

BIÈRE

Le Mondial de la bière exporte pour la première fois son concept à Strasbourg où 120 brasseurs du monde entier proposeront 420 variétés de bières. À lire sur [cyberpresse.ca/strasbourg](http://cyberpresse.ca/strasbourg)



BLOGUE

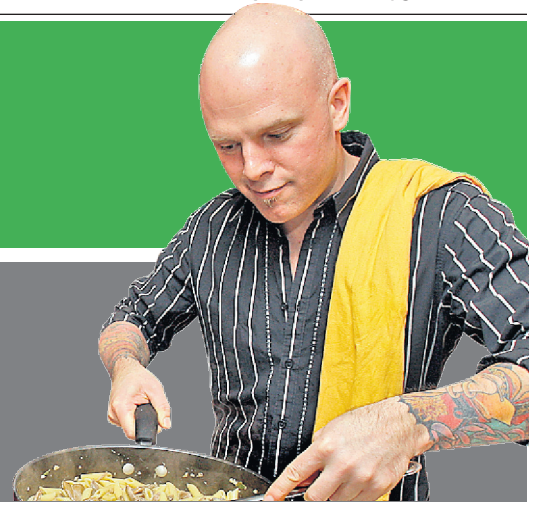
Consultez notre tout nouveau blogue Granos urbaines pour obtenir des conseils pour une alimentation santé sur [cyberpresse.ca/granos](http://cyberpresse.ca/granos)

# GOURMAND



RESTAURANT  
ITINÉRAIRE VÉGÉTALIEN  
PAGE 6

CUISINIER  
REBELLE  
UN ROCKEUR  
AUX FOURNEAUX PAGE 4



# BIRRIA Y TEQUILA



Le Mexique offre une cuisine originale, raffinée et d'une prodigieuse variété. Oubliez le riz et les haricots et cherchez les spécialités dans les marchés publics, les fondas et les grands restaurants. Voyage au coeur du Mexique gastronomique avec Robert Beauchemin, en pages 2 et 3.



PHOTO ROBERT SKINNER, LA PRESSE / PHOTOMONTAGE CATHERINE BERNARD

À chaque occasion  
le bon restaurant.



Le guide de  
toutes les sorties.

## GOURMAND



# LE MEXIQUE, LA CUISINE ET LA TEQUILA...

ROBERT BEAUCHEMIN  
COLLABORATION SPÉCIALE  
MEXIQUE

**S**i tout le monde connaît (et aime) le Mexique, c'est souvent pour des raisons différentes: le climat torride de la côte du Pacifique, les plages du Yucatan et d'Oaxaca, les villes musées de Puebla, Taxco, Guanajuato, Zacatecas, la musique, le cinéma et l'alcool. Mais la cuisine reste la grande inconnue. Et c'est bien dommage!

On a tendance à confondre la nation et la culture dans un monde comme le nôtre, un peu obsédé par les catégories. Ainsi, il n'y aurait qu'une cuisine au Mexique, parce qu'il n'y aurait qu'une culture mexicaine. Or, rien n'est plus faux. Le Mexique est l'un des pays les plus cosmopolites des deux Amériques et l'un des rares à avoir réussi une fusion culturelle à peu près parfaite.

Chacune des 62 langues indigènes parlées au pays et reconnues par l'État mexicain représente un ensemble culturel unique et riche de traditions. Y compris culinaires. À cela, ajoutez le groupe principal, les Mestizos, qui reconnaissent un ou plusieurs ancêtres autochtones, souvent exposés au fil des siècles à la culture hispanique dominante, puis à l'apport français (les Mexicains ont été largement francophiles au XIX<sup>e</sup> siècle), et vous obtenez un sacré mélange culturel et gastronomique.

En fait, le Mexique constitue certainement la plus importante culture gastronomique des deux continents, l'une des seules où le malaxage culturel a donné une cuisine originale, raffinée et surtout d'une prodigieuse variété. Oubliez le riz et les haricots, et cherchez les spécialités dans les marchés publics, les fondas (des restos populaires, économiques et authentiquement locaux), les repas de famille ou les grands restaurants bourgeois installés principalement dans les grandes villes.

Dans la seconde ville du pays, Guadalajara, la plus mexicaine de toutes, dit-on souvent, la cuisine occupe une place prépondérante. C'est la ville où le cliché de la culture mexicaine est le plus vivant, coloré et pittoresque. Les mariachis, la musique ranchera, la tequila et le chocolat dont on dit qu'il était apprécié par les rois aztèques, tout ça est originaire de l'État de Jalisco et de sa grande capitale.

