



ARTS

CINÉMA

GOURMAND

BIÈRES

VINS

VOYAGES

SORTIES

PLATEFORMES
NUMÉRIQUES

*10 séries qui
détonnent*

INSOMNIES
EN VUE



MAISON

Construction

DES BÂTIMENTS
BIENTÔT
IMPRIMÉS EN 3D



EN CUISINE

Recettes

TARTINES ET
SOUPE FROIDE



MÉDIAS

Le p'tit mag

LANCEMENT
DES AS
DE L'INFO!

PALACE DE GRANBY

UNE SAISON
TRÈS ATTENDUE

PHOTO NETFLIX, CHO WONJIN



1

PHOTO LUCASFILM LTD. & TM.



2

PHOTO NETFLIX



3

RENTRÉE SUR LES PLATEFORMES

10 SÉRIES
QUI DÉTONNENT① **Narco-Saints**

SUR NETFLIX

depuis le 9 septembre

Après le succès phénoménal de la série sud-coréenne *Le jeu du calmar* (la première en langue autre que l'anglais à être nommée aux Emmy), gageons qu'ils seront nombreux à être curieux de voir ce qui se trame dans *Narco-Saints*, elle aussi venue de Corée.

Ils y retrouveront notamment l'acteur Park Hae-soo, qui campait l'un des finalistes du sanglant concours. Mais dans un contexte différent.

Nous avons ici affaire à un entrepreneur contraint par les services secrets de son pays à s'enrôler dans une mission visant à capturer un trafiquant de drogue en Amérique du Sud. **GENEVIÈVE BOUCHARD**

② **Andor**

SUR DISNEY+

dès le 21 septembre

La saga *Star Wars* s'agrandit avec cet antépisode du film *Rogue One* (2016). Nous y suivons le personnage de Cassian Andor au moment où la rébellion contre l'Empire commence à s'organiser.

Dans cette série en 12 épisodes, Diego Luna reprend son rôle de capitaine — qu'il a défendu au grand écran — au moment où il sent l'appel à agir.

L'un des scénaristes du film, Tony Gilroy, reprend du service pour quelques chapitres. À ses côtés, on remarque dans les crédits le nom de Beau Willimon, à qui l'on doit l'adaptation américaine de *House of Cards*. Les jeux de coulisses, ça le connaît... **GENEVIÈVE BOUCHARD**

③ **Mercredi**

SUR NETFLIX

date à venir

La famille Addams vue à travers la lentille du singulier cinéaste Tim Burton. On peut s'attendre à une double dose d'étrange dans la série *Mercredi*, à venir sur Netflix cet automne.

Comme son titre l'indique, cette nouvelle version des aventures du gothique clan se déploiera autour de la fille aînée, maintenant étudiante au secondaire. L'intégration avec ses camarades ne semble pas être son fort, selon les premières images qu'on a vues de cette série, mettant en vedette Jenna Ortega, Catherine Zeta-Jones et Luis Guzmán. **GENEVIÈVE BOUCHARD**

④ **Le seigneur des anneaux : les anneaux du pouvoir**

SUR PRIME VIDEO

depuis le 2 septembre

Du côté de Prime Video, on mise aussi sur le fantastique avec une série qui se glisse dans l'univers du *Seigneur des anneaux*. *Les anneaux de pouvoir* se positionne cependant des milliers d'années avant les adaptations cinématographiques de l'œuvre de J. R. R. Tolkien. Le projet télévisuel, qui bénéficie au total d'un faramineux budget d'un milliard de dollars américains, est attendu depuis 2017 par les fans du *Seigneur des anneaux*. Avec cette première saison (cinq sont prévues par Amazon), le public pourra plonger dans «le Deuxième Âge» alors que le mal menace toujours en Terre du Milieu. **LÉA HARVEY**

⑤ **Le cabinet des curiosités de Guillermo del Toro**

SUR NETFLIX

dès le 25 octobre

Cinéaste doublement oscarisé en 2018 pour *La forme de l'eau* (meilleurs réalisation et film), Guillermo del Toro débarque sur Netflix avec une série en huit épisodes où se déploieront autant d'histoires d'horreur.

Selon les informations qui ont filtré, on pourra notamment y voir les acteurs Rupert Grint (*Harry Potter*) et Andrew Lincoln (*The Walking Dead*).

Ces adaptations de nouvelles, dont deux sont signées par del Toro, promettent une plongée dans l'étrange et le sinistre, juste à temps pour l'Halloween. **GENEVIÈVE BOUCHARD**



PHOTO AP, AMAZON STUDIOS

4



PHOTO NETFLIX, DAVID LEE

5



PHOTO NETFLIX

6



PHOTO AP, HBO MAX

7



PHOTO HULU

8



PHOTO NETFLIX

9



PHOTO NETFLIX, EIKE SCHROTER

10

6 The Crown, saison 5

SUR NETFLIX
en novembre

Très attendue suite de la série de Netflix consacrée à la famille royale britannique, la saison 5 de *The Crown* arrivera sur la plateforme en novembre.

L'actrice Imelda Staunton (nommée aux Oscars en 2005 pour *Vera Drake*) succède à Claire Foy et à Olivia Colman dans les chaussures de la reine Élisabeth II.

Selon ce qu'on a pu apprendre, l'intrigue nous amènera dans l'ère du premier ministre John Major (prédécesseur de Tony Blair), au moment où la séparation du prince Charles et de lady Diana a fait scandale. **GENEVIÈVE BOUCHARD**

7 La maison du dragon

SUR HBO/ CRAVE
depuis le 21 août

Après avoir laissé les amoureux du *Trône de fer* sur la finale controversée de la saison 8, HBO est de retour avec *La maison du dragon*, antépisode à la populaire série de *fantasy*. Adaptés du roman *Feu et sang* de George R. R. Martin, les dix épisodes prévus s'intéresseront à la famille Targaryen, ses 17 dragons et à leur chute, près de 200 ans avant Daenerys.

Avec deux émissions déjà diffusées, *La maison du dragon* promet aux fans du *Trône de fer* un retour aux sources. Violence, sexe et jeux politiques inclus.

HBO a annoncé le retour de la série pour une deuxième saison. **LÉA HARVEY**

8 La servante écarlate, saison 5

SUR HULU
dès le 14 septembre

Elisabeth Moss est de retour pour une cinquième saison dans son rôle de June Osborne. La protagoniste de *La servante écarlate* fera face à de nombreux défis après avoir enlevé la vie au commandant Fred Waterford (Joseph Fiennes). Malgré sa mort, son idéologie et son régime, Gilead, continuent leur progression et leur influence au Canada, grâce à Serena (Yvonne Strahovski).

La célèbre série dystopique adaptée des livres de Margaret Atwood compte également sur le retour de plusieurs personnages dont Luke (O. T. Fagbenle), Moira (Samira Wiley), Tante Lydia (Ann Dowd) et plusieurs autres. **LÉA HARVEY**

9 Love Is Blind : After the Altar, saison 2

SUR NETFLIX
dès le 16 septembre

Too Hot To Handle, *The Circle*, *Dated And Related* : Netflix regorge de télé-réalités qu'on pourrait qualifier de... divertissantes. En attendant la saison 3 de *Love Is Blind* qui tarde à débarquer sur nos écrans, la plateforme de diffusion en continu donne au public une seconde saison de *Love Is Blind : After the Altar*. La série offrira ainsi aux amoureux de ragots des détails sur la vie des candidats (Deepti, Shayne, Natalie, Lyanna, etc.) après leur mariage... et leur rupture. Au vu de la bande-annonce officielle, larmes, nouvelles flammes et crépage de chignon sont au programme. **LÉA HARVEY**

10 The Midnight Club

SUR NETFLIX
dès le 7 octobre

Netflix compte également offrir du nouveau du côté de la série d'horreur avec *The Midnight Club* cocrée par Leah Fong et Mike Flanagan, connu notamment pour avoir imaginé *The Haunting of Hill House* et réalisé *Pas un bruit (Hush)*, *Ouija : les origines* ou encore *Jessie (Gerald's Game)*.

Adaptés du roman éponyme de Christopher Pike, les dix épisodes de *The Midnight Club* doivent guider le public au cœur d'un hôpital qui accueille des enfants malades en phase terminale. Certains d'entre eux se rencontreront la nuit pour se raconter des histoires effrayantes. **LÉA HARVEY**

PALACE DE GRANBY

UNE PROGRAMMATION RICHE



NICOLAS T. PARENT
nicolas.parent@lavoixdelest.ca

Les spectateurs qui ont assisté au dévoilement de la programmation 2022-2023 du Palace de Granby, mercredi soir, n'ont certainement pas regretté de s'être déplacés. Prochainement, la salle de spectacle accueillera une brochette d'artistes de renom et émergents, issus notamment des mondes de l'humour, de la variété et de la chanson.

