques noués à la main, Tabriz, Kashan, Bakhtiar, Moud, Qum, tapis en soie, tapis tribaux, indo-persans, Bijar, Kashan, sino-persans, Isfahan, Nain.
Tapis chinois noués à la main ligne 90 5/8 po, indo persan, bokhara, pakistanaï, 100 % laine et plus.
Tapis tissés à la machine, canadiens, belges, français, espagnols.
Meubles antiques importés et peinture originale sur toile.
Grandeurs : 1 pi x 2 pi jusqu'à 23 pi x 33 pi
Tapis Sahara
Le magasin fermera dimanche le 1^{er} juin
755, boul. de la Côte-Vertu
Ville St-Laurent À l'Est de
Tél. : 747-9984 Décarie

PÂTES AU PRINTEMPS : LES RECETTES

J'AI TESTÉ

ROBERT BEAUCHEMIN
collaboration spéciale



Microplane à manche pour râper le parmesan

IL Y A de ces instruments de cuisine qui vous changent la vie. Celui-là en fait partie. Le Microplane, c'est tout simplement un nouvel art de râper — le fromage, le gingembre, le citron, le chocolat, la muscade — à cause de ses lames très acérées, coupantes comme un rasoir et qui empêchent les aliments d'engorger l'espace ou d'être déchirés comme c'est trop souvent le cas avec les râpes classiques. On vient de lui ajouter une jolie poignée en plastique, pour faire plus élégant quand on s'en sert à table. 22\$. En vente à la Quincaillerie Dante, 6851 rue Saint-Dominique, (514) 271-2057.



Pasta Antico Pastificio Umbro

FAIT À partir de semoule de blé dur et de manière artisanale en Ombrie dans le centre de l'Italie, cette variété de pappardelle aux porcini (cèpes en italien) donne d'excellents résultats à la cuisson. Bonne tenue, goût franc mais fin, ces pâtes sont une solution originale de remplacement aux pâtes commerciales. Elles sont remarquables avec toutes les sauces aux tomates ou avec des sauces à la crème. 4\$ Le Cartet, 106 rue McGill, (514) 871-8887. À Québec, L'Épicerie Européenne, 560, rue Saint-Jean (418) 529-4847.



Pecorino-romano

LE PECORINO est le nom générique que l'on donne à toute une variété de fromage de brebis, typique du centre de l'Italie et de Sardaigne (où le fromage est d'ordinaire plus piquant). Les meilleurs proviennent cependant de Toscane et de Rome (d'où le nom romano). Mûris au moins deux ans, ils bénéficient d'une appellation contrôlée (parmi 31 autres fromages de la péninsule). Son parfum persistant de lait, son goût relevé, piquant, presque poivré en font un fromage unique qu'on l'utilise surtout sous forme râpée. Pourtant, comme fromage de table avec une bouteille de Velletri (un étonnant petit rouge d'une coop de la région romaine), c'est un monarque. En vente à la Baia Dei Formaggi, 1715 rue Jean-Talon Est, (514) 727-8850.

J'ai lu

PASTA



LE MONDE des pâtes est en proie à une rage de publication. Il y a tellement de bouquins parus sur le sujet depuis deux ou trois ans, c'est tout simplement ... préoccupant. Trop vaste choix ? Pas vraiment parce que la plupart de ces ouvrages sont imprécis et reprennent les mêmes recettes, encore et toujours, qui sont souvent réinterprétées avec peu de

rigueur. Voici l'une des exceptions : *Pasta*, des auteurs britanniques Jim et Nina Dreyer Hensley et Paul Lowe (Marabout) présenté avec une iconographie soignée et des photos magnifiques. Dans cette plaquette de 150 pages, on trouve non seulement les grands classiques, mais aussi des recettes de plats modernes, certains entièrement végétariens, d'autres faits à partir de coquillages. 25,95\$.



RECETTES

ROBERT BEAUCHEMIN
collaboration spéciale

Tagliatelle aux tomates cerises et roquette

LES SUCCULENTES tomates cerises ont toujours plus de parfum que les autres tomates en ce début de saison. Faites mariner les tomates une petite heure ou à tout le moins, le temps que l'eau bouille et que les pâtes cuisent. Plus les tomates auront mariné, meilleur sera leur goût. Prenez note que la sauce de ce plat n'est pas cuite et que le plat est souvent servi tiède. Ces pâtes peuvent donc tout aussi bien être servies au plus chaud de l'été.

Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 1,5 lb (675 g) de tomates cerises, coupées en quatre
- 2 gousses d'ail, écrasées
- 6 c. à soupe d'huile d'olive extra vierge
- 3/4 c. à thé de sel marin
- 1/4 c. à thé de poivre frais moulu
- 1/2 tasse de basilic frais ou de persil frais émincé
- 1 paquet de fettuccine (500 g)
- 2 paquets de roquette, les queues retirées (ou de cresson)

Préparation :

1. Dans un grand plat, mélangez les tomates avec l'ail, l'huile d'olive et 1/2 c. à thé de sel, le poivre et le basilic. Laissez mariner.

2. Dans une marmite, faites bouillir l'eau salée et faites cuire les fettuccine jusqu'à la cuisson al dente (9-10 minutes environ ou selon les indications sur le paquet).

3. Ajoutez les pâtes au mélange de tomates, mélangez bien. Ajoutez ensuite les feuilles de roquette, et le reste du sel.

4. Ce plat de pâtes ne requiert pas forcément de fromage. Il nuirait à sa délicatesse. Mais si vous êtes accro, alors utilisez un peu de parmigiano-reggiano ou de gran padano au moment de servir.

Variations:

- Utilisez du cresson frais à la place de la roquette.
- Si vous trouvez de belles tomates mûres en saison, choisissez-les plutôt que les tomates cerises.
- Vous pouvez utiliser des fettuccine aux épinards pour une version plus colorée.

Les spaghettis alla carbonara d'Alessandro Spighetti

Alessandro Spighetti, chef romain, s'énervait chaque fois qu'il mange des spaghettis alla carbonara (que préparaient les charbonniers, — d'où le nom — responsables de la fabrication des fusains qu'utilisaient les peintres de la Renaissance) parce que, dit-il, «c'est le plat de pasta le plus connu au monde et celui qui n'est jamais préparé comme il faut». Pour corriger cela, voici SA recette, et ma foi, une manière ultrasimple de faire cette préparation qui a souffert d'une mauvaise réputation. Une fois que vous l'aurez faite, vous ne revendrez plus jamais en arrière.

Ingrédients :

- Spaghettis ou mieux, spaghettiinis (No. 7) ou linguine (comptez 125 g par personne.)
- 1 œuf et un jaune (à la température de la pièce) par personne
- 1 1/2 c. à soupe d'huile d'olive extra vierge par personne
- Pancetta, au goût, coupée en morceaux
- Pecorino romano râpé, au goût
- Poivre noir fraîchement broyé : les petits points noirs symbolisaient la suie qui s'échappait des charbons et qui retombait sur les pâtes.
- Sel

Préparation :

1. Faites bouillir l'eau et ajoutez les spaghettis.
2. Selon le nombre de convives, préparez les œufs : battez légèrement et mélangez avec le pecorino romano râpé. Poivrez abondamment.