Et puisque plusieurs des légumes et des fruits que l'on utilise couramment dans notre cuisine occidentale sont d'origine mexicaine et ont été rapportés en Espagne par les premiers conquistadores, au début du XVI<sup>e</sup> siècle, on ne peut que s'étonner de son importance: les chilis, qui se sont répandus partout sur la planète, du Maroc à la Corée en passant par l'Inde et la Thaïlande, mais aussi les avocats, la vanille, le cacao, les haricots, les courges, l'ananas, la vanille et les tomates. Avec un tel garde-manger, comment ne pas se distinguer?

Partout à Guada, on trouve les spécialités locales, le birria, un ragoût d'agneau ou de chèvre aux parfums complexes, les multiples variantes du pozole, une potée à base de maïs à gros grains, le cacahuintzle, et de la viande de porc ou de poulet et même aux petits poissons du lac Chapala, les plats de dindon sauvage, de cerf, les variantes sur le thème de la tortilla sèche ou fraîche. Le répertoire est à la fois considérable et riche.

Puis il y a la tequila, qu'on boit seule, bien froide, ou en cocktail. Sa fabrication est d'origine récente, puisque les Espagnols ont apporté la technique de la distillation. Mais le produit est bel et bien local; on le tire de l'agave bleu, une sorte de plante grasse fibreuse et à l'odeur vaguement médicinale, dont on distille le cœur après l'avoir débarrassé de ses tiges (à la main) et l'avoir fait bouillir pendant 24 heures. Vous pouvez même aller visiter les distilleries sur place. Le village qui a donné son nom à la boisson est pittoresque et a maintenu sa mexicanité intacte, malgré la prospérité.

Enfin, ceux qui n'ont ni le temps ni l'inclination de voyager dans les montagnes pour aller de la capitale du Jalisco à la mer peuvent aller à Puerto Vallarta et profiter des mêmes spécialités locales, des mêmes marchés publics et du même caractère avec, en prime, des restaurants de très haut calibre, certains se comparant avantageusement aux meilleures tables nord-américaines.

## CARNET D'ADRESSES

Le Mexique à Montréal

### ÉPICERIES

**La Mestiza,**  
6699, rue de La Roche,  
514-670-6997

**Supermarché Andes,**  
436, rue Bélanger,  
514-277-4130

**Mon Épicerie Mexicaine,**  
5568, rue Jean-Talon Est  
(Saint-Léonard)  
514-321-1372

### RESTAURANTS

**La Mestiza,**  
6699, rue de La Roche,  
514-670-6997

**El Sombrero,**  
500, rue Bélanger,  
514-272-0888

**Le coin du Mexique,**  
2474, rue Jean-Talon Est,  
514.509.7165

**Itacate,**  
59, rue Beaubien Est,  
514-861-6635



## RECETTES

ROBERT BEAUCHEMIN, COLLABORATION SPÉCIALE

La cuisine de l'État de Jalisco, où se trouvent les villes de Guadalajara, Tequila et Puerto Vallarta, entre autres lieux intéressants, est la plus connue en dehors du Mexique. Et c'est normal: ses plats typiques définissent la «mexicanidad», l'usage de chilis de plusieurs dizaines de variétés, chacun apportant des notes de parfum et de feu distinctes; le maïs, partout présent et sous toutes les formes, et les haricots. Voici deux recettes qui sont un très petit aperçu authentique de ce qu'on y trouve. Pour dénicher les ingrédients plus rares comme les chilis, consultez notre carnet d'adresses.