Stéphane Fallu, humoriste et présentateur de la soirée, avait

d'entrée de jeu promis une soirée magique. Et les attentes ont été comblées avec notamment un spectacle gratuit s'étendant sur plus de deux heures. « Vous allez sortir d'ici et vouloir y revenir voir un spectacle », a-t-il lancé devant un parterre bien rempli.

Les prestations — en avant-goût de cette nouvelle programmation — étaient à la fois colorées, tordantes et inspirantes. Christian Marc Gendron, Fredo, Matt Lang, Justin Saladino, Brittany Kennell, Guillaume Pineault, Rosalie Ayotte et Queens of Rock ont tour à tour fait rire ou fredonner le public.

Le comédien Luc Senay et le directeur de production Martin Gougeon ont également foulé les planches pour présenter un

résumé de pièces de théâtre présentées autant aux adultes qu'aux plus jeunes.

« C'est un lancement que l'on attend depuis longtemps après deux années marquées par la pandémie, des éléments hors de notre contrôle », a fait valoir la directrice générale du Palace,

Christine Plante, en saluant la résilience et la patience des diffuseurs et artisans.

Cette dernière a également souligné l'effort colossal des personnes ayant contribué à l'élaboration de la nouvelle programmation, contre vents et marées.

La présentation de plateaux doubles est une autre nouveauté qui fera plaisir à bien des gens, assure-t-on. Les rappeurs FouKi et Koriass expérimenteront la formule qui consiste à inviter deux artistes dans le cadre d'une même soirée

DES NOUVEAUTÉS

Une nouveauté a su attirer les regards, puisqu'une nouvelle image de marque a été dévoilée au cours de la soirée. D'autres inédits ont été présentés par la directrice générale du Palace.

Notamment, le lieu fait un pas de plus vers l'écoresponsabilité en conviant les visiteurs à apporter leurs propres bouteilles d'eau aux représentations. Désormais, le Palace ne vendra plus de contenant à usage unique, des verres à l'effigie de la salle seront offerts à la place. Les responsables travaillent aussi pour l'obtention d'un permis d'alcool. Les consommations non alcoolisées sont déjà acceptées.

La présentation de plateaux doubles est une autre nouveauté qui fera plaisir à bien des gens,



Les spectateurs qui ont assisté au dévoilement de la programmation 2022-2023 du Palace de Granby, mercredi soir, n'ont certainement pas regretté de s'être déplacés. — ARCHIVES LA VOIX DE L'EST, JESSY BROWN

ET DIVERSIFIÉE

assure-t-on. Les rappers Fou-Ki et Koriass expérimenteront la formule qui consiste à inviter deux artistes dans le cadre d'une même soirée. En ce sens, les responsables assurent vouloir suivre les tendances et les suggestions du public, afin d'enrichir leur programmation chaque année.

EN RÉSUMÉ

Assurément, cette programmation 2022-2023 remplira ses promesses en artistes et en genres.

Les friands d'humour ne seront pas déçus au cours des prochains mois. Au sein d'une liste d'humoristes plus qu'enviable se retrouvent Cathy Gauthier, P-A Méthot, Lise Dion, Dominic Paquet, Philippe Laprise, Christine Morency, Mariana Mazza et

Michelle Desrochers.

En musique, de grandes peintures brûleront les planches de la grande scène, notamment Paul Daraïche, Matt Lang, Marc Dupré, Richard Séguin et Guylaine Tanguay. Sans oublier certains noms de la relève, ainsi que des découvertes assurées, entre autres grâce à la Série Blues.

« C'est un lancement que l'on attend depuis longtemps après deux années marquées par la pandémie. »

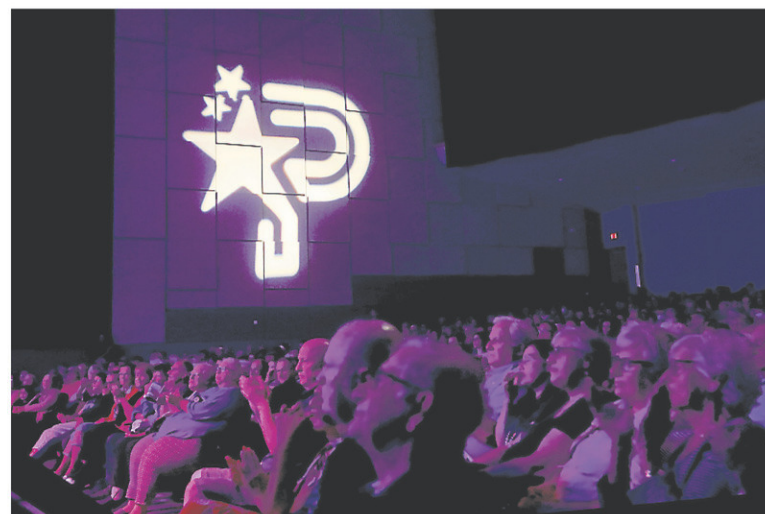
— Christine Plante, directrice générale du Palace

Les amateurs de voyages et les enfants seront transportés par les séries Les Grands Explorateurs et Show Chou, ainsi qu'avec une programmation se déplaçant dans les écoles. Le chimiste Yannick Bergeron et le magicien Fredo sauront plaire à tous, qu'ils soient grands-parents, parents ou enfants.

Par ailleurs, dans une courte vidéo présentée en soirée, la drag queen Rita Baga promettait une soirée en variété pour toutes les générations. Elle sera également de passage à Granby.

Enfin, les adeptes de dramaturgie pourront se gâter avec la présentation de pièces, dont *La nuit des rois*, *Féminisme pour homme* et *Le loup*, mettant en vedette les talentueux Luc Senay et Maude Guérin.

Infos: palacedegranby.com



Un aperçu de la nouvelle image de marque du Palace — LA VOIX DE L'EST, STÉPHANE CHAMPAGNE




Rosalie Ayotte a émerveillé le public avec deux de ses compositions. — LA VOIX DE L'EST, STÉPHANE CHAMPAGNE



Christine Plante, directrice général du Palace — ARCHIVES LA VOIX DE L'EST, STÉPHANE CHAMPAGNE



Avec l'humoriste et animateur Stéphane Fallu, le comédien Luc Senay a résumé devant le public la pièce *Le loup*, dans laquelle il incarne un homme atteint d'Alzheimer. Il partage les planches avec sa bonne amie Maude Guérin. — LA VOIX DE L'EST, STÉPHANE CHAMPAGNE



CLINIQUE PODIATRIQUE DE GRANBY
66, rue Court, bureau 214, Granby
450 991-4117
www.CliniquePodiatriqueGranby.ca


Le podiatre : le professionnel de confiance pour la santé des pieds

Placez vos pieds entre bonnes mains!


- Orthèses plantaires sur mesure
- Ongles incarnés, callosités
- Douleur ou prévention
- Verrues plantaires

**** Pour enfants et adultes**

Couvert par la majorité des régimes d'assurance privés. Aucune référence médicale nécessaire.



D^{re} Stéphanie Blum,
podiatre



D^{re} Geneviève Payette,
podiatre

Membres de l'Ordre des podiatres du Québec



FRANK CUSTEAU

ÉCRIRE DANS LE JEU PLUTÔT QUE LA DOULEUR

NOUVELLE
COLLECTION AUTOMNE
DISPONIBLE

ROBES CHICS ET
TOUTES OCCASIONS,
VÊTEMENTS SPORT
CHICS, PANTALONS,
JEANS, GILETS ET
AUTRES
TAILLES 2 À 22 ANS

**SUPER RABAIS
SUR LOT DE**

- COSTUMES
- VESTONS
- MANTEAUX
- PANTALONS
- GILETS
- ROBES
- JUPES
ET AUTRES

Huguette

285, rue Boivin, Granby • 450 378-4550
Fermé les dimanches et lundis

MÉLANIE NOËL
melanie.noel@atribune.qc.ca

SHERBROOKE — « Écrire dans le jeu. » C'est le défi que la chanteuse Gaële Cockpit a lancé à Frank Custeau lors d'un atelier de création en janvier 2022. De cette contrainte bienveillante est né, dans le plaisir et la légèreté, le microalbum *Les poissons volants*, troisième projet solo, lancé le 9 septembre, de l'ancien chanteur des Conards à l'orange.

« J'étais habitué de créer en puisant dans mon anxiété, mes souffrances, la misère. Cette fois, j'ai décidé de m'amuser tout au long du processus », explique celui qui mélange humour et amour dans ses nouvelles compositions aux sonorités folk rock et country.