Photo RÉMI LEMÉE, La Presse ©

▲ Pâtes alla carbonara

3. Faites cuire la pancetta dans l'huile d'olive jusqu'à ce qu'elle soit légèrement colorée (2-3 minutes environ).

4. Une fois les pâtes cuites, égouttez bien et mettez dans le mélange d'œufs battus et de pecorino. Remuez un peu et ajoutez immédiatement l'huile (et la pancetta) bien chaude sur le mélange.

5. Servez. Ajustez l'assaisonnement à table.

Fettucelle alla morosana

Voici une recette irrésistible et fraîche comme une nuit d'été, inventée par le chef Peppino Perri, du restaurant Saporì Pronto. Ce plat incarne un peu l'une des nouvelles directions de la cuisine italienne, à la fois douce et salée.

Pour 4 personnes

Ingrédients :

- Fettucelle fraîches (des petits fettuccine)
- 250 g de bouillon de poulet
- Un demi-cantaloup coupé en petits cubes
- 2 c. à soupe de beurre
- 6 tranches de prosciutto, taillé en petits morceaux
- 4 c. à soupe de parmigiano-reggiano
- Persil haché (facultatif)

Préparation

1. Faites bouillir l'eau salée en grande quantité et faites cuire les fettucelle fraîches (3-4 min.)
2. Dans un poêlon, faites chauffer le bouillon et le beurre et laissez mijoter quelques minutes. Ajouter les dés de cantaloup et les enrober de liquide, mais ne faites pas cuire.
3. Égouttez les pâtes et incorporez au bouillon et au cantaloup. Ajoutez le parmigiano, salez et poivrez.
4. Servez dans des assiettes creuses et garnissez de dés de prosciutto, et d'un peu de persil haché. Ajustez l'assaisonnement, mais faites attention de bien doser le sel, le prosciutto est déjà salé.

Une manière de réussir ce plat est d'utiliser du bouillon maison, et de travailler rapidement à l'assemblage.

Pâtes au beurre citronné

Il serait préférable de faire tremper vos citrons dans l'eau froide une petite heure avant de les utiliser, ils n'en seront que meilleurs. Pour votre santé !

Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 200 g (7 oz) de beurre non salé
- Les zestes râpés de 2 citrons
- 500 g de fettuccine ou de linguine
- Noix de pin légèrement rôties, au goût (facultatif)
- Parmigiano-reggiano râpé
- Sel marin et poivre du moulin

Préparation :

1. Faites fondre le beurre (au micro-ondes ou au bain-marie) et laissez-y reposer les zestes de citron pendant une demi-heure.
2. Faites bouillir l'eau salée et faites cuire les pâtes selon l'indication inscrite sur le paquet.
3. Assemblez le beurre citronné, les noix de pin et le parmigiano, assaisonnez et servez immédiatement.

«Le Dépanneur» penne au fenouil braisé

Voici une recette pour gens pressés. Elle m'a été donnée par Elena Faita qui dirige l'école de cuisine Mezza-Luna (514) 272-5299, 57 rue Dante (faita@sympatico.ca) dans la Petite Italie à Montréal. Cette recette se fait au pif, elle est imprécise, et c'est ce qui fait son charme. On peut augmenter la quantité de fenouil, rajouter de la pancetta coupée en dés lorsqu'on les fait cuire, on peut garnir avec du basilic ou mieux, les plumeaux du fenouil hachés menu. En tout cas, ce plat est irrésistible.

Ingrédients :

- 3 bulbes de fenouil frais, finement taillés en tranches
- Beurre et huile d'olive extra-vierge
- Rigatoni, penne, ou pennine (toutes des pâtes en forme de tubes) 125 g par personne
- Bouillon de légumes (par défaut, tout autre bouillon)
- Pecorino romano râpé

Préparation :

1. Faites chauffer un poêlon, ajoutez le beurre et l'huile d'olive.
2. Ajoutez le fenouil émincé et faites colorer légèrement jusqu'à ce qu'il soit blond et un peu transparent.
3. Mouillez avec le bouillon, 1/2 louche à la fois jusqu'à ce que le fenouil soit parfaitement tendre.
4. Pendant ce temps, faites cuire les pâtes dans l'eau salée.
5. Une fois le fenouil cuit, mélangez aux pâtes, poivrez abondamment. Ajustez le sel, et mélangez avec une bonne quantité de pecorino.

COURRIER

ROBERT BEAUCHEMIN
collaboration spéciale

Vous voulez poser une question à Robert Beauchemin, notre chroniqueur gastronomique? Envoyez-lui vos questions à actuel@lapresse.ca ou Robert Beauchemin, Actuel La Presse, 7, rue Saint-Jacques, Montréal (Qc.), H2Y 1K9.

Q ELYSE GAGNON. Je suis à la recherche d'un ingrédient essentiel à la recette de bière d'épinette de ma grand-mère: de l'essence d'épinette. Jusqu'à il y a deux ou trois ans, j'en trouvais facilement en pharmacie. Mais ce n'est plus le cas et l'on me répond qu'on ne peut plus m'en commander non plus. À l'aide. Merci à l'avance.

R ROBERT : De l'essence d'épinette noire — picea mariana ou d'épicea comme disent les Français — on en trouve rarement ; il faut donc utiliser de l'huile essentielle (qui est en fait un concentré de gomme naturelle de cette

espèce particulière avec laquelle nos ancêtres faisaient de la bière) et l'on en trouve assez aisément dans les magasins d'alimentation naturelle au coût de 16\$ pour 10 ml. Les épicerie Rachelle-Béry et Tau en ont toujours en stock. Il est intéressant de noter toutefois que l'on faisait traditionnellement la bière d'épinette à partir des cônes et de l'écorce de l'arbre, que l'on râpait, et que l'on faisait fermenter avec de la levure, du gingembre et du poivre de Jamaïque. Fait à rajouter : les Amérindiens s'en servait comme décoction pour prévenir et guérir les rhumes, et l'on attribuait aussi à la gomme de puissantes propriétés antis-corbutiques.

Q MONIQUE TELLIER, Québec. Pourriez-vous m'indiquer la meilleure façon de cuire le riz sauvage? Merci de votre attention.

R ROBERT : En fait, le riz sauvage n'est pas du riz. C'est une graminée

nord-américaine qui pousse dans les marais mais qui se cuisine comme le riz basmati ou le riz jasmin. Sauf que la quantité d'eau est différente. Il faut compter au moins trois fois le volume d'eau pour la quantité de riz sauvage cru. Pour obtenir une meilleure consistance et diminuer le temps de cuisson, on peut le laisser tremper une heure dans l'eau bouillante avant de le faire cuire à peu près 45 minutes à couvert, à feu doux. Cela dit, pour donner de la personnalité à un plat de riz sauvage, on peut le mélanger à du riz parfumé ordinaire et ajuster le temps de cuisson en conséquence (disons pour une partie de riz sauvage, deux parties de riz ordinaire). Vous pouvez aussi le faire cuire dans du bouillon de poulet ou avec des lentilles précuites pendant une dizaine de minutes ou pour accentuer ce petit goût naturel de noisette, le servir avec un filet d'huile de noix juste avant de servir. Ou, comme on le fait habituellement, le garnir d'une grosse noix de beurre.