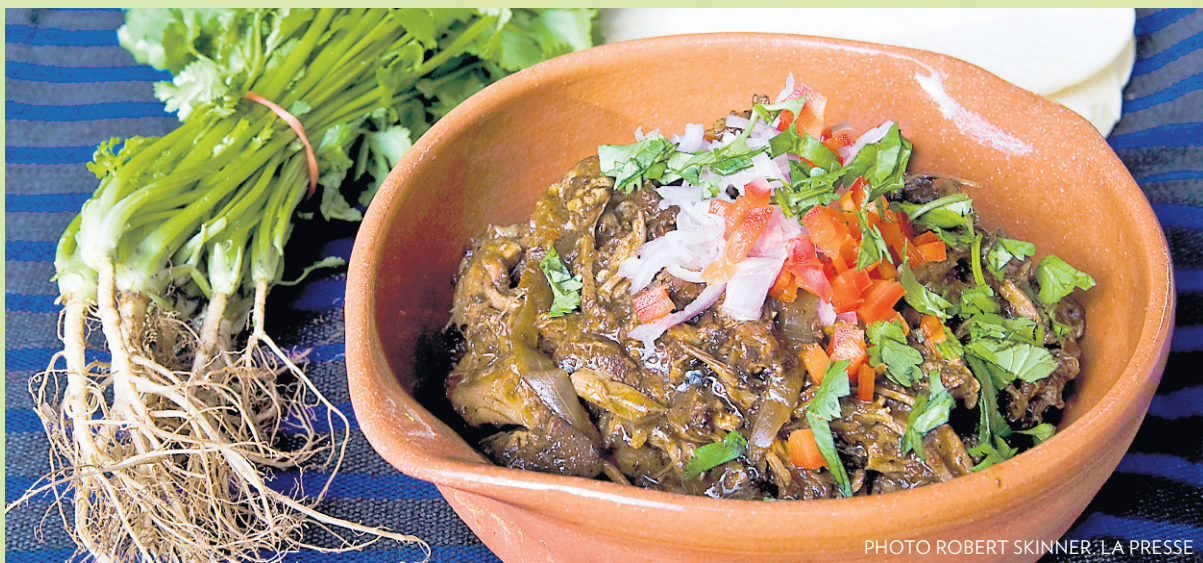


PHOTO ROBERT SKINNER/LA PRESSE

## BIRRIA

C'est le ragoût des rancheros, les cow-boys mexicains. Il est fait habituellement de viande de chèvre, mais vous pouvez aisément y mettre de l'agneau. Personne ne s'en apercevra, tant les aromates sont puissants et apportent des notes de café, de chocolat noir et de cuir usé à la selle! On sert ce ragoût avec des tortillas bien fraîches et bien chaudes, des oignons crus coupés en tranches, un peu de jus de lime et beaucoup de coriandre fraîche. Vous causerez tout un émoi chez vos invités, surtout s'il fait froid dehors!

## INGRÉDIENTS

- > 1,8 kilo de viande d'agneau à braiser (l'épaule, le jarret, toutes les parties coriaces conviennent)
- > 4 chilis guajillos
- > 3 chilis anchos
- > 3 chilis cascabels
- > 2 c. à soupe de vinaigre de vin rouge
- > 6 gousses d'ail
- > 2 feuilles de laurier
- > 1 gros oignon coupé en quartiers

## Mélange de poudre à frotter

- > 1/4 de c. à thé de poudre de clou de girofle
- > 1/4 de c. à thé de cumin
- > 1 c. à thé d'origan
- > 1/2 c. à thé de thym
- > 1/4 de c. à thé de cannelle
- > 1 c. à thé de sel

## Garniture

- > 1 tasse de coriandre fraîche hachée
- > 1 tasse d'oignon émincé

## PRÉPARATION

1. Faites rôtir les trois sortes de chilis dans un poêlon anti-adhésif à température moyenne pendant 4-5 minutes ou jusqu'à ce qu'ils ramollissent. Cette étape est absolument cruciale pour obtenir les goûts fumés si caractéristiques de cette cuisine. Mettez ensuite les chilis dans une tasse d'eau chaude et laissez tremper pendant 20 minutes. Épépinez et équeutez les chilis légèrement égouttés; mettez dans un mélangeur ou un robot avec le vinaigre et pulsez pour obtenir une pâte lisse. Réservez.
2. Entre-temps, frottez bien la viande avec un mélange de sel et d'épices, puis nappez de la moitié du mélange de pâte de chili. Mettez au frigo pour la nuit.
3. Le lendemain matin, mettez un grillage à viande au fond d'une marmite en terre cuite ou en fonte. Ajoutez l'oignon coupé en quartiers, l'ail, le laurier et l'autre moitié de la pâte de

chili. Puis remplissez le fond de la marmite avec 1 tasse d'eau. Déposez la viande sur le grillage, couvrez et enfournez à 350°F pendant 4 heures. Alternativement, vous pouvez utiliser la mijoteuse (le «crock pot») et dans ce cas, laissez cuire pendant 5 à 6 heures. 4. Pour servir ce plat, on doit retirer la viande des os et la répartir dans des assiettes creuses ou de larges bols. Certains Mexicains servent ce ragoût sans sauce, mais il est tout à fait acceptable de napper de sauce, puis de saupoudrer d'oignons crus et de coriandre fraîche (ce serait presque une hérésie selon moi de ne pas utiliser l'onctueuse sauce parfumée). Mais une chose est absolument incontournable et c'est de rouler la viande dans des tortillas encore chaudes pour la manger. Oubliez les ustensiles!

NOTE: si le liquide s'évapore trop rapidement pendant la cuisson, ajoutez un peu d'eau pour allonger la sauce.

## ALBONDIGAS DE JALISCO

Voici une recette qui nous vient d'une dame Rubio, de Guadalajara, qui se prétend experte dans la préparation des albondigas, les boulettes de viande mexicaines. On trouve ce plat dans toutes les régions, mais à Guada, la señora Rubio ajoute des courgettes et termine avec des feuilles de menthe fraîche après une lente et douce cuisson. Je ne sais pas si elle mérite réellement son titre d'experte, mais il est vrai que ce sont les meilleures que j'aie mangées.