Quand, à quelques jours de préavis, le chanteur a appris que l'église où il devait enregistrer son mini-album n'était plus disponible, il a fait un appel général sur les réseaux sociaux. Une bonne samaritaine a levé la main et c'est, encore une fois, dans la joie que Frank Custeau et les musiciens Antoine Auger, Luc jr. Bélisle, Olivier Hamel et Alex Crow se sont enfermés dans une maison de Saint-Élie-de-Caxton

Dans la chanson-titre du microalbum, les poissons volants représentent le bonheur. « C'est l'histoire d'amour de deux êtres un peu dépressifs qui voient le bonheur apparaître par moment, comme des poissons volants difficiles à attraper. Mais qui, ensemble, trouvent un heureux équilibre », explique Frank Custeau. — PHOTO ZOÉ TOUCHETTE

FRANK CUSTEAU
Les poissons volants

FOLK-ROCK COUNTRY FRANCO
Slam Disques



transformée en studio pour créer, en quatre jours, sa nouvelle offrande de cinq chansons.

« Ça a été une chance incroyable. Je ne la connaissais pas du tout, mais j'imagine qu'on avait des amis en commun. Elle nous a prêté par simple générosité sa maison sur le bord d'un lac, avec un grand piano à queue dans le salon », se réjouit-il, remerciant au passage Julie Hamelin, chanteuse jazz, pour son hospitalité.

DE L'ATELIER À L'ÉCOLE

L'atelier de création, animée par Gaële Cockpit et le parolier Frédéric Baron, a non seulement changé sa façon d'écrire, mais aussi sa trajectoire. Il a tellement aimé qu'il a décidé de s'inscrire au programme de formation pour auteurs-compositeurs-interprètes de l'École nationale de la chanson de Granby.

« Je n'avais pas de connaissances techniques pour la guitare ni pour le chant, alors je suis venu faire du rattrapage. On a des cours de théorie musicale, d'enregistrement et aussi de gestion de carrière », souligne le Sherbrookois installé à Granby au moins pour la prochaine année.

« Je me sens comme dans une longue résidence de création de dix mois au cours de laquelle on me pousse, par des challenges et des contraintes, à écrire autrement et autre chose. Et c'est aussi un trip humain extraordinaire », ajoute-t-il.

« IL VENTE DANS MON VENTRE »

Lors de la sortie de *Xénial Blues*, en janvier 2021, Frank Custeau était en pleine crise identitaire de la mi-trentaine. « Maintenant, ça se passe mieux. J'ai sorti ça de moi avec *Xénial*. Aujourd'hui, je suis content de ce qui se passe avec mes affaires. Je fais assez de musique pour m'amuser », note celui qui accepte qu'une vie de

musicien soit souvent synonyme d'une vie vécue modestement.

Dans sa nouvelle chanson *Pôv*, il écrit : « *Tout ce qui se vend augmente, suis pauvre. Il vente dans mon ventre, suis pauvre. J'ai pas de manteau d'hiver, y a rien dans mes armoires, suis pas parti pour la gloire.* »

Sur un ton humoristique, il parle de ses voisins pauvres de qui il dépend pour l'internet et le tabac.

« Ça fait longtemps que j'ai décidé d'avoir une job à temps partiel pour me laisser du temps pour la musique. Oui, j'ai toujours vécu de semaine en semaine et de paie en paie, mais j'ai du temps. J'ai choisi de vivre en ascète pour pouvoir faire ce que j'aime. C'est une fierté même si des fois ça fait chier », résume en riant celui qui a toujours su que la musique serait au centre de sa vie.

« À six ans, j'ai commencé à gossier mes parents pour avoir une batterie que j'ai finalement eue à 9 ans. Quand tu as six ans et que tu dois attendre trois ans, c'est la moitié de ta vie. Quand j'ai reçu l'instrument, je savais que je ferais de la musique », note celui qui a remplacé les percussions par la guitare à l'âge du cégep.

Frank Custeau a eu un été rempli de spectacles, dont celui de la Fête nationale du Québec, en première partie des Cowboys fringants, au parc Jacques-Cartier de Sherbrooke, devant la plus grande foule, de loin, de sa vie.

« J'ai été sur un nuage pendant une semaine ou deux. En même temps, j'ai vite compris que c'est une occasion qui arrive rarement et que je n'attirerai probablement jamais ce genre de foule, mais d'y goûter, c'est hors du commun. »

Dans la chanson-titre, les poissons volants représentent le bonheur. Que l'on voit apparaître et rapidement disparaître et qui sont difficiles à attraper. Frank Custeau a appris à les guetter. Et à les apprécier.

MARIE-ÈVE MUNGER

RENDRE JUSTICE AU JEUNE MOZART

DANIEL CÔTÉ

Le Quotidien

SAGUENAY — Pour son deuxième album, la soprano Marie-Ève Munger avait le goût de raconter une histoire. Ne voulant pas limiter cet enregistrement à une collection de chansons, elle s'est tournée vers Mozart. Tant d'airs du compositeur salzbourgeois sont familiers qu'on croit le connaître sur le bout des doigts, alors que de larges pans de l'œuvre demeurent sous le boisseau.

Ainsi en est-il de ses opéras de jeunesse, dont les mérites semblent si grands aux yeux de la chanteuse qu'ils forment le cœur de *Maestrino Mozart*.

Ce disque, qui sera mis en marché le 16 septembre sous l'étiquette

Atma, montre que l'artiste s'est battue pour obtenir des moyens conséquents. C'est ce qu'illustre la présence à ses côtés des Boréades, une formation regroupant une vingtaine de musiciens. Ensemble, ils abordent les premiers opéras de l'Autrichien, composés entre les âges de 10 et 16 ans. Ce répertoire comporte des maladrotes causées par son manque d'expérience, mais aussi des trésors qui méritaient qu'on jette une lumière sur eux.

Pour la soprano, le déclic s'est fait à New York, sur le plateau de l'opéra *Le songe de Scipion*.

« Je ne le connaissais pas, alors que ce répertoire me va bien, s'étonne la Saguenéenne. Ça m'a donné envie de comprendre le cheminement de Mozart pour voir comment il est devenu ce qu'il est devenu. En même temps, j'ai essayé de saisir ce qu'était sa vie pendant



Sur son nouvel album, *Maestrino Mozart*, Marie-Ève Munger interprète des airs provenant des opéras de jeunesse du compositeur. — PHOTO KLARA BECK

ces années-là. Dès ses 14 ans, on en parlait comme d'un maître, tandis qu'à 16 ans, sa musique était hyper-riche. Dramatique. Intense. Émouvante.»

Plus le temps passait et moins il y avait d'airs composés sans tenir compte — ou si peu — des capacités vocales des éventuels interprètes.

« Dans la période baroque, qui correspond au temps de ses premiers opéras, sa musique était difficile à chanter. Il maîtrisait moins les limites de ce que pouvaient

accomplir les artistes sur scène. Le rôle d'Aspasia dans *Mitridate*, ce n'est pas simple », donne en exemple la soprano. Néanmoins, à la fin de la première tenue à Milan, le public avait crié : « Vive le petit maître! »

LE TALENT D'ABORD

C'est ce que signifie le mot *maestrino* figurant sur le titre de l'album, comme quoi les contemporains du compositeur savaient apprécier son talent, au-delà de son jeune âge.

Marie-Ève Munger le confirme, en ajoutant que leur point de vue n'était pas biaisé par les chefs-d'œuvre universellement appréciés que sont devenus *Don Giovanni*, *Così fan tutte* et *La flûte enchantée*. Mieux que nous, ils prenaient en considération le paysage musical de leur temps.

« À 12 ans, il était aussi bon que les autres compositeurs, tandis qu'à 16, il déconstruisait les codes de l'opéra. Preuve que sa musique n'était pas juste *cute*, sur l'album on retrouve des airs qui constituent des morceaux de bravoure et d'autres qui sont hyper-dramatiques. Le Mozart de *Don Giovanni* est déjà là et, puisqu'on parle peu du Mozart jeune, je vois cet enregistrement comme une contribution au dossier, ainsi qu'un moyen de propager la bonne nouvelle. »

À cet égard, les choses se présentent bien, mais à condition de regarder au-delà de l'horizon immédiat. De fait, c'est à l'été 2023 qu'une tournée aura lieu avec Les Boréades.

« Nous planifions une tournée québécoise à laquelle s'ajoutera un volet canadien-anglais. Et plus tard, il se pourrait que nous nous rendions en Europe afin de présenter ce que je définis comme un voyage musical avec Mozart », annonce Marie-Ève Munger.

Élections provinciales 2022

Vos habitudes de vie permettent-elles de prédire votre vote?

Datagotchi Élections, un outil électoral surprenant!



LES MAISONS IMPRIMÉES EN 3D DEVIENNENT RÉALITÉ



FÉLIX LAJOIE
flajoie@lesoleil.com

Quelques-unes ont poussé à Austin, au Texas, tandis que la Chine en compte déjà plusieurs. Un bâtiment du même genre est également en construction en Ontario, et on projette d'en construire ailleurs au Canada : les bâtiments imprimés en 3D deviennent réalité! À quand leur apparition au Québec?