LES GRANDES ARTÈRES DE MONTRÉAL

Sherbrooke Est, un boulevard à la Taschereau

SÉBASTIEN RODRIGUE

Quand Angelo Secondo a ouvert sa première mercerie il y a 30 ans, rue Sherbrooke Est, il y avait encore des champs et un seul restaurant à proximité, se rappelle-t-il.

Aujourd'hui, les chaînes de restaurants pullulent, on retrouve des hôtels et toutes sortes de boutiques allant du spécialiste des cigares au distributeur de pièces automobiles.

On est bien loin des petites rues commerciales mignonnes des beaux quartiers résidentiels ou du Vieux-Montréal.

Contrairement aux artères traditionnelles, les grands boulevards sont le royaume de la voiture. Dans les années 50, la société de consommation s'est développée en même temps que la banlieue et la voiture, ce qui a donné un rejeton honni et ridiculisé: le grand boulevard commercial.

Quel Montréalais n'a jamais rigolé à propos du boulevard Taschereau à Longueuil ou des nombreux boulevards de Laval et de son introuvable centre-ville? Mais Montréal regorge elle aussi d'artères commerciales du même genre qui ont été façonnées avec le flot grandissant de voitures et l'étalement urbain.

« Les commerces se sont localisés en fonction de la population (en banlieue) et comme la voiture est devenue le moyen de transport principal, ils ont développé des formes de commerces adaptées aux gens se déplaçant en voiture », explique Paul Lewis, professeur d'urbanisme à l'Université de Montréal.

Dans les arrondissements de l'ouest de Montréal, ces commerces se retrouvent, entre autres, sur les boulevards des Sources, Saint-Charles et Saint-Jean. C'est d'ailleurs au croisement de ces axes routiers et des autoroutes que les centres commerciaux et les magasins à grandes surfaces ont poussé comme des champignons.

Sur ces boulevards, les bâtiments commerciaux ont donc été conçus pour des clients en voiture, c'est-à-dire avec un stationnement à l'avant et un petit centre commercial d'un étage. Une enquête du Centre d'intervention pour la revitalisation des quartiers (CIRQ) sur le boulevard des Sources réalisée l'été dernier révèle d'ailleurs qu'un peu plus de la moitié des personnes interrogées là-bas utilisaient la voiture. Avenue du Mont-Royal par exemple, c'est la tendance inverse.

Les trois quarts des clients proviennent également du quartier et ces magasins répondent à un besoin banal plutôt qu'à la recherche d'un produit particulier. On y va pour louer un film, acheter un pain, visiter le dentiste ou avaler un hamburger, mais pas vraiment pour s'acheter de nouveaux vêtements. Certains magasins n'ont tout simplement pas une force d'attraction suffisante pour avoir pignon sur les boulevards.

« On ne peut pas faire du lèche-vitrine de petits centre d'achat en petits centre d'achat (...) les magasins qui ont besoin de la présence de leurs concurrents ont tendance à se concentrer dans les centres commerciaux », explique Paul Lewis.

Laisés à eux-mêmes

Autant les commerces des artères traditionnelles se sont organisés pour diversifier l'offre de produits, autant les grands boulevards se sont structurés au gré des initiatives des gens d'affaires. Dans l'arrondissement de Mercier/Hochelaga-Maisonneuve, par exemple, le commissaire industriel travaille uniquement auprès des sociétés de développement commercial (SDC) des rues Ontario et Sainte-Catherine Est.

En revanche, il n'a pas les coudées franches pour intervenir rue Sherbrooke Est parce qu'il n'y a pas là d'association de commerçants. « C'est une des portes d'entrée de Montréal. Il faudrait améliorer les façades tous azimuts parce que Taschereau (à Longueuil) et Sherbrooke Est ne sont pas très différents », laisse tomber le commissaire au développement économique de l'arrondissement de Mercier/Hochelaga-Maisonneuve, Renaud Fortin.

Angelo Secondo, lui, ne se raconte pas des histoires, les petites boutiques spécialisées comme sa mercerie n'ont pas beaucoup de chances de survivre dans une rue où l'on passe le plus souvent en trombe sans s'arrêter. « Une mercerie ne peut pas vivre parce qu'il n'y a pas de passants », dit-il. Mais lui peut compter sur une clientèle fidèle, soutient-il.

À l'autre extrémité de la ville, la copropriétaire d'une boutique de produits naturels dans l'arrondissement de Dollard-des-Ormeaux/Roxboro, Inis Wong, renchérit. « Nous sommes une destination, les gens ne viennent pas pour magasiner, ils viennent pour nous », précise-t-elle. Il s'agit en fait de commerces de destination: on y va, on achète et c'est terminé.

Mais comment expliquer que ces rues soient aussi peu attirantes? Par exemple, en arrivant de l'Est, rue Sherbrooke, les automobilistes aperçoivent la Place Versailles, un supermarché, un poste de transformation électrique et un... golf miniature. La rue est ensuite une succession de commerces de tout genre, des chaînes de restauration rapide et il y a même un cimetière.

La « laideur » est plutôt un « symptôme » qu'une cause du problème, explique Paul Lewis. « Il faut éviter de penser que parce qu'on les rend belles, tout d'un coup les gens y viennent, c'est la stratégie qu'on a eu longtemps au Québec pour gérer que la laideur était le problème, en fait c'est le symptôme du problème, le vrai problème dans le fond est que si personne n'y va, les commerçants n'y vont pas », dit-il.



Photo PIERRE CÔTÉ, La Presse

Quel Montréalais n'a jamais rigolé à propos du boulevard Taschereau à Longueuil? Pourtant, Montréal regorge d'artères commerciales comparables qui ont grandi au même rythme que le flot grandissant de voitures et l'étalement urbain.

Grandissons de toutes nos forces

On a encore besoin de votre soutien

15 millions \$

soins

recherche

enseignement

Béregère Cyr, traitée en ophtalmologie, soutenue par Nicole Ménard de la BMO Banque de Montréal, Stephen T. Molson de la Fondation Molson, François Duffar du Groupe Cossette Communication inc. et Laurent Beaudoin de Bombardier inc.



De toutes nos forces, nous voulons donner à l'Hôpital Maisonneuve-Rosemont les moyens de grandir au rythme des besoins de la communauté montréalaise et de la population québécoise. Et de s'engager pour la vie. À force de volonté, nous allons y arriver.

Appuyez notre cause. Maintenant.