## INGRÉDIENTS

- > 1 c. à soupe de riz cuit
- > 350 g de bœuf haché
- > 350 g de porc haché
- > 2 œufs
- > 1/4 de c. à thé d'origan
- > 8 baies de poivre noir écrasé au couteau
- > 3/4 de c. à thé environ de sel
- > 1/2 c. à thé de graines de cumin
- > 1/3 de tasse d'oignons hachés
- > 180 g de courgettes hachées finement
- > 3 branches de feuilles de menthe

## Sauce

- > 350 g de tomates fraîches, épépinées et concassées (ou 350g de tomates en boîte)
- > 1 chili chipotle
- > 2 c. à soupe d'huile d'olive ou végétale
- > 1 tasse d'oignons tranchés
- > 3-4 tasses de bouillon au goût (si vous préférez une sauce plus liquide ou non)

## PRÉPARATION

1. Mélangez bien tous les ingrédients des boulettes en terminant avec les œufs et enfin le riz cuit. Faites environ 24 boulettes de la taille d'un œuf de caille. Réservez.
2. Si vous utilisez des tomates fraîches, ébouillantez et laissez reposer 5 à 10 minutes dans l'eau avec le chili. Égouttez et passez au robot pour obtenir une pâte lisse. Faites chauffer l'huile dans un grand poêlon; ajoutez les oignons et laissez cuire à feu doux jusqu'à ce qu'ils soient transparents (5-10 minutes environ). Ajoutez la pâte de tomate, amenez à ébullition puis versez le bouillon.
3. Quand le bouillon commencera à frémir, ajoutez les albondigas une à une. Couvrez, baissez le feu au minimum et laissez cuire doucement pendant environ 1h15. Servez avec des tortillas, et garnissez de feuilles de menthe finement émincées.

## OÙ

**Guadalajara** – Seconde ville du pays avec presque quatre millions d'habitants, Guada comme on l'appelle souvent, est une ville à dimensions humaines. Au centre de la cité, là où les «locaux» viennent faire des achats au grand marché Libertad et traîner au zocaló, prier à la cathédrale, ou mieux, passer leur permis de conduire à l'hôtel de ville, tout a été rénové depuis une dizaine d'années: rues, boulevards, maisons, palais et édifices publics ont été nettoyés, frottés, astiqués et constituent l'attraction principale de la ville.



**Tequila** – En marchant dans les rues pavées de pierres de Tequila, à 60 kilomètres de Guadalajara, on résiste difficilement à cet étalage de charmes. La ville, entourée de cactus et de montagnes, est surtout connue pour son alcool et la grande maison Jose Cuervo, qui a été l'une des premières à faire la culture de l'agave bleu. Mais il ne faut pas croire que son intérêt se limite à la margarita de l'apéro (souvent prise à 11h du matin). On peut y passer plusieurs jours si on a envie de flâneries romantiques.

**Puerto Vallarta** – Qu'est ce qu'on n'a pas encore dit sur Puerto Vallarta, la station balnéaire la plus connue du Mexique avec Cancun et Acapulco? En ce qui me concerne, c'est le site naturel le plus spectaculaire que j'ai vu depuis longtemps: des montagnes immenses qui se jettent directement dans l'océan; une vieille ville qui résiste courageusement à l'assaut de la modernité; des attraits naturels partout, et la maison de Richard Burton et d'Elisabeth Taylor (transformée depuis en hôtel de «grand» charme); une vie urbaine vivante et une vie nocturne ultravivante avec des restaurants aussi sophistiqués que ceux de n'importe quelle grande ville.

## RESTER

**Guadalajara** – Dans un hôtel cinq étoiles, une hacienda moyenâgeuse ou une posada installée dans une maison de 400 ans, le choix est multiple. À partir de 25\$ et jusqu'à 500\$ la nuit.

Une idée: Casa Pedro Loza, construite en 1848. Luxe et ambiance. Pour les modernistes: l'Intercontinental Presidente (là où le premier ministre Harper a logé lors de la rencontre du G8).

**Puerto Vallarta** – Une adresse fantastique, un peu en dehors de la ville, près de la marina, à 10 minutes en taxi, la Casa Magna Marriot. Spa et hôtel de luxe pour ceux qui sont fatigués et qui ne veulent pas bouger. La plage est à deux pas, privée et magnifique. En outre, on trouve un restaurant extraordinaire, où le chef fait une cuisine moderne et originale.

Si vous en avez les moyens, vous pouvez louer une chambre dans l'ancienne maison de Richard Burton, installée sur une colline au-dessus de la vieille cité, convertie en posada de grand luxe d'un goût inouï. Hacienda San Angel.

## MANGER

Le choix ne manque pas. Mais il faut tout de même quelques bonnes adresses pour commencer.