À Austin au Texas, la compagnie ICON a construit en 2020 plusieurs maisons de 400 pieds carrés à l'aide d'une gigantesque imprimante 3D.

Les maisons comportent une chambre, une salle de bain ainsi qu'une cuisine avec tous les équipements. L'aspect intérieur des murs de béton est à la fois texturé et épuré, avec un côté industriel, ce qui correspond aux tendances actuelles.

Ces maisons imprimées ont été intégrées au village Community First! de l'organisme Mobile Loaves & Fishes, qui est dédié à l'hébergement des personnes sans-abri.

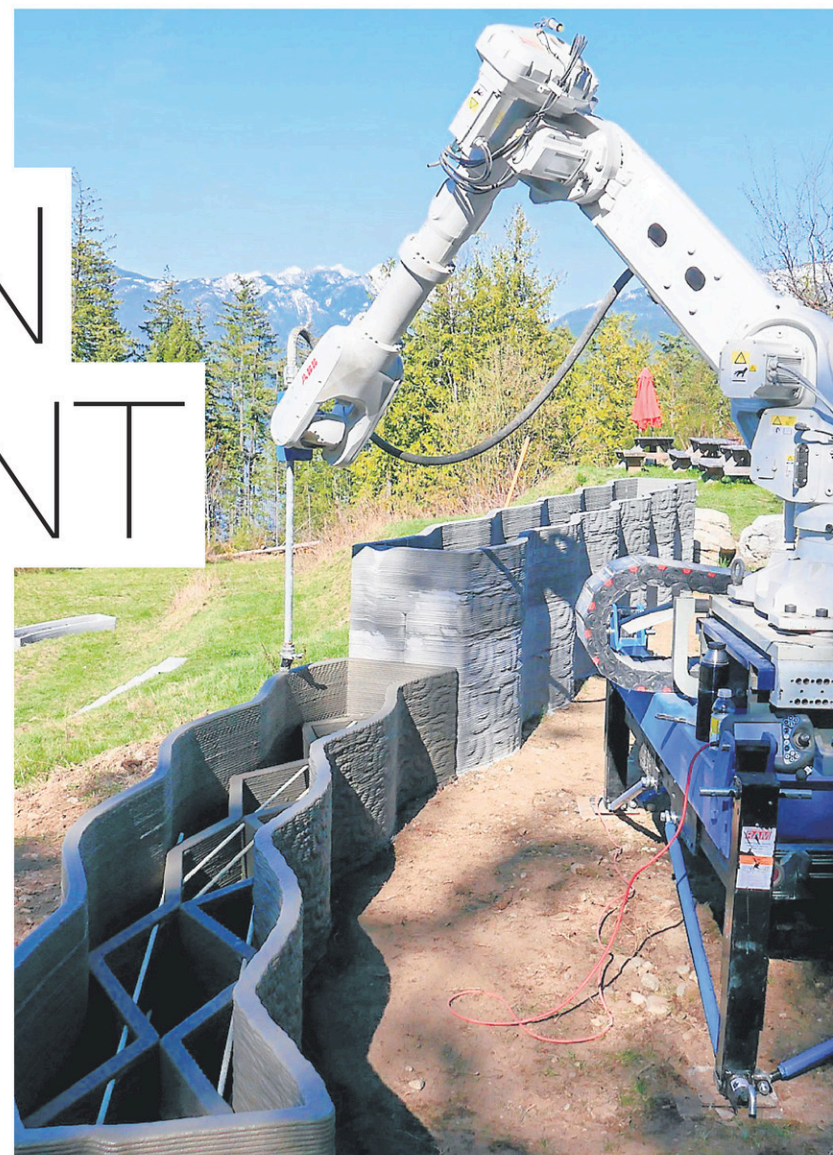
Un an auparavant, ICON avait collaboré avec un autre organisme, New Story, pour réaliser un projet similaire situé à Tabasco au Mexique. Dix maisons de 500 pieds carrés comportant deux chambres ont été imprimées, chacune en l'espace d'une journée.

Ces dernières ont été construites spécialement pour résister aux séismes, puisque l'État de Tabasco est situé dans une zone à risque. La maison ne devrait pas subir de dommage à moins d'un tremblement de terre d'une magnitude de plus de 7,4 sur l'échelle de Richter.

En Chine, des entrepreneurs ont poussé le procédé à son maximum. Ils ont imprimé un total de 10 petites maisons en moins de 24 heures. Ces derniers prétendent que celles-ci ont coûté moins de 5000 \$ chacune.

À Leamington en Ontario, l'organisme Habitat pour l'Humanité Windsor-Esex finalise actuellement un bâtiment imprimé qui sera éventuellement habité.

Cette construction, qui a démarré en mai dernier, a été rendue possible grâce à la participation de l'Université de Windsor, de la Municipalité



RE/MAX Professionnel acquiert un nouveau courtier dans la région!



NOMINATION

M. Mathieu Lasnier Choinière

Courtier immobilier résidentiel

C : 819 993-2569
mathieu@forand.ca

RE/MAX
Professionnel inc.
Agence immobilière

Pour mieux vous servir:

Granby: 450 378-4120

Cowansville: 450 266-6125

Bromont : 450 534-2147

Lac Brome: 450 204-4000

Sutton: 450 538-4000

**ON S'OCCUPE
DE TOUT**

Venez voir nos propriétés sur le site Internet!
www.remax-quebec.com
granby@remax-quebec.com



de Leamington et de plusieurs autres investisseurs.

DES AVANCÉES À L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE

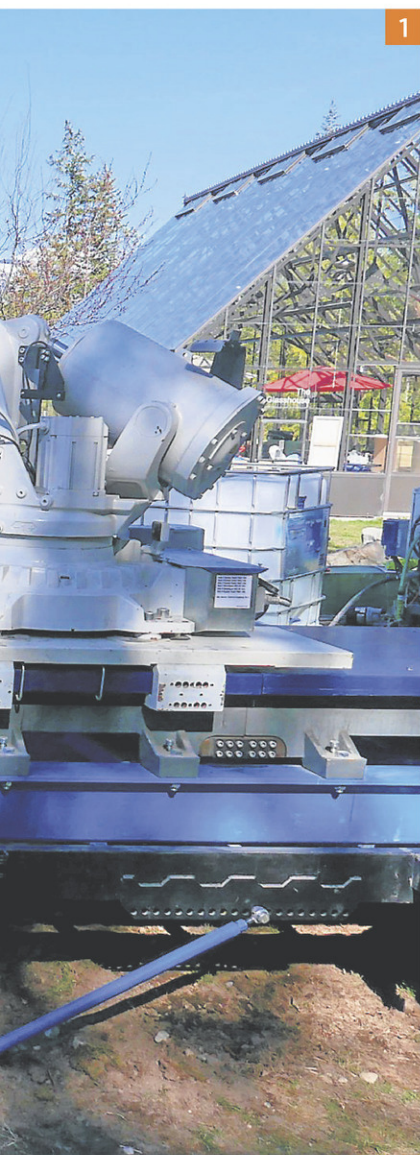
La technologie est sans doute impressionnante, mais sera-t-elle un jour appliquée ici, au Québec?

Le professeur de la faculté de génie de l'Université de Sherbrooke (UdeS) et titulaire de la Chaire de recherche industrielle du Conseil de recherches en sciences naturelles et en génie du Canada sur le développement des bétons fluides à rhéologie adaptée,

Ammar Yahia, est certain que oui.

«C'est une technologie très, très prometteuse qui pourrait à la fois réduire le temps de construction, l'empreinte écologique et aussi l'impact de la pénurie de main-d'œuvre», soutient d'emblée le professeur Yahia, en entrevue avec *Le Mag*.

Avec son équipe, le professeur Yahia a développé dans les locaux de l'UdeS une machine d'impression de béton en 3D de taille modeste, qui a été dévoilée aux médias l'année dernière. Elle fonctionne d'une manière similaire aux imprimantes plus imposantes qui impriment des bâtiments.



1

place l'une sur l'autre les couches d'un matériau en suivant un schéma numérisé.

La plus grosse différence réside dans la matière utilisée par la machine : le plastique habituel est remplacé par un type de béton spécial. Ainsi, l'appareil peut ériger une maison, de la fondation jusqu'au toit en l'espace d'une journée, voire quelques heures, selon la dimension.

UN BÉTON PLUS ÉCOLOGIQUE

Le professeur de l'UdeS est toutefois catégorique sur un point : le travail de son équipe n'est pas comparable à l'expérience réalisée en Ontario.