Joignez-vous à ces quatre compagnons de Maisonneuve-Rosemont et à leurs collègues Jean-Claude Baudinet, de Lumigem Canada Inc., Claude Blanchet, administrateur de sociétés, Robert Chevrier de la Société de gestion Roche inc., André Desmarais de Power Corporation du Canada, Pierre H. Lessard de METRO INC., Brian M. Levitt de Osler, Hoskin & Harcourt, L. Jacques Ménard de BMO Nesbitt Burns et Jean C. Monty, administrateur de sociétés.

Faites comme nos médecins, employés et bénévoles et participez à notre campagne de développement en composant le :

514 252-3435

HR Fondation de l'Hôpital Maisonneuve-Rosemont
Centre affilié à l'Université de Montréal

Votre don, c'est notre force.

L'Hôpital Maisonneuve-Rosemont a été reconnu comme l'établissement le plus performant sur le plan financier à Montréal. (Source: comité Bédard, 2002)

LES ARTÈRES DE MONTRÉAL

SAINTE-ANNE

Suite de la page B1

Pola Hallquist, qui a ouvert tout récemment une librairie, Fiction, a appris à la dure ce que travailler dans une rue touristique signifiait. « L'hiver a été très difficile, c'était mort, il faisait -40 degrés et personne ne venait, raconte la propriétaire. Là, ça lève depuis le mois de mars, les gens reviennent. »

Elle qui proposait des romans classiques et une littérature anglaise diversifiée a compris ce que la clientèle touristique exigeait : « J'ai ajouté des livres de recettes en vitrine. Ça se vend bien. »

Cette transformation touristique de « la Sainte-Anne » a commencé en 1985, quand on a rénové et agrandi la promenade au bord du fleuve. Un succès rapide mais qui a chamboulé l'artère commerciale. « Jusque dans les années 50-60, Sainte-Anne était le haut lieu du commerce à partir de Lachine jusqu'à la frontière ontarienne, se rappelle le président de la SDC, natif de ce village devenu arrondissement en 2002. Puis il y a eu les centres commerciaux, et la réfection de la promenade en 1985. Ça a attiré des gens qui ont acheté des bâtiments pour pas cher et qui en ont fait des restaurants. »



Photo PIERRE CÔTÉ, La Presse ©

Les commerces coquets répondent-ils aussi aux besoins des résidents ?

Aujourd'hui, ajoute-t-il avec humour, « il nous manquerait 1000 places de stationnement l'été... Et l'hiver, on en a 1000 de trop ! » Sur 80 commerces, une trentaine se sont spécialisés dans la restauration et menacent la survie des autres établissements, li-

braires, magasins de vêtements, articles de sport qui ne choisissent pas de fermer l'hiver. C'est ainsi que l'artère a peu à peu perdu son rôle de lieu de rencontre des résidents des environs pour devenir une vitrine.

« Bien des rues commerciales ne se remettent toujours pas du choc de s'être fait enlever leur rôle social, notamment par les centres commerciaux », explique Paul Lewis, urbaniste à l'Université de Montréal.

En collaboration avec des partenaires comme le centre local de développement, l'arrondissement a annoncé l'hiver dernier un investissement de 3,8 millions pour revitaliser ce bout de rue plein d'histoire. La première étape, c'est d'attirer de nouveaux commerces qui ramèneront une vocation plus complète de la rue Sainte-Anne, estime Jean-Paul Prévost.

« À Sainte-Anne, il n'y a pas une porte où il n'y a pas un animal, un chien, un serin, une perruche... mais il n'y a pas de vétérinaire. On veut un vétérinaire, on veut un agent d'immeubles et avec ça, un notaire va se greffer tout de suite à côté, puis une compagnie prêteuse va venir s'établir. »

Il s'agit de « relancer la roue », estime-t-il, en accueillant de nouveaux commerçants avec leur famille, leurs employés. « On n'a pas de comptable, il y a quelques dentistes, rien sur les ordinateurs. C'est toute une chaîne. Il faut remplir les locaux vides avec des beaux commerces. »

中國外銷紅木家具展售會

EXPOSITION D'ARTISANAT ET DE MEUBLES DE CHINE
4 SEMAINES SEULEMENT



Qualité superbe

Des milliers de pièces d'ameublement importées directement du fabricant en Chine.

Toutes offertes à prix de gros. Toutes en bois de rose massif. Mobiliers de salle à manger, mobiliers de salon, mobiliers de chambre, bars, bureaux, horloges de parquet, tables basses, petites tables d'appoint et plus encore.

Meubles sur mesure disponibles

Ouvert tous les jours de 10 h à 19 h
1008, rue Clark, Montréal (514) 397-1776
Au sud de La Gauchetière dans le quartier chinois

Le Grand Chef de la photographie vous invite à venir rencontrer Jean Duranceau, représentant Pentax, pour une démonstration personnalisée des produits **PENTAX**

Vendredi 30 mai de 14 h à 21 h
Samedi 31 mai de 10 h à 17 h
À mettre dans votre agenda!

PENTAX Optio S

- Appareil photo numérique
- Résolution 3,2 millions de pixels
- Mémoire interne 11 Mo
- Zoom 3X optique
- Ecran LCD
- Interface USB
- Autofocus de 7 points et manuel
- Sortie vidéo

599,99\$



RECEVEZ 25 \$
D'IMPRESSION PHOTO NUMÉRIQUE.

PENTAX Optio 550

- Appareil photo numérique
- Résolution 5 millions de pixels
- Zoom 5X optique équivalent 38-188 mm
- Mode photo 3D
- Interface USB

899,99\$



Incluant : carte mémoire 16 Mo et accessoires
RECEVEZ 25 \$
D'IMPRESSION PHOTO NUMÉRIQUE.

PENTAX *IST

- Appareil photo reflex 35 mm
- Objectif zoom 28-90mm F3.5-5.6
- 6 modes d'exposition
- Mise au point automatique et manuelle
- 2,5 images / seconde

699,99\$



Incluant : sac photo, courroie et pile
RECEVEZ 20 \$
D'IMPRESSION PHOTO.



L.L. Lozeau
LE GRAND CHEF DE LA PHOTOGRAPHIE ET DES TECHNOLOGIES DE L'IMAGE
(514) 274-6577 6224, St-Hubert
www.lozeau.com Montréal, Québec
1 - 800 - 363-3535

Valide jusqu'au 12 juin 2003.
Photos peuvent différer.

320i

Ne cherchez plus...
Voici une BMW
au prix d'une japonaise.

329\$
par mois pendant
36 mois

Comptant	Paiement
5000 \$	329 \$
2500 \$	405 \$
0 \$	479 \$



BMW Série 3

www.bmwmontreal.ca



Le plaisir de conduire™

Voici une offre que vous ne reverrez pas de sitôt. Pouvoir conduire une BMW 320i à ce prix, c'est presque péché. Imaginez tout le plaisir de la conduite BMW, la tenue de route légendaire que bien des constructeurs essaient de copier et, surtout, l'occasion de ne pas avoir à faire de compromis en profitant d'une telle offre.