**Guadalajara** – Santo Coyote, calle Lerdo de Tejada. Immense resto avec jardin, tente, spectacle de mariachis ou de danse, cuisine locale fabuleuse et soignée, c'est le lieu à la mode pour les connaisseurs de la cuisine locale. - La fonda de San Miguel, calle Donato Guerra. Installé dans un vieux couvent en plein cœur historique, ce beau resto de caractère propose de la cuisine authentiquement pan-mexicaine.

**Puerto Vallarta** – Le Café des Artistes, calle Guadalupe Sanchez. Probablement le meilleur resto de la ville et, très certainement, le plus couru. Cuisine d'une grande finesse d'exécution, soignée, avec une carte de vins mexicains (eh oui!) de très haut niveau. Il faut voir la terrasse au milieu de la jungle.



## J'AI TESTÉ

ROBERT BEAUCHEMIN, COLLABORATION SPÉCIALE

## FLOR DE JAMAICA

Ces fleurs d'hibiscus séchées n'ont rien à voir avec la Jamaïque, le pays. Et tout à voir avec le Mexique, où elles entrent dans la composition d'une boisson très populaire: l'agua de Jamaica. Préparé en faisant infuser 1-2 c. à soupe de ces fleurs pendant 2 heures dans 1 litre d'eau bouillante avec 100 g de sucre. On laisse refroidir dans un filtre. Et on obtient une boisson saturée de vitamine C, un peu aigrelette et qui est bue partout dans le monde, sous l'appellation «sorrel» dans les Antilles, et «bissap» en Égypte. Un excellent petit remontant en ces temps enrhumés!

En vente dans les magasins de produits naturels ou les épiceries mexicaines (voir la liste). Autour de 4\$ les 150g.

## KETCHIPOTLE

Produite et créée en Californie, cette sauce au chili chipotle (la variété séchée des jalapeño) mêle le ketchup classique américain sucré aux tomates, et un peu de purée de chili pour un mordant parfumé et distinctement latino. Ce «power ketchup» arrive à point nommé: il pourra ranimer les viandes grillées, les burgers mais aussi les volailles qui manqueraient de charpente et n'importe quel plat de légumes. Parfait pour un repas de «día de los muertos»!

En vente chez Mestiza, 6699, rue de La Roche, coin Saint-Zotique Est.



## CHILIS MI PUEBLITO

Pour faire la cuisine comme au Mexique, il faut des chilis comme au Mexique. C'est d'ailleurs l'une des plantes les plus importantes et y avoir été domestiquées par les premières civilisations mésoaméricaines depuis plus de 3000 ans. Parmi des centaines de variétés courantes, et souvent régionales, on trouve des piments au goût de fumée, de cuir, de baies, de chocolat, de fenouil; bref, la palette est extraordinaire et il ne faudrait pas considérer que les chilis ne servent qu'à «chauffer» un plat. Certains, comme l'ancho ou le guajillo, sont plutôt doux. D'autres, comme le habanero, sont des bombes à retardement qu'il faut manipuler avec des gants.

En vente dans les épiceries mexicaines et à très bon prix au Supermarché Andes, rue Bélanger Est.

## GOURMAND

## CHAUDES SAVEURS MEXICAINES



PHOTO ROBERT SKINNER, LA PRESSE



FRANÇOIS CHARTIER  
COLLABORATION SPÉCIALE  
VINS ET METS

Ayant parcouru la côte Ouest du Mexique à quelques reprises, j'ai les papilles remplies de souvenirs des chaudes et sensuelles saveurs de sa cuisine haute en couleurs et en goûts. Il suffit de me rappeler nos festins à la table de l'abordable et festif Cafe El Repollo Rojo, dans le vieux Puerto Vallarta, pour que les saveurs chocolatées et épicées de l'exceptionnel poulet mole poblano qu'on y sert me reviennent sur les papilles!

D'ailleurs, c'est le moment tout indiqué pour se cuisiner un fumant poulet mole poblano, à base d'une sauce mole composée, entre autres, de chocolat noir, de haricots noirs, de piments chiliens, d'amandes, d'arachides et de graines de sésame. Pour le vin, vous devrez, tant pour ce plat que pour les deux recettes proposées par mon collègue Beauchemin, garder en tête qu'il faut avant tout composer avec la présence de la capsaïcine, qui est la molécule « feu » des chiliens.

Ces piments sont riches en divers composés volatils, qui leur donnent leurs arômes et leurs saveurs, dont la capsaïcine et la dihydrocapsaïcine, ainsi

que certains caroténoïdes. Mais ce sont la capsaïcine et la dihydrocapsaïcine qui sont les principales molécules « feu » des différentes variétés de piments.