«Nous, on développe et on optimise des matériaux afin qu'ils soient imprimables à travers la machine», explique M. Yahia. Tandis que l'organisme en Ontario a obtenu des fonds pour engager une entreprise qui possède une imprimante et qui réalise le tout pour eux, en partenariat avec l'Université de Windsor.

«Tout ça est un peu secret, on ne sait pas du tout quels matériaux ils ont utilisés pour imprimer, l'impact écologique de ces matériaux ainsi que leurs coûts», soutient le professeur.

À Sherbrooke, l'équipe de M. Yahia a développé ses propres recettes pour former un béton parfait pour l'imprimante.

«Le matériau qu'on utilise doit avoir des propriétés très spécifiques, il a donc une consistance différente du béton habituel. Il est un peu comme une espèce de Jello», illustre le professeur. Il doit être liquide tout en étant assez consistant et ferme pour recevoir la prochaine couche qui va être

imprimée par-dessus.

Le ciment, l'élément liant qui entre dans la composition du béton, produit une importante empreinte écologique. L'équipe de l'UdeS a donc développé un mélange avec une très faible proportion de ciment afin de rendre la technologie plus écoresponsable.

«Nous, on utilise des ajouts cimentaires comme des cendres volantes ou de la poudre de verre qu'on intègre dans le mélange et qui viennent lier les éléments», explique M. Yahia. Ces additifs sont des résidus issus du domaine de la construction, ou d'autres industries, qui obtiennent une deuxième vie à travers le béton.

«ON SUIT ÇA AVEC BEAUCOUP D'INTÉRÊT»

Du côté de l'Association des professionnels de la construction et de l'habitation du Québec (APCHQ), on dit suivre cette avancée technologique de près.

«Toute innovation qui vise à augmenter et améliorer l'accessibilité à l'habitation, les performances, la durabilité et la facilité de fabrication, on suit ça de près», indique Marco Lasalle, directeur du service technique à l'ACPHQ. Selon lui, cette technologie pourrait avoir un impact positif sur ces quatre cibles.

Puisque les opérations de coffrage et de décoffrage sont supprimées, les opérations sont «plus rapides et produisent moins de déchets et de résidus», explique de son côté le professeur Yahia.

«De plus, vous avez seulement besoin de trois ou quatre employés pour opérer la machine et surveiller le tout», ajoute-t-il. Le risque d'erreurs humaines est aussi

réduit, puisque l'imprimante s'occupe de presque tout.

Contrairement à ce que certains pourraient penser, les ajustements à appliquer lors de la construction sont relativement minimes par rapport aux procédures habituelles.

«Le plus gros changement, c'est que la maison va devoir être isolée par l'extérieur et non de l'intérieur», signale M. Lasalle.

Professeur au Département de génie civil et de génie des eaux à l'Université Laval, Marc Jolin confirme le potentiel de la technologie d'impression 3D. À l'instar de M. Lasalle, il croit que les ajustements ne seront pas un gros obstacle.

«Comme n'importe quel bâtiment construit en béton, il faut que tu penses ou tu vas passer les fils électriques, tuyaux et drains avant la construction, parce que ça ne pourra pas être modifié par la suite», explique M. Jolin.

Selon ce dernier, la technologie d'impression 3D pourrait également être très utile pour préfabriquer les éléments d'un bâtiment qui seront ensuite installés à la main.

QUELQUES OBSTACLES À SURMONTER

À l'UdeS, le professeur Yahia et son équipe n'attendent plus que de passer à l'étape supérieure, soit utiliser leur béton avec une imprimante capable d'ériger un petit bâtiment. Toutefois, un dernier obstacle reste à surmonter : le manque de fonds.

«Nous, il nous manque seulement une subvention pour acquérir la machine plus grande», dit M. Yahia, qui rêve de tester la technique à l'échelle d'un bâtiment.

Le professeur a magasiné les imprimantes et son choix est déjà fait. Il désire acquérir l'imprimante

Tilikum de la compagnie hollandaise Twente Additive Manufacturing, composée d'un bras robotisé disposé sur une remorque à plateau.

«Cette machine est plus facile à transporter et demande moins d'espace d'entreposage, ce qui serait parfait pour une Université», indique le professeur.

Toutefois, selon l'ACPHQ, les maisons imprimées ne vont pas apparaître à tous les coins de rue demain matin, simplement parce que le code du bâtiment ne le permet pas.

«C'est le plus gros obstacle selon moi [...] vous savez on a de la difficulté à tasser une simple virgule dans le code», lâche M. Lasalle.

Selon lui, avec une difficulté pareille, cette technologie ne sera pas utilisée de manière commerciale avant «15 ou 20 ans».

Pour sa part, le professeur Jolin estime que l'implication d'une municipalité, d'un ministère ou d'une compagnie est essentielle dans un projet comme celui de M. Yahia. Un partenariat du genre permettrait de faire un pont entre le développement des technologies et l'application de celles-ci dans la réalité.

«S'il y a un fabricant de béton qui est à bord, ou une municipalité ou encore un ministère [...] alors les partenaires sont déjà tous autour de la table pour changer les normes, et on vient peut-être de sauver cinq ans», conclut M. Jolin.

«Elle nous permet de mettre le béton à l'épreuve, pour faire souffrir dans des conditions réelles», explique le professeur.

À première vue, le principe est le même qu'une imprimante 3D habituelle : la machine met en

1 L'imprimante Tilikum de la compagnie Twente Additive Manufacturing en pleine action. — PHOTO UDES ET TWENTE ADDITIVE MANUFACTURING

LE CONFORT

À LONGUEUR D'ANNÉE !

- ✓ Les plus grandes marques en chauffage et climatisation pour plus de confort, de performance, de fiabilité et d'économie d'énergie
- ✓ Des programmes de rabais aux consommateurs
- ✓ Des produits éligibles aux subventions et aides financières gouvernementales
- ✓ Les garanties les plus solides sur le marché

Nous offrons des solutions sur mesure selon vos besoins!

LT
RÉFRIGÉRATION & CLIMATISATION
LUC THERRIEN INC.
 Lincence R.B.Q.: 8004-4563-63

ROBERTO MARINELLI
 ET ÉRIC LABBÉ,
 PROPRIÉTAIRES



FUJITSU
 Entrepreneur
 ÉLITE
 12 ans pièces
 et 10 ans main-d'oeuvre

YORK
 Chauffage et climatisation

vänEE



70, RUE MARTIN, GRANBY 450.777.3933 REFRIGERATIONLT.COM

Une rentrée à surveiller

PHILIPPE WOUTERS

CHRONIQUE

philippe.wouters@lescoops.ca



Le milieu du mois de septembre souligne le début de la rentrée pour de très nombreuses microbrasseries au Québec. Les plus grands festivals de la province sont derrière nous et la consommation de bière va commencer à décliner légèrement, au rythme des journées plus fraîches et automnales.

La rentrée brassicole consiste donc à ranger le matériel pour les événements extérieurs, planifier la production de bière, organiser les ventes et se préparer à traverser une période de consommation plus faible. Plusieurs microbrasseries arrivent à étaler leurs ventes sur l'ensemble de l'année, mais la période automne-hiver est souvent la plus calme. On en profite également pour faire des changements et des rénovations.

Le monde de la bière au Québec subit des changements et ces changements se sont fait remarquer cet été. Tout d'abord, le nombre de brasseries au Québec ne cesse d'augmenter et met de la pression sur un réseau des ventes de plus en plus surchargé. Les conséquences commencent déjà à se faire sentir et plusieurs joueurs ont soit lâché prise, soit réorganisé leurs activités ou diminué leur production. Cet automne-hiver sera un excellent révélateur.

Du côté des consommateurs, de légers changements de comportement se sont également fait ressentir. D'abord, une présence moins marquée dans les festivals de bière autrefois porteurs de culture brassicole. Est-ce parce que la bière est de plus en plus

disponible partout? Est-ce parce que le consommateur préfère réaliser ses découvertes dans les bars ou à domicile? Une tendance à surveiller pour les prochaines éditions, mais plusieurs brasseries m'ont avoué redessiner leur présence en festival pour l'année prochaine et se concentrer sur les plus payants, signe que l'argument de visibilité ne suffit plus, celui de la rentabilité doit également être présent pour bon nombre d'entre eux.

Dans le monde de la microbrasserie, l'acheteur est fidèle à un courant de consommation et non à des marques, et c'est tout un défi que de l'inviter à acheter tout le temps la même bière

Côté bière, le raz de marée seltzer ne semble pas avoir été aussi grand qu'annoncé. Certes les ventes de seltzer ne sont pas négligeables, mais la bière de microbrasserie et les bières importées s'en sont bien tirées cet été. Ce sont plutôt les grands brasseurs avec les défauts d'approvisionnement qui ont subi une perte au niveau des ventes, les tablettes vides dans la section des bières premium et super premium auront fini de vous convaincre.