4,9%

Taux de location offert sur les modèles de Série 3.

Montréal
BMW Canbec
4090, rue Jean-Talon Ouest
(514) 731-7871
www.bmwcanbec.com

Banlieue Ouest
Automobiles Jalbert
16710, autoroute
Transcanadienne
Kirkland
(514) 695-6662
(514) 343-3413
www.jalbert-auto.qc.ca

BMW Laval
2450, boul. Chomedey
(450) 682-1212
(514) 990-2269
www.bmwlaival.com

Rive-Sud
Park Avenue BMW
Nouvelle adresse
8400, boul. Taschereau Ouest
Brossard (450) 445-4555
Montréal (514) 875-4415
www.parkavenuebmw.com

Offre valable sur le modèle 2003 320i neuf, manuel, de base, en stock. Le taux de location est celui offert exclusivement par les Services financiers BMW et est disponible auprès des concessionnaires participants, conditionnellement à l'approbation du crédit. Profitez du programme de dépôt de sécurité multiple pour obtenir un taux d'intérêt encore plus avantageux. Les mensualités tiennent compte du rabais des concessionnaires participants et sont établies en fonction d'un contrat de crédit-bail à terme de 36 mois et d'un versement initial tel qu'indiqué. *Le taux de location est de 4,9 % sur tous les modèles de Série 3, sauf le modèle M3. Valeur résiduelle garantie de 21 638 \$. Des frais de 0,15 \$ du km s'appliquent sur la portion du kilométrage excédant 20 000 km par année. Premier versement et dépôt de sécurité exigés. Consultez votre concessionnaire BMW du Grand Montréal pour connaître tous les détails. Cette offre prend fin le 30 juin 2003. Photo à titre indicatif seulement. Entretien inclus pendant 3 ans ou 60 000 km, selon les intervalles recommandés par BMW. Fret, transport, préparation, frais d'administration et taxes en sus.



le charme irrésistible de tango?
ses bas prix

bas tarifs de tous les jours en ligne, aller simple au départ de Montréal, à partir de

89⁵⁰\$

Toronto

186⁵⁰\$

Winnipeg

245⁵⁰\$

Calgary/Edmonton

266⁵⁰\$

Vancouver

bien plus que des places bon marché

Reservez au **voltango.com**

Appelez-nous au 1 800 315-1390 ou communiquez avec votre agent de voyages.

Aucun achat requis à l'avance. Aucune obligation de séjour le samedi soir.

Aéroplan

Service aux personnes malentendantes (ATS) : 1 800 361-8071. Tarifs basés sur des trajets en aller simple, applicables aux nouvelles réservations et les billets sont totalement non remboursables. Les taxes, les redevances de navigation NAV CANADA, les frais d'assurance, de carburant et d'aéroport ne sont pas inclus. Le droit pour la sécurité des passagers du transport aérien (jusqu'à 7 \$) n'est pas inclus. Le nombre de places est limité et fonction de la disponibilité. Les billets émis pour les services Tango® par Air Canada ne peuvent être utilisés sur les services réguliers d'Air Canada. Sujets à d'autres conditions, détails sur voltango.com.

FAMILLE



COLLAGE

Sortie de la semaine

« VENEZ voir ce que le Québec a dans le ventre ! » C'est le fervent slogan des Archéo ! Dimanches, cette série d'activités qui permet à tous de s'initier joyeusement à l'archéologie dans 43 lieux de visite au Québec, tous les dimanches jusqu'au 28 septembre. Ce dimanche, 1^{er} juin, de 11h à 17h, c'est au Musée d'archéologie et d'histoire de Montréal, alias Pointe-à-Callière, que ça se passe : dans le cadre de l'École des fouilles archéologiques sur le site du fort Ville-Marie et du château de Callière, toute la famille est invitée à se rendre à Pointe-à-Callière, d'où elle sera prise en charge et amenée sur le lieu de fouilles. La visite sera animée par les stagiaires de l'École des fouilles. Les Archéo ! Dimanches sont généralement très bien organisés et dirigés par des enthousiastes qui ont tôt fait d'éveiller l'intérêt de tout le monde. Le musée Pointe-à-Callière, lui, est situé au 350, place Royale, dans le Vieux-Montréal ((514) 872-9150). Informations sur les autres Archéo ! Dimanches : 1 877 BONJOUR ou www.mcc.gouv.qc.ca/reseau-archeo/archeo-dimanche

Une autre sortie ?

TOUJOURS dans le Vieux-Port, le Festival de Théâtre des Amériques célèbre son 10^e anniversaire avec des millions d'étincelles : l'événement en plein air *Un peu plus de lumière* fait appel à une troupe d'acrobates français qui n'ont pas peur de jouer avec le feu ! Feux d'artifice, flammes, théâtre et musique se conjugueront donc au Quai de l'Horloge, samedi, à 22h30 (remis au dimanche en cas de conditions météo pourries). N'ayez crainte : le Groupe F, qui présente l'événement, est reconnu pour son souci de la sécurité ! Et c'est gratuit. Le quai de l'Horloge est situé à l'angle des rues Saint-Denis et de la Commune.

Encore une autre ?

À LAVAL, le Festival du livre jeunesse se poursuit jusqu'à dimanche, avec expo-livres, rencontres et animations, sans oublier des contes pour les moins de 5 ans samedi, de 9h30 à 16h, et le mini-brunch de Madame Sacoche, dimanche, à 10h30 (réservations requises pour le brunch, 6 \$/adulte, 4 \$/enfant). Le tout se déroule au Collège Montmorency, 475, boulevard de l'Avenir, à Laval. Coût d'entrée au Festival : gratuit pour les enfants, 5 \$ pour les adultes. Informations : (450) 978-3985.

La cause de la semaine

LE 4 JUIN prochain est la journée nationale de lutte contre l'homophobie. Vous avez envie de discuter du sujet avec le reste de la famille, les neveux et nièces, votre mère ou votre père ? Le Groupe de recherche et d'intervention sociales gaies et lesbiennes (GRIS-Montréal) vient de publier *Démystifier l'homosexualité*, ça commence à l'école, un guide pédagogique, d'abord à l'intention des écoles mais qui peut également servir à ceux qui veulent se pencher sur la question. On peut se procurer ce guide contre 15 \$ en appelant à GRIS-Montréal, (514) 590-0016.