Ces chiliens possèdent plusieurs autres composés aromatiques qui participent à leur saveur unique. Ils peuvent être à la fois fruités, sucrés et aigres, ainsi que piquants et aromatiques, exhalant des composés volatils qui jouent, entre autres, dans la sphère aromatique de la banane, des agrumes, des zestes d'agrumes, du poivron, de la pomme de terre et de la betterave. Ces trois dernières saveurs sont du domaine du végétal des méthoxyppyrazines (molécules à l'odeur de buis/poivron vert) - tout comme le sont les arômes de certains vins de cabernet sauvignon et de carmenère.

Contrairement à ce que de multiples manuels d'harmonie vins et mets ont enseigné depuis des lustres, la capsaïcine des piments est soluble dans les corps gras et dans l'alcool, et non pas dans l'eau. C'est pourquoi l'eau, autant que les vins légers en alcool et nerveux (acide), n'éteint pas le feu des papilles. Seuls les vins gras et onctueux, peu acides et assez généreux en alcool (en dessous de 14,5%), et même idéalement sucrés, réussissent à calmer la chaleur intense de la capsaïcine.

François Chartier est l'auteur du nouveau livre *Papilles et Molécules - La science aromatique des aliments et des vins*, aux Éditions La Presse. Communiquez avec lui sur son site: [francoischartier.ca](http://francoischartier.ca)

## MES TROIS COUPS DE CŒUR DE L'HEURE POUR LA CUISINE ÉPICÉE

## Shiraz/Cabernet Koonunga Hill 2007

South Eastern Australia, Penfold Wines, Australie  
17,95\$ (285544) ★★★ \$½



Pour la recette de birria, ce ragoût d'agneau au goût torréfié, rehaussé de chilis, de clou de girofle, de cannelle, de cumin, de laurier et de thym, puis servi avec des tortillas, des oignons crus, du jus de lime et de la coriandre fraîche, il vous faut opter pour ce généreux rouge à la fois cacaoté et anisé. Ce à quoi répond ce très beau Koonunga Hills, au fruité pur et précis, au boisé discret, à la bouche d'une bonne ampleur, et même généreuse, aux tannins fins, à l'acidité fraîche et aux saveurs longues, laissant des traces épicées. Rares sont les assemblages australiens à ce prix à être vinifiés avec autant de sérieux et, même si déjà des plus agréables à boire, bâtis pour une garde de plus de 10 ans.

## Château Haut Perthus 2006

Bergerac, France  
13,25\$ (10802955) ★★★½ \$

La recette d'abondigas que nous vous proposons, ces délicieuses boulettes de viande mexicaines, parfumées de menthe fraîche, de poivre et de cumin, puis servies dans une sauce à la tomate et au chili, requiert un rouge certes généreux, mais aux tanins très souples, afin de ne pas se hérisser devant la tomate et la viande hachée plus sèche que juteuse. Ce charmant et élégant rouge dominé par le cabernet franc sera à la hauteur. Vous serez conquis par ses subtiles notes de poivron vert, de cannelle, de poivre, de réglisse et de fruits rouges, tout comme par sa texture ronde et sensuelle.

## Monasterio de Las Viñas Reserva 2002

Cariñena, Grandes Vinos y Viñedos, Espagne  
15,45\$ (854422) ★★★ \$½



Le vin rêvé pour s'unir et soutenir la pénétrante sauce mole poblano (chocolat noir, haricots noirs et piments chiliens) de cette région. Cette réserve espagnole se montre à mi-chemin entre le fruité exubérant et le boisé dominant, exhalant de riches parfums de fruits rouges ainsi que des notes de bois brûlé rappelant la fumée et la créosote, avec une pointe cacaotée. La bouche se montre tout aussi boisée, enveloppante, pleine, longue, et égrainant des notes rappelant le chêne neuf, le girofle et la vanille. Donc, un vin marqué par son élevage, qui lui procure un pouvoir d'attraction avec cette sauce chocolatée-épicée.

## Un rockeur aux fourneaux

ÈVE DUMAS

Qui est le Cuisinier rebelle, avec ses bras tatoués, son coco rasé et son premier et rutilant livre de cuisine? Nous voulions en savoir un peu plus et, surtout, y goûter un peu. Antoine Sicotte nous a donc reçus chez lui pour le lunch, mardi.

En fait, derrière les tatouages et les gros couteaux se cache avant tout un bon père de famille menant une petite vie de banlieue tranquille, avec sa douce et leurs deux charmantes petites filles.

La rébellion se manifeste peut-être dans sa quête de créativité et son refus de suivre les recettes, du moins dans la cuisine, puisque dans la vie, il est le réalisateur des disques de Star Académie et fondateur du défunt groupe pop Sky.