Côté style, la IPA, reine des bières contemporaines, continue sa domination dans les bars et les tablettes, mais force est de constater que la lager légère, de blonde

à brune, fait un retour remarqué, surtout dans les bars et restaurants. Certains styles très tendance, comme les pastry stout et smoothie, n'ont pas généré assez de ventes pour devenir une référence. Certes, plusieurs brasseries en brassent, mais le cumul de la production de ce style est assez bas, si on le compare à d'autres styles plus classiques. D'ailleurs, des brasseries qui misaient sur l'organisation de journées dédiées à la vente de ces produits changent de stratégie et distribuent dorénavant dans le réseau des détaillants.

Le portrait de l'industrie brassicole du Québec change, il n'est plus rare de voir des microbrasseries proposer plusieurs gammes de produits et concurrencer différents segments de produits alcoolisés, ou non. Par contre,

pour les microbrasseries qui se concentrent encore uniquement sur la production de bières, suivre les tendances n'est plus suffisant, il faut offrir de bons produits, mais surtout s'assurer que le consommateur choisisse son produit. Dans le monde de la microbrasserie, l'acheteur est fidèle à un courant de consommation et non à des marques, et c'est tout

un défi que de l'inviter à acheter tout le temps la même bière.

Force est de constater qu'avec une part de marché proche des 20% (estimation basée sur plusieurs critères, car aucun chiffre officiel n'est disponible), l'industrie de la bière de microbrasserie se retrouve dans une situation assez périlleuse: continuer à augmenter ses parts de marché et s'assurer que l'ensemble de ses membres profite de cette augmentation. L'été a démontré qu'on était en haut de la courbe, l'approche va donc changer, c'est définitivement la rentrée brassicole à surveiller.

DE RETOUR POUR VOUS EN METTRE PLEIN LES PAPILLES!



PHOTO ANNIE FERLAND

MONSIEUR COCKTAIL

PATRICE PLANTE
Collaboration spéciale

Bon début d'automne, chers lecteurs et chères lectrices passionnés d'élixirs et de cuisine liquide. Il est bon de vous retrouver en même temps que la fraîche brise de septembre et sa promesse de paysages à couper le souffle, mouchetés de rouge, de jaune et d'orange vif.

Malgré les travaux préparatoires du pont, la saison des pommes est bien amorcée sur mon île d'Orléans adorée. Il y a un romantisme évident qui accompagne cette période mythique de l'année, avec l'autocueillette et nos chaumières qui se parfument de cannelle et de l'odeur sucrée des tartes et des crumbles.

Mais il me peine, après un mois de juin dans la flotte et un mois d'août inégal, de dire au revoir à l'été. J'ai alors eu l'idée de souligner nos retrouvailles en ces pages pour vous suggérer un mojito aux pommes, le meilleur des deux mondes.

Le secret de cette recette réside dans l'utilisation du brandy de pomme, mais si vous n'en avez pas sous la main, votre rhum épicé favori saura transporter le sirop d'érable, le citron et le cidre.

Vous vous rappelez de ma

directive presque biblique de ne jamais piler la menthe? Et bien, pour ce cocktail particulier, vous pouvez vous permettre de piler le basilic dans le sirop d'érable afin de concentrer les saveurs et d'offrir une touche d'amertume bienvenue.

Bon, je salive, il fait encore un peu soleil, allons en profiter un bon verre à la main. Et n'oubliez pas votre foulard! Santé!

Mojito aux pommes

INGRÉDIENTS

- 2 oz de brandy de pomme ou de rhum épicé
- 0,5 oz de sirop d'érable ambré (goût riche)
- 1 oz de jus de citron frais
- 8 feuilles de basilic, pilées
- 2 oz de cidre pétillant (ou d'eau pétillante pour une version moins sucrée)
- 1 quartier de pomme et basilic (pour décorer)

PRÉPARATION

1 Dans un verre haut (Collins ou highball) rempli de glace, ajouter tous les ingrédients (sauf le cidre) et mélanger à la cuillère jusqu'à ce que vos doigts deviennent bien froids.

2 Ajouter le cidre pétillant.

3 Décorer d'un quartier de pomme et d'un bouquet de basilic frais.

QUI FAIT LE MEILLEUR PAIN?

Bonjour chers lecteurs!

La Voix de l'Est et tous les autres journaux des Coops de l'information cherchent les meilleurs pains de nos régions. Pour leur goût, leur fraîcheur, leur originalité ou encore parce que ce sont des classiques parfaits. Au levain, en baguette, tranché ou pas...

Alors ici, on compte sur vous. Dites-nous, chers lecteurs, où

on peut acheter le pain idéal en Estrie, en ville, à la campagne, peu importe.

On veut lire vos suggestions, voir quelles sont les boulangeries les plus populaires, en savoir plus sur ces artisans qui produisent ces merveilles.

On va ensuite aller acheter ces pains formidables et y goûter en compagnie d'un jury de trois per-

sonnes, des professionnels, qui décideront entre eux du grand gagnant de notre région.

Dès maintenant, vous pouvez nous écrire à redaction@lavoixdelest.ca pour nous faire part de vos suggestions. Nous publierons ce palmarès de tous les meilleurs pains du Québec et de l'Estrie cet automne.

À vos tartines!

RÉGAL.

LES VINS DE LA RENTRÉE

PLANÈTE VINS



NATALIE RICHARD
Collaboration spéciale
natalierichardmedia@gmail.com

Cette semaine je vous propose quelques blancs parfaits pour vos apéros, vos partys d'huîtres et vos plats de viande en sauce du dimanche, en plus de bons rouges pour les soirées spaghetti et les barbecues d'automne. Bonne rentrée!

**1 LA CHABLISIENNE
BOURGOGNE ÉMOTIONS
MINÉRALES 2021**
21,95 \$ • 13946760 • 12,5 % •
1,8 g/L

Cette coopérative de Chablis cultive l'excellence. On le reconnaît encore dans cette cuvée de chardonnay aux notes de pêche en finale citronnée, à la fois tendue et gracieuse qui rend bien les émotions minérales promises. Parfait pour la saison des huîtres.

**2 WEINGUT MARKUS
HUBER VISION GRÜNER
VELTLINER 2021**
18,15 \$ • 14514310 • 12,5 % •
1,5 g/L

Une belle vision de ce que peut produire le grüner sur les différents terroirs de silice du vignoble du jeune vigneron Markus Huber. Son talent s'exprime dans un vin précis, d'une

subtile fusion de fruits et d'une élégante expression de minéralité qui harmonisera aussi bien votre apéro qu'un festin de fruits de mer. **B**

**3 DOMAINE CHARLES
GONNET VIN DE SAVOIE
CHIGNIN-BERGERON 2020**
33 \$ • 14957866 • 14 % • 5,2 g/L

Encore un chef-d'œuvre de Savoie où la roussanne se manifeste dans une splendeur délicate de chèvre-feuille et d'abricot avec assez de corps pour accompagner un plat de viande en sauce, comme la blanquette de veau par exemple. Le millésime 2020 est à point, mais c'est une bouteille qui pourrait se garder encore quelques années et se bonifier. La roussanne est un cépage blanc qui a du corps et que l'on rencontre plus souvent dans les vins du Languedoc et du Roussillon. Mais il est originaire de Montélimar, une ville de la région d'Auvergne-Rhône-Alpes, reconnue entre autres pour son nougat. En Savoie, il couvre une petite superficie de seulement 100 hectares, surtout sur l'AOP Chignin-Bergeron.

**4 LE GRAND BALLON
TOURAIN ROSÉ 2021**
16,95 \$ • 14 977 314 • 13 % •
4,2 g/L

Une nouveauté rosée fort savoureuse du domaine de Joël et Thierry Delaunay. Majoritairement gamay avec 25 % de cabernet franc, on retrouve d'élégantes notes de cerise et de framboise noire sur une finale saline agréablement minérale qui fait saliver. Excellent pour un apéro prolongé, accompagné de quelques tapas comme des crevettes popcorn à la noix de coco, des bonbons de saumon à l'érable et des croustilles au sel de mer.