Citations de la semaine

— MARIANNE, 3 ans, parle au téléphone avec sa grand-maman par un dimanche de pluie. « Bonjour, ma belle Marianne, dit grand-maman, est-ce qu'il pleut chez toi ? » Un peu perplexe, Marianne répond : « Ben non, grand-maman, y a pas de trous dans mon plafond. » (envoyé par maman Isabelle Trottier)
— « Charlie, dit Maman, est-ce que tu sais à quel point je t'aime ? » « Oui, maman », répond la petite Charlie, 3 ans, qui, lorsque son papa arrive un peu plus tard, lui dit : « Papa, je t'aime GROS comme un point ! » (envoyé par maman Christina)
— Julien a 5 ans et sa grande soeur Fannie lui propose d'aller passer la journée avec elle à La Ronde. « Yé ! répond Julien, on va pouvoir aller à la Guindonne ! » Il parlait bien sûr du manège de... la Pitoune (envoyé par grande soeur Fannie Bissonnette)
— Grand-Papa est un peu déprimé depuis quelque temps. Sa petite-fille Daphné, alors âgée de 4 ans et demi, le regarde avec ses grands yeux bleus et son beau sourire un peu inquiet et lui dit « Grand-Papa, la vie peut être tellement belle si on la regarde avec des beaux yeux ! » « Depuis, nous dit grand-papa Gilles Baribeau, cette philosophie enfantine fait partie de moi. »

Vous avez des mots d'enfants, des suggestions de sortie, des expériences, des sites Internet à proposer ? Faites-nous les connaître à l'adresse suivante : actuel@lapresse.ca ou La Presse, a/s section Famille, 7, rue Saint-Jacques, Montréal, H2Y 1K9.

— MARIE-CHRISTINE BLAIS
collaboration spéciale



Photo BERNARD BRAULT, Archives La Presse

Au Tour de l'île des enfants, les jeunes cyclistes peuvent en profiter, les rues sont à eux!

Le Tour de l'île des enfants

Une grande fête pour 6500 jeunes cyclistes

ISABELLE AUDET
collaboration spéciale

Comme 6500 autres enfants au Québec, Camille, 10 ans et Léa, 8 ans, se préparent ces jours-ci à leur plus grande promenade de l'année : le Tour de l'île des enfants, un des événements de la Féria du vélo de Montréal.

Beau temps mauvais temps, les deux soeurs, qui habitent l'arrondissement de Saint-Bruno, à Longueuil, franchiront dimanche un parcours de 22 kilomètres à travers Montréal.

Stressant ? Pfff ! « Facile ! » disent les jeunes sportives, qui en sont à leur deuxième Tour de l'île.

« J'ai trouvé ça super amusant l'année dernière. Surtout parce qu'il n'y avait pas de parents, c'était spécial ! » raconte Camille. Elle sait aussi que ses parents les confient, sa soeur et elle, à une organisation bien rodée. Le rapport bénévole/enfants est d'ailleurs beaucoup plus bas qu'à l'école ou qu'à la garderie. Un adulte pour chaque groupe de quatre participants veille au bon déroulement de l'événement.

« C'est certain qu'on aimerait les accompagner, pour faire l'activité avec elles, mais on sait qu'elles seront bien encadrées », affirme Paloma Izquierdo, la mère des deux fillettes, pour qui une participation au Tour de l'île des enfants est infiniment plus relaxante qu'une simple balade en famille.

« Quand on part en vélo, il faut surveiller les panneaux d'arrêt, les autres voitures, qu'elles ne s'éloignent pas trop. C'est vraiment épuisant ! Au Tour de l'île des enfants, elles peuvent en profiter, les rues sont à elles seules ! »

« Le ratio est énorme. Les bénévoles sont partout. Ils sont au parc Jarry, aux différentes haltes, en bordure du trajet et

ils roulent avec les enfants », confirme Joëlle Sévigny, directrice générale du Tour de l'île.

« L'année dernière, j'ai vu des bénévoles qui ajustaient des vélos et qui remplaçaient les casques des enfants avant le départ. C'est rassurant », estime Mark Burbidge, le père de Camille et Léa, qui a initié Camille aux joies du Tour de l'île, alors qu'elle n'avait pas tout à fait 1 an.

Si elle avait alors pleuré tout le long du trajet, c'est avec impatience qu'elle attend le prochain tour des enfants. Elle a par contre visiblement bien retenu les consignes de son père et de sa mère. « Ce n'est pas une course. On va seulement s'amuser parce que c'est juste une promenade. » Avec un sourire taquin, sa soeur Léa se permet tout de même de dire qu'elle sait très bien rouler vite. « Des fois, je vais plus vite que ma grande soeur, mais c'est normal, ma bicyclette a six vitesses, et la sienne n'en a que cinq », explique-t-elle, sérieusement.

Une question de sécurité

Même si le casque n'est ni obligatoire au Québec ni au Tour de l'île des enfants, Camille et Léa en porteront un pour participer à l'événement. Elles le portent d'ailleurs chaque fois qu'elles montent sur leur vélo.

« Pour nos filles, c'est une habitude. C'est comme la ceinture de sécurité en auto : elles nous disent d'attendre avant de partir si elles ne sont pas attachées. C'est un réflexe », explique M. Burbidge.

D'après les organisateurs de la Féria du vélo, la plupart des enfants de 6 à 12 ans qui participent au Tour de l'île des enfants porteront un casque. Encore faut-il toutefois qu'il soit à la bonne taille.

« Il y a un bon moyen pour savoir si un casque est bien ajusté. On doit l'essayer sans l'attacher, et tourner la tête un peu violemment de chaque côté. S'il reste sta-

ble, c'est qu'il est de la bonne taille. Ensuite, on vérifie la longueur des lanières », explique le rédacteur en chef du magazine *Vélo-Mag*, Jacques Sennechael.

Il en profite cependant pour rappeler au passage qu'un casque ne remplace pas une bonne maîtrise de sa bicyclette. « Ce n'est pas parce qu'on met un casque, qu'on sera automatiquement en sécurité. Il faut aussi apprendre aux enfants à être à l'aise sur un vélo, surtout avec d'autres vélos aux alentours. »

D'après lui, pour vérifier les aptitudes d'un enfant à bicyclette, il est toujours bon de le faire zigzaguer entre des cônes ou d'autres objets.

Vélo full hi-tech

Lequel des vélos simple ou ultramoderne (avec suspension) est le mieux indiqué pour une promenade comme le Tour de l'île des enfants ? La bicyclette avec le moins de gadgets, s'empresse de dire Jacques Sennechael.

« Il faut oublier tout ce qui est suspension sur un vélo pour enfant. Ça ne sert qu'à alourdir le vélo et la plupart du temps, ça n'est même pas efficace. C'est moins drôle, mais le vélo le plus simple possible permettra le plus de légèreté et sera plus efficace », explique-t-il.

Régulièrement, il dit peser des bicyclettes pour enfants beaucoup plus lourdes que la plupart des modèles pour adultes.

« Il faut penser qu'un enfant a moins de force qu'un adulte et qu'il devra rouler aussi vite que ses parents à d'autres moments dans l'été... »

Il est toujours possible de s'inscrire son enfant de 6 à 12 ans au Tour de l'île des enfants aujourd'hui, ou dimanche matin pour les participants de dernière minutes. Infos : www.velo.qc.ca/feria/feria.htm.