Pour nous recevoir, le cuisinier autodidacte avait préparé des croûtons au caviar d'aubergine et au chèvre, posés sur une salade de mesclun (une recette de son livre), improvisé des penne aux champignons et au canard confit et inventé une tarte à la crème de marrons et aux figues. Téméraire, il n'y a pas à dire. Servi dans sa cuisine, en compagnie de sa conjointe Joé et de la petite Giselle, 6 mois, c'était un repas tout à fait délicieux et convivial.

## Cuisiner avec papa

Le fait d'avoir des enfants a d'ailleurs beaucoup contribué à sa pratique culinaire, confie-t-il. « Avec des enfants, c'est plus simple de recevoir que d'être reçu. On couche les petites et on se fait une bouffe entre amis. Ça m'a amené à cuisiner beaucoup plus. » Lili, trois ans et demi, adore tâter de la spatule avec papa.

Antoine Sicotte a justement fait ses classes dans la cuisine de son père Gilbert, un habitué des émissions de Josée di Stasio. « Mes parents se sont séparés quand j'avais 12 ans. Mon père s'est alors découvert une passion pour la cuisine italienne. Je me souviens d'avoir



Antoine Sicotte dans sa cuisine, en compagnie de sa conjointe Joé et de leur petite Giselle, 6 mois.

PHOTO ROBERT MAILLOUX, LA PRESSE

appris à faire de la pâte à pizza sur son gros bloc de boucher.»

En appartement à 16 ans, il cuisinait déjà sans complexes pour ses copains. Mais, curieusement, c'est la musique qui lui a permis de développer ses papilles. Avec son groupe, Sky, il a beaucoup voyagé. L'Indonésie, la Malaisie, la Thaïlande, la Corée et même l'Allemagne ont ajouté quelques notes exotiques à son répertoire culinaire, sans compter qu'il a eu la chance de découvrir la France, l'Espagne et l'Italie avec Joé. Dans son livre, toutes ces cuisines sont invitées à la même table.

## Bouffe, voyages et musique

« Je suis stimulé par les nouvelles expériences et les défis. En ce moment, on dirait que la bouffe et les voyages

m'intéressent encore plus que la musique. La musique, c'est devenu mon métier alors que dans la cuisine, c'est clair que j'ai la liberté de faire ce que je veux », raconte-t-il.

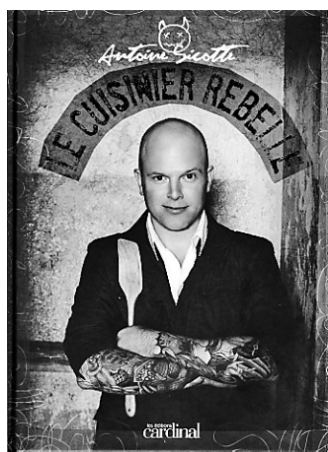
Lorsque les éditions Cardinal lui ont donné carte blanche pour faire un livre de recettes à son image, il n'a donc pas hésité à son image. « J'avais besoin d'un peu de créativité et d'humour dans ma vie. »

Cela dit, les leçons apprises dans le studio et sur scène lui servent également aux fourneaux. « La musique et la cuisine, ça se ressemble. En musique, on commence par une mélodie et les arrangements viennent la mettre en valeur. En cuisine, on choisit un ingrédient principal et les autres ingrédients le met-

tent en valeur. Tout comme le groupe qui va chercher les meilleurs musiciens, le cuisinier essaie d'utiliser les meilleurs produits. Et le plaisir final, c'est que quelqu'un d'autre l'apprécie, que ce soit un plat ou une chanson. »

Malgré un titre et un graphisme volontairement tapageurs, le livre du Cuisinier rebelle se veut simple et sans prétention. « Je voulais faire un livre accessible qui donnerait envie aux gens de se faire à manger. »

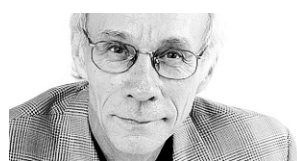
Le « gars de projets », tel qu'il se décrit lui-même, travaille présentement à un concept d'émission télé qui marierait bouffe et musique. Il rêve aussi d'un projet d'ethnomusicologie, au Népal peut-être, avec son studio d'enregistrement



mobile sur le dos. Attention! La rébellion commence à peine!

Des photos du Cuisinier rebelle en plein travail à voir sur [cyberpresse.ca/sicotte](http://cyberpresse.ca/sicotte)

# Trois vins, trois styles!



JACQUES BENOIT  
DU VIN

Le nombre de facteurs dont dépendent le style et la qualité d'un vin donné est hallucinant! Car le vin est affaire... de minutie quasi maniaque, d'acharnement, dans les vignes comme dans les chais de vinification. Tout compte!

«Il faut beaucoup de bière pour faire du bon vin!» disent à ce sujet, non sans humour, les Australiens.