Apprendre à déguster les vins n'est pas seulement réservé aux professionnels. Vino Studio propose le programme international WSET, enseigné pour la première fois en français à Québec, dès cet automne. — PHOTO COLLABORATION SPÉCIALE NATALIE RICHARD

**5 SPERI VALPOLICELLA
CLASSICO 2020**
21 \$ • 14199938 • 12,5 % • 2,4 g/L

Un vin de spaghetti comme on les aime. D'une belle simplicité dans une rusticité élégante. La cerise noire est bien présente au nez et en bouche sur une trame fruitée, empreinte de légèreté, mais avec quand même assez de persistance pour être satisfaisant. **B**

6 IZADI RESERVA 2018
19,55 \$ • 12 604 098 • 14 %
• 2,4 g/L

Izadi signifie «nature» et Reserva est la dénomination d'un vin qui a vieilli 3 ans, dont un minimum d'un an en barrique, avant d'être mis en marché. Le domaine est installé

dans la Rioja Alavesa, la plus petite des sous-appellations du Rioja, plus au nord et sur des terroirs de haute altitude (jusqu'à 1200 mètres). De plus, la région bénéficie des effets refroidissants de l'océan Atlantique, ce qui apporte doublement de fraîcheur au vin, sans compromettre le fruit et l'apport de tannins bien structurés. Un vin à laisser respirer quelques minutes après l'ouverture, qui sera toujours un bon match avec les grillades. Prêt à boire maintenant, mais qui peut se garder au cellier jusqu'en 2028.

professionnels. La sommelière et formatrice Michelle Bouffard ouvre une division de Vino Studio à Québec cet automne où le programme international WSET sera enfin enseigné en français. J'aurai le grand plaisir de faire partie de l'équipe des professeurs et de partager mes connaissances avec tous ceux et celles qui souhaitent mieux comprendre le vin ou consolider leur technique de dégustation. Deux cours sont déjà ouverts à tous, à la fin novembre et en mars 2023. Pour tous les détails, visitez le site michellebouffard.com.

B BIO

Pour des suggestions quotidiennes de vins, suivez-moi sur Instagram @nrartdevivre ou sur mon site natalierichard.com

APPRENDRE À DÉGUSTER LES VINS

Apprendre à déguster les vins n'est pas seulement réservé aux



RECETTES

TARTINES SALÉES LIMA ET HERBES FRAÎCHES

LOOUNIE 2
Caroline Huard
KO ÉDITIONS



› Bon à savoir

Les haricots doivent mariner au moins 15 minutes et peuvent être préparés la veille.

› Rendement

4 à 8 tartines, selon la grosseur des tranches

› Conservation

Haricots marinés :
4 à 5 jours au réfrigérateur

NOUVEAU POUR VOUS!

Les Coops de l'information sont fières de lancer aujourd'hui une nouvelle collaboration avec KO Éditions afin de vous offrir de délicieuses recettes tirées de toutes leurs publications. On cuisinera des fruits, des légumes, des viandes, des plats véganes, sans gluten, ultra-simples pour la semaine ou parfaits pour le week-end, mais quoi qu'il en soit, tout sera toujours créatif et savoureux. Bon appétit!

PHOTO SYLVIE LY/KO ÉDITIONS



Rien ne bat une bonne *toast* le matin! Pour les adeptes de plats salés, les tartines aux haricots pourraient rapidement devenir des incontournables.

INGRÉDIENTS

- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive
- 15 ml (1 c. à soupe) de vinaigre de vin
- 1 petite échalote française, hachée finement
- 1 pincée de sel
- 1 boîte de 540 ml de haricots de Lima géants, égouttés et rincés
- 1 poignée d'herbes fraîches (menthe, persil, aneth), au choix
- Tranches de pain au levain, au choix
- Huile d'olive
- 1 gousse d'ail, coupée en deux (facultatif)
- Tahini
- Flocons de sel
- Flocons de piment fort
- Chapelure de pistaches façon dukkah (facultatif)
- Micropousses (facultatif)

PRÉPARATION

1 Dans un bol, mettre l'huile, le vinaigre, l'échalote et le sel. Mélanger. Ajouter les haricots et les herbes, et mélanger délicatement pour enrober les haricots.

2 Laisser mariner au moins 15 minutes à la température ambiante, et idéalement quelques heures (ou toute une nuit) au réfrigérateur.

3 À l'aide d'un pinceau, badigeonner chaque côté des tranches de pain d'un peu d'huile.

4 Dans une poêle à feu moyen-élevé, faire griller les tranches de 2 à 3 minutes de chaque côté. Lorsque le pain est grillé, frotter les demi-gousses d'ail sur les tranches pour y ajouter un peu de saveur, si désiré.

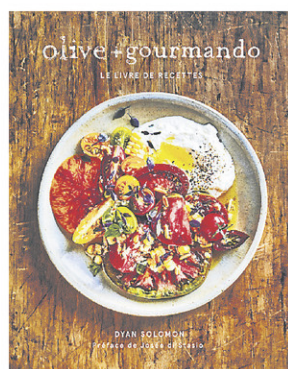
5 Répartir les haricots marinés sur les tranches de pain grillées. À l'aide d'une fourchette, écraser légèrement les haricots. Garnir les tartines d'un filet de tahini, des flocons de sel et des flocons de piment ainsi que la chapelure de pistaches et des micropousses, si désiré.



PHOTO MAUDE CHAUVIN/KO ÉDITIONS

➤ SOUPE FROIDE CONCOMBRE ET PETITS POIS

OLIVE + GOURMANDO
Dyan Solomon
KO ÉDITIONS



➤ **Portions**
6 à 8 entrées

➤ **Préparation**
15 minutes

➤ **Repos**
20 minutes

C'est l'été que les soupes froides trouvent leur véritable raison d'être, et, ce qui les rend si agréables à cuisiner, c'est qu'on peut utiliser les produits

les plus frais qui soient. L'ajout du concombre dans cette soupe froide classique la rend encore meilleure, et il va sans dire que les petits pois, en plus des radis du marché, la rehaussent comme seuls les légumes de saison peuvent le faire. Il est important de ne cuire aucun des ingrédients. Si les pois sont frais, vous n'avez qu'à les blanchir dix secondes dans l'eau bouillante salée (avant de les plonger dans l'eau glacée). Si vous voulez sauter cette étape, des pois congelés bios font l'affaire. Pensez à les faire décongeler en les plaçant au réfrigérateur la veille, et c'est tout. Enfin, parce que cette soupe peut tourner rapidement, et pour conserver sa couleur éclatante, gardez tous les ingrédients le plus froids possible.

INGRÉDIENTS

- 1,25 L (5 tasses) d'eau froide
- 500 g (environ 3 tasses) de concombres anglais ou libanais non pelés, coupés en dés
- ½ oignon, haché
- 2 petites gousses d'ail, pelées
- 85 g (1 ½ tasse) de pain au levain rassis, coupé en morceaux
- 175 g (1 tasse + 2 c. à soupe)

- de petits pois frais ou surgelés
- 180 ml (¾ tasse) de yogourt nature 10 %
- 15 g (½ tasse) d'aneth frais, haché grossièrement
- 15 g (½ tasse) de feuilles de menthe fraîche, hachées grossièrement
- 45 ml (3 c. à soupe) d'huile d'olive
- 30 ml (2 c. à soupe) de jus de citron
- 10 ml (2 c. à thé) de sel

Garnitures suggérées

- Fines tranches de radis et de concombre
- Huile d'olive au citron
- Poivre du moulin

PRÉPARATION

- 1 Dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients. Laisser reposer 20 minutes afin que le pain ramollisse et absorbe les saveurs.
- 2 Au mélangeur, broyer le mélange en purée. La soupe ne sera pas lisse, il restera des petits morceaux de pain.
- 3 Répartir la soupe dans des bols et garnir, au choix.

➤ SALADE DE BIFTECK AU BASILIC

SIMPLE
Yotam Ottolenghi
KO ÉDITIONS



Cette salade fait une superbe entrée, un bon lunch ou un souper léger. Tous les composants de la recette peuvent être préparés la veille et réfrigérés, mais assemblez-les juste avant de servir, sinon les légumes ramolliront, et les

croûtons de pitas se détremperont dans la vinaigrette.

➤ **4 portions**

INGRÉDIENTS

- 50 g (env. 1 ½ tasse) de basilic
- 1 gousse d'ail, pressée
- 135 ml (9 c. à soupe) d'huile d'olive
- 400 g (presque 1 lb) de biftecks de surlonge d'environ 1,5 cm (2 3 po) d'épaisseur
- 2 pains pitas, déchiquetés grossièrement en morceaux de 3 cm (env. 1 po)
- 2 endives rouges, les feuilles séparées, puis coupées en deux sur la longueur, en diagonale
- 40 g (1 ¼ tasse) de roquette
- 45 ml (3 c. à soupe) de jus de citron
- 60 g (un peu plus de ¼ tasse) de parmesan, en copeaux
- Sel et poivre noir



PHOTO JONATHAN LOVEKIN

PRÉPARATION

- 1 Préchauffer le four à convection à 200 °C (400 °F) ou le four standard à 220 °C (425 °F).

- 2 Dans un petit robot culinaire, mélanger la moitié du basilic avec l'ail, 75 ml (5 c. à soupe) de l'huile et ¼ c. à thé de sel jusqu'à ce que la préparation soit onctueuse. Réserver.