FAMILLE



BAMBINS

LORSQUE PAPA et Maman se séparent ou divorcent, Bébé éprouve des problèmes à s'attacher à ses parents, surtout s'il doit régulièrement dormir dans deux demeures. C'est en tout cas la triste conclusion d'une étude menée en Californie sur plus de 145 bébés de 12 à 18 mois : 66% de ceux qui dorment quelques nuits ailleurs que dans leur chambre habituelle avaient des difficultés à établir des liens affectifs avec leurs parents parce qu'ils n'étaient plus sûrs d'avoir le réconfort voulu en cas de détresse. En d'autres termes, ils n'avaient plus confiance dans leurs parents pour gérer le stress. Bien sûr, le fait de dormir dans une autre maison n'est pas la seule cause de ce problème : la capacité de la mère à protéger son bébé du stress de la séparation, la capacité des parents à communiquer et à coopérer quand il s'agit du bien-être de leur enfant et l'ampleur du conflit entre les parents jouent également leur rôle. Mais les conséquences affectives du dodo bouleversé par l'adaptation à deux demeures semblent particulièrement importantes et les chercheurs suggèrent aux parents concernés de procéder à quelques nuits d'essai avec Bébé dans la seconde demeure, puis de peu à peu adapter le nombre de ces visites en fonction du comportement de Bébé.

Source : Presse Canadienne



ENFANTS

CERTAINS SUJETS sont plus difficiles que d'autres à aborder. C'est le cas de l'inceste, qui fait pourtant l'objet d'un livre pour enfants qui devrait être lu par tous, petits et grands : *La Petite Fille qui ne souriait plus*, écrit par Gilles Tibo sans flâna ni métaphore, très simplement et très directement. Illustré avec délicatesse par Marie-Claude Favreau, ce petit livre raconte comment une petite Nathalie vit le terrible secret que lui impose un adulte, comment peu à peu ce secret prend toute la place dans sa vie, comment la peur lui fait perdre ses moyens jusqu'à ce qu'elle trouve le courage de partager ce secret. Gilles Tibo a écrit cette histoire toujours du point de vue de Nathalie, avec une justesse de sentiment incroyable. À lire aux enfants pour ceux qui subissent l'inceste parviennent, eux aussi, à partager leur secret et que les autres comprennent la douleur de leurs petits copains victimes. « Un jour, si je deviens une grande personne, dit Nathalie, j'inventerai un savon pour laver l'intérieur des gens. » En attendant ce jour, on peut lire *La Petite Fille qui ne souriait plus* de Gilles Tibo, chez Soulières éditeur, 7,95\$.



ADOS

TOUT EST dans le titre : *Tracas d'ados, soucis de parents*, ouvrage qui aborde pas moins de 106 questions et situations de toutes sortes vécues par les parents d'adolescents et les adolescents eux-mêmes : « On a l'impression qu'il ne se lave pas assez », « Elle se trouve moche, il semble tout emprunté dans son corps », « Elle s'enferme dans la salle de bains », « Il n'a pas de petite amie ou, au contraire, il les multiplie », « Il s'est fait racketter, menacer, tabasser », « Sa mère est dépressive », « Faut-il attendre que les enfants soient adolescents pour se séparer ? », « Il a piqué mon portefeuille », « Elle se trouve trop grosse, elle veut faire un régime », « Jusqu'à quand peut-on donner des ordres, punir ? », etc. Le plus beau, c'est que les auteurs suggèrent, après chaque rubrique, des solutions, des réponses ! *Tracas d'ados, soucis de parents* par le professeur Daniel Marcelli et Guillemette de La Borie (elle-même mère de quatre ados!), chez Albin Michel, 26,95\$.

Marie-Christine Blais
collaboration spéciale



Jouer aux jeux vidéo améliore les capacités visuelles

Agence France-Presse

PARIS — Une équipe américaine de chercheurs a constaté que jouer régulièrement aux jeux vidéo, et plus particulièrement ceux de type « action », améliorait l'acuité et la rapidité de notre attention visuelle, annonce la revue britannique *Nature* à paraître aujourd'hui.

Les modifications du processus de perception visuelle ont été déterminées par comparaison d'indices comportementaux de vision et de processus de langage au sein de populations d'expériences diffé-

rentes (utilisateurs assidus ou non de jeux vidéo dans les six derniers mois).

L'équipe de C. Shawn Green et de Daphne Bavelier, deux spécialistes de science cognitive de l'Université de Rochester ont réalisé leur étude auprès de sujets des deux sexes âgés de 18 à 23 ans. L'étude a nécessité l'emploi de nombreux jeux vidéo (dont *GTA 3*, *Half-life*, *Spiderman* et *Super Mario Kart* pour les plus connus).

« Les jeux vidéo d'action repoussent les limites de l'attention visuelle », conclut l'étude. On observerait, après seulement 10 jours d'utilisation de tels jeux, un dé-

veloppement notable des compétences visuo-spatiales des personnes observées, tant au niveau de l'habileté des réponses que dans le temps de réaction à des stimuli visuels complexes, selon les chercheurs.

En 1985, une expérience similaire menée par trois autres experts (Greenfield, Brannon & Lohr) avait déjà montré que d'excellents joueurs en jeux vidéo étaient meilleurs que les non-joueurs pour une reconstruction mentale d'images, et cela sur un matériel dessiné sur papier.

Le cerveau du sommelier goûte le vin avec ses deux hémisphères

Agence France-Presse

ROME — Le cerveau du sommelier réagit de manière différente de celui des autres êtres humains lors de la dégustation du vin, démontre une étude scientifique, la première du genre au monde. Sept sommeliers, tous des hommes ayant sensiblement le même âge, et sept autres hommes de la même génération, mais non versés dans l'art du vin, ont participé à cette recherche effectuée à l'aide de la résonance magnétique fonctionnelle (fMRI).

Les résultats ont permis de démontrer que le cerveau des sommeliers utilisait ses deux hémisphères lors de la dégustation des vins, et celui des autres hommes seulement l'hémisphère droit.

« Nous avons conduit cette recherche selon des critères stricts appliqués aux deux groupes. Le vin devait ainsi être tenu pendant sept secondes dans la bouche avant d'être avalé, pour chercher à analyser les réactions dans les profondeurs du cerveau », a expliqué la physicienne Gisela Hagberg, l'un des scientifiques ayant participé à cette étude conduite à Rome, à l'Institut Santa Lucia, une structure sanitaire et de recherche.

Selon les scientifiques, les connaissances intellectuelles des sommeliers leur permettent d'apprécier davantage le vin que le commun des mortels.

« Même quand j'ai fini ma journée de travail, que je n'ai plus de vin à goûter, d'appréciations à donner, et que je me mets à table pour manger et boire un bon vin chez moi, dès la première gorgée, il y a un mécanisme qui se déclenche, qui me fait analyser et apprécier ce que je bois », a raconté Andrea Sturmiolo, vice-président de l'Académie du vin à Rome et participant à l'étude.

Au-delà du caractère un peu anecdotique de la recherche, « elle nous confirme que le cerveau peut être dressé et peut développer certaines qualités », a affirmé Luigi Amadio, directeur du laboratoire scientifique de l'Institut Santa Lucia où a été effectuée l'étude.

la Baie

encore plus

LE SOLDE

Du vendredi 30 mai au vendredi 6 juin

QUI DÉMÉNAGE!