- 3 Parsemer les biftecks de ¼ c. à thé de sel et poivrer généreusement. Dans une poêle, sur feu vif, chauffer 15 ml (1 c. à soupe) de l'huile. Lorsque l'huile est très chaude, saisir les biftecks, en les retournant à la mi-cuisson, de 3 à 4 minutes pour une viande mi-saignante. Retirer de la poêle et laisser reposer 10 minutes.
- 4 Dans la même poêle, sur feu vif, chauffer le reste de l'huile (45 ml / 3 c. à soupe). Faire colorer les morceaux de pitas, en secouant la poêle de temps à autre, de 2 à 3 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés et entièrement croustillants. Transférer les croûtons dans une assiette tapissée d'essuie-tout et les parsemer d'une pincée de sel. Réserver.
- 5 Mettre les endives, la roquette, le jus de citron, le parmesan, l'huile au basilic et le reste du basilic dans un grand bol de service. Réserver.
- 6 Couper les biftecks dans le sens contraire des fibres de la viande en tranches de 5 mm (¼ po) d'épaisseur. Les saupoudrer de sel et les ajouter à la salade. Ajouter les croûtons et mélanger délicatement. Servir.

ÈVE TESSIER-BOUCHARDCoopérative nationale de
l'information indépendante

Tu veux toujours en savoir plus sur le monde qui t'entoure? Chaque samedi, nous te présentons les nouvelles les plus intéressantes de la semaine, publiées par notre équipe sur le Canal Squat, un bulletin de nouvelles quotidien offert sur le site Web jeunesse de Télé-Québec. À lire et à voir dans le journal, dans l'appli et sur notre site Web!

UNE SEMAINE D'ACTU



ANNONCE SPÉCIALE : UN TOUT NOUVEAU MÉDIA... JUSTE POUR TOI!

Nous avons cette semaine une nouvelle très importante pour toi. En fait, nous te donnons un scoop, comme disent les journalistes.

Les Coops de l'info lancent MARDI un tout nouveau média, entièrement dédié à l'actualité jeunesse. Ça veut dire que tous les jours, nous allons te résumer l'actualité sous forme de textes, vidéos, balados, quiz ou sondages. Tu vas pouvoir te créer un compte, avec un avatar rigolo, et réagir, commenter ou envoyer des messages à tes amis. Notre promesse, c'est qu'avec Les as de l'info, tu seras au courant de toutes les nouvelles importantes. Comme ça, toi aussi tu pourras participer aux discussions des adultes. Peut-être même que c'est toi qui leur apprendras de nouvelles choses! Le site est gratuit pour tous les enfants du Québec, du Canada et même du monde!

➤ TOUT SAVOIR SUR LES ÉLECTIONS

Chez Les as de l'info, on est persuadé que les jeunes sont des citoyens et citoyennes à part entière et ont autant le droit que les adultes de savoir ce qu'il se passe dans le monde. C'est pourquoi nous t'avons préparé ce mois-ci un dossier spécial élections où on te résumera les promesses des différents partis et les dessous d'une campagne électorale. Et un dossier spécial apparaîtra chaque fois qu'un événement important aura lieu! Comme ça, tu seras sûr de ne jamais rien manquer.

➤ QUEL GENRE DE CONTENU VAIS-JE Y RETROUVER?

En plus des textes sur l'actualité, on te présentera des gens inspirants, des faits intéressants sur les animaux, l'environnement... et bien plus encore. Tous les

contenus seront regroupés par thème, alors tu pourras facilement retrouver tes sujets préférés. Tu peux même recevoir une notification chaque fois qu'un nouvel article sur ta passion sortira!

➤ OÙ PEUT-ON RETROUVER CE MÉDIA?

En ligne, tout simplement à l'adresse suivante : lesasdelinfo.com

C'est donc un rendez-vous, mardi, sur la plateforme des As. Et on s'attend à ce que tu arrives avec un profil haut en couleur! À bientôt!
L'ÉQUIPE DES AS DE L'INFO

LES AS DE L'INFO

10

ÉPHÉMÉRIDE
DU JOUR

10 SEPTEMBRE

Journée mondiale
de la prévention
du suicide

Le 10 septembre est la Journée mondiale de la prévention du suicide. Organisée par l'Association internationale pour la prévention du suicide, cette journée de sensibilisation est l'occasion d'ouvrir le dialogue au sujet du suicide. Il peut arriver, lorsqu'une personne souffre trop ou traverse de grandes épreuves, qu'elle songe à attenter à sa vie. Ces pensées sont un signal d'alarme indiquant qu'il faut rapidement aller chercher de l'aide. Il y a toujours des solutions pour faire face aux difficultés qu'on rencontre!

Si tu as des pensées suicidaires ou que tu crois qu'une personne autour de toi en a, parles-en! Le suicide est un sujet sérieux et il existe de nombreuses ressources gratuites pour être soutenu. N'hésite pas à les contacter si tu en as besoin.

TEL-JEUNE

Appelle : 1 800 263-2266

Texte : 514 600-1002

teljeunes.com

JEUNESSE J'ÉCOUTE

Appelle : 1 800 668-6868

Texte : 686 868

jeunessejecoute.ca



PHOTO AP, JOHN MINCHILLO

UNE LÉGENDE DU TENNIS
TIRE SA RÉVÉRENCE!

Serena Williams, une joueuse de tennis considérée par beaucoup comme la meilleure de tous les temps, a très probablement joué son dernier match professionnel dans les derniers jours. Mais même si sa carrière est terminée, l'héritage qu'elle laisse au sport est immense. On te raconte l'épopée légendaire que constitue sa carrière.

QUI EST SERENA WILLIAMS?

Serena Williams est une joueuse de tennis américaine née le 26 septembre 1981 à Saginaw, dans l'État du Michigan. Avec sa grande sœur Venus, elle a dominé le circuit de l'Association des joueuses de tennis durant la majorité des années qu'elle y a joué.

Serena a été numéro 1 mondiale durant un total de 319 semaines. Ceci la place au 3^e rang des femmes y ayant passé le plus de temps, juste derrière Martina Navratilova (332) et Steffi Graf (377).

Elle a également remporté 23 tournois du Grand Chelem, la catégorie de compétition la plus prestigieuse au monde. Une seule autre joueuse en a gagné plus qu'elle, soit Margaret Court,

avec 24. Serena Williams remporte d'ailleurs son premier Grand Chelem, l'US Open de 1999, à seulement 18 ans!

DES ADIEUX TOUCHANTS

Serena Williams avait averti ses fans que l'US Open de cette année serait probablement le dernier tournoi auquel elle participerait. Et cette dernière apparition aura été mémorable!

Après n'avoir presque pas joué de l'année, la joueuse américaine a réussi à atteindre le 3^e tour du championnat, en battant au passage la 2^e joueuse mondiale, Anett Kontaveit! Elle s'est ensuite malheureusement inclinée contre Ajla Tomljanovic en trois manches très serrées.

Williams, qui jouait devant ses partisans aux États-Unis, n'a pas manqué de remercier ces derniers pour toute l'énergie qu'ils lui ont donnée durant tout le tournoi. En effet, la foule a toujours été de son côté, rugissant à chaque point qu'elle gagnait.

Finalement, la joueuse américaine aura aussi marqué les esprits lors de

ce dernier tournoi avec un de ses plus grands atouts : son style. Enveloppée d'une robe noire ornée de centaines de minuscules diamants (comme tu peux le voir sur la photo de l'article), elle a rayonné sur le terrain comme la reine du tennis qu'elle est!

UNE «ÉVOLUTION»

Serena Williams insiste pour dire qu'en mettant un terme à sa carrière, elle ne prend pas sa retraite. Au contraire, il s'agit pour elle d'une «évolution». Elle trouve que le mot «retraite» est réducteur et vieillissant. On la comprend, elle n'a que 40 ans!

L'évolution de Serena s'effectuera donc sous plusieurs aspects. Premièrement, elle veut agrandir et s'occuper de sa famille, notamment de sa fille de 5 ans, Olympia. Deuxièmement, elle veut s'impliquer davantage dans la gestion d'une entreprise qu'elle a mise sur pied il y a quelques années. Finalement, Serena dit vouloir reposer son corps et son esprit après tout le stress que sa carrière lui a causé. **LAURENT CÔTÉ**



VOUS PRÉSENTE

UN TRIO EXCEPTIONNEL!



Le **CR-V** 2022

Location à partir de

145%



La **Civic sedan** 2022

Location à partir de

195%



Nouveau **HR-V** 2023

Location à partir de

445%



Martin Chagnon Fournier
Directeur adjoint du service

Mathieu Chagnon Paquette
Directeur des ventes

Francis Chagnon Prémont
Directeur des ventes



*Notre famille
au service de la vôtre!*



HONDA

1711, rue Principale, Granby 450 378-9963

*Voyez un représentant de Chagnon Honda pour plus de détails