LA BAIE, RUE SAINTE-CATHERINE O., VOUS OFFRE LE STATIONNEMENT **GRATUIT** AU PARKADE RUE AYLMER **chaque semaine**, les jeudi et vendredi, de 18 h à 21 h; le samedi, de 8 h à 17 h; et le dimanche, de 10 h à 17 h; à l'achat de 25 \$ ou plus (avant les taxes) d'articles à la Baie, rue Sainte-Catherine O. la journée même. Précisions en magasin.

Beaumarck

Cuisinière Beaumarck à four autonettoyant
N° 12771. Ord. 1 099,98 \$.

Frigo Beaumarck, 510 litres
N° 38371. Ord. 1 099,98 \$.

Duo lessive Beaumarck
N° 56231 et 66241.
Ord. 1 079,96 \$.

au choix 899⁹⁸

10 % de rabais
Micro-ondes et aspirateurs
Un exemple. Aspirateur-chariot Straight Air de Eureka. N° 972AE.
Ord. 99,99 \$. **Solde 89,99 \$**

solde 499⁹⁸
Congélateur Beaumarck®, 340 litres
N° 87120. Ord. 599,98 \$.

solde 459⁹⁸
Lave-vaisselle Whisper Wash II de Beaumarck®
N° 40281. Ord. 569,98 \$.

3 articles : 30 % de rabais
un ou 2 articles : 20 % de rabais

meubles

50 % de rabais

PLUS un rabais instantané de 25 \$ à 100 \$

Matelas

Modèles Apex II, Rosehall II, Artisan II et celui sans rotation Lyndhurst II de Simmons

SOLDE DE MODÈLES DE RAYON À NE PAS RATER

10 % DE RABAIS ADDITIONNEL
meubles : modèles de rayon sans suite et de fin de série
Sur nos derniers prix étiquetés.

60 % DE RABAIS PLUS un rabais additionnel de 100 \$
duos-sommeil : modèles de rayon sans suite

JUSQU'À 30 % DE RABAIS
appareils électroniques : modèles de rayon de fin de série et sans suite

JUSQU'À 25 % DE RABAIS
gros électros : modèles de rayon de fin de série et sans suite

ne payez rien avant un an ou payez en 12 versements égaux, sans intérêt

MEUBLES GROS ÉLECTROS APPAREILS ÉLECTRONIQUES DUOS-SOMMEIL

Le « PROGRAMME DE PAIEMENT DIFFÉRÉ » est offert aux titulaires de la carte de crédit Hbc, la Baie ou Zellers à l'achat de certains articles et services et sur approbation du crédit. **Mode de fonctionnement :** Votre achat doit totaliser 200 \$ ou plus avant les taxes. Les frais suivants sont exigibles au moment de l'achat et ne seront pas différés : (a) des frais de surtaxe de paiement de 45 \$ par transaction (sauf au Québec et en Nouvelle-Écosse); (b) toutes les taxes applicables; et (c) tous les frais additionnels liés à l'article acheté. Le paiement du reste de votre achat (qui doit être porté à votre compte de crédit Hbc, la Baie ou Zellers) sera différé et ce montant ne sera payable qu'à l'émission de votre relevé de compte de mai 2004. Les montants payables sont assujettis aux conditions habituelles de votre compte; si vous effectuez vos paiements selon les modalités prévues, l'utilisation du programme pour régler votre achat n'entraînera pas d'autre coût que les frais de surtaxe de paiement déjà réglés. Le taux d'intérêt appliqué à votre compte est de 2,4 % par mois (28,8 % par année). Si vous ne respectez pas les modalités liées à votre compte, la Baie ou Zellers se réserve le droit d'exiger le paiement complet du solde, y compris tout montant différé en vertu du « PROGRAMME DE PAIEMENT DIFFÉRÉ ». Pour plus de précisions, veuillez consulter un conseiller à la vente de la Baie. Possibilité de crédit instantané sur approbation. Le choix et les marques varient selon le magasin. Le choix varie selon le magasin. Exceptions : articles « Notre meilleur prix chaque jour » et « Achat spécial ».

OBTENEZ JUSQU'À 50 % PLUS DE POINTS* EN UTILISANT CONJOINTEMENT VOTRE CARTE DE CRÉDIT HBC ET VOTRE CARTE PRIMES HBC.

*Certaines exceptions s'appliquent. Précisions en magasin.

Partout au Québec
1 800 473-5543
Montréal et environs (450) 663-5543
313, boul. Cartier, Laval
sortie 7, aut. 15, 2 km à l'est

Clavardage

Peter Miller

Amoureux...d'un Italien dans le film *Mambo Italiano*



Aujourd'hui jeudi à 12 h 30

www.cyberpresse.ca/clavardage

cyberpresse.ca

Résultats

Tirage du 2003-05-28

1 ^{er} numéro	2 ^e numéro	3 ^e numéro
553731	393094	832653
25 000 \$	50 000 \$	100 000 \$
décomposable	décomposable	décomposable

Numéros «Télé»

705983 366090 883150

non décomposable non décomposable non décomposable

649

Tirage du 2003-05-28

06 16 20 29 33 45

Complémentaire: (39)

49

Tirage du 2003-05-28

10 24 39 40 43 47

Complémentaire: (14)

649

Tirage du 2003-05-28

04 05 07 09 14 23 24 25 31 33

35 47 48 53 54 56 57 61 67 70

Tirage du 2003-05-28

3 4

644 0053

Extra

Tirage du 2003-05-28

NUMÉRO

699920

Les modalités d'encaissement des billets gagnants paraissent au verso des billets. En cas de dispute entre cette liste et la liste officielle de L-Q, cette dernière a priorité.

Si vous avez un problème de jeu... MISE SUR TOI 1 866 505 1111

« WAKEBOARD »

Recevez gratuitement une corde et poignée « launch »

Valeur 189 \$



SKI NAUTIQUE

Combo à partir de **179\$**

À l'achat d'un ensemble « Wakeboard » hyperlite CWB O'Brien Liquid Force

Une seule adresse **SHARKS LAVAL**

Partout au Québec **1 800 473-5543**
Montréal et environs (450) 663-5543
313, boul. Cartier, Laval
sortie 7, aut. 15, 2 km à l'est

Achat - Vente - Location - Réparation

le lait présente

à votre TOUR

de profiter d'un parcours de 48 kilomètres animé par l'équipe Juste pour rire... d'emprunter un passage inédit par deux carrières et d'explorer les trésors de l'île... À votre tour d'être au rendez-vous d'un événement spectaculaire et unique!

INSCRIVEZ-VOUS DÈS MAINTENANT Tour de l'île de Montréal, 8 juin 2003

Information et inscription en ligne


514 521-TOUR
1 800 567-8356
www.velo.qc.ca

Québec

Ville de Montréal

énergie 4,3

CITE

La Presse

Canada

PONTIAC