Ils veulent dire par là que la charge de travail est si énorme, jour après jour, qu'il est indispensable, la journée faite, de s'offrir en récompense une bière bien fraîche!

Il faut également beaucoup d'eau, car le bon viticulteur maintient son chai dans un état de propreté impeccable.

Les tuyaux qui servent au déplacement de moûts ou de vins, les pompes, les sols, la table de tri (qui sert à écarter les raisins en mauvais état) et les paniers des vendangeurs pendant la vendange, etc. - c'est tout cela qu'il faut laver à grande eau tous les jours pour éviter les risques de contamination et de mauvais goûts.

Seul le temps, pluvieux ou sec, échappe totalement au contrôle du viticulteur.

Car l'état du sol où se trouve sa vigne dépend en bonne partie de ses interventions, selon le type d'engrais qu'il utilise (chimique ou naturel), selon aussi l'utilisation qu'il fait, ou pas, d'herbicides et d'insecticides, etc.

S'ajoutent à cela les clones qu'il a plantés, le rendement par pied de vigne, la façon de vendanger (à la machine ou à la main), le moyen de transport des fruits vers le chai (dans des bennes où des fruits risquent d'être écrasés ou dans des paniers qui les laissent intacts), etc.

Et ça ne fait que commencer puisqu'il faut ensuite trier le raisin, le mettre à fermenter, surveiller la fermentation, et ainsi de suite jusqu'à la mise en bouteilles. Résultat, le style et la qualité varient... à l'infini.

Exemple, les trois vins suivants goûtés côte à côte (à bouteilles découvertes, en sachant donc de quels vins il s'agissait), et qui ont chacun leur style.

## Pauillac 2003 Les Gartieux

35,50\$ (913111)  
★★★ ½ \$\$\$ ½ 2009-2012

Bordeaux rouge d'une étonnante qualité, bien qu'il s'agisse du troisième vin (des parcelles les Gartieux et de jeunes vignes) du Château Pichon Lalande. D'une couleur en partie évoluée, son bouquet est distingué, nuancé, avec entre autres des notes comme de tabac blond. La bouche suit, un peu plus que moyennement corsée, avec des tannins tendres, d'où la qualité de sa texture. C'est cher, dira-t-on... mais que c'est bon! 13% d'alcool (325 caisses).



## Columbia Valley 2005 Merlot L'Ecole No 41

38,25\$ (10709558)  
★★★ ½ \$\$\$\$ 2009-2013

Très beau vin rouge de l'État de Washington, fait à 80% de Merlot et élevé en fûts de chêne français et américain, au bouquet mûr, de fruits rouges, mais plutôt unidimensionnel. Charnu, relativement corsé, ses tannins sont bien enrobés et il n'a rien d'un mastodonte, malgré ses 14,3% d'alcool (68 caisses).

## Lalande-de-Pomerol 2006 Château Haut-Surget

28,90\$ (913137)  
★★★ \$\$\$ ½ 2009-2016

Changement radical de style... Vin très coloré dans lequel domine également le Merlot (70% de l'assemblage), et élevé en fûts neufs, dont 14% de chêne américain, très épice au plan olfactif, corsé, tannique, et même plutôt carré, il brille davantage par sa concentration que par sa finesse. 13% d'alcool (123 caisses).



## LA RECOMMANDATION DE LA SEMAINE



## Lirac 2006 Clos de Sixte

Magnifique vin rouge de la vallée du Rhône, d'une appellation trop peu connue, richement coloré, au bouquet pur, profond, et en bouche d'une puissance, d'un éclat et d'une consistance faisant qu'il pourrait se mesurer à quantité de Châteauneuf-du-Pape. 50% Grenache, 35% Syrah et 15% Mourvèdre, avec élevage en cuves. Excellent malgré ses 15% d'alcool (144 caisses).

25,75\$ (10919070) ★★★★★ \$\$\$ 2009-2016

★ CORRECT    ★★ BON    ★★★ TRÈS BON    ★★★★★ EXCELLENT    ★★★★★ EXCEPTIONNEL

Plus d'étoiles que de symboles du dollar: le vin vaut largement son prix  
Autant d'étoiles que de symboles du dollar: le vin vaut son prix  
Moins d'étoiles que de symboles du dollar: le vin est cher, même très cher

# Mariage de raisin



VINCENT MARISSAL  
L'ARGENT  
DU VIN

Pas facile de faire du vin au Québec. Encore moins de le vendre!

Pour les quelque 80 vigneron du Québec, le climat hostile n'est pas nécessairement le plus grand obstacle. Percer à la SAQ et chez les restaurateurs d'ici représente sans doute le plus grand défi de cette jeune industrie.

Les relations entre la SAQ et les vignerons québécois s'améliorent, dit le porte-parole de ces derniers, Charles-Henri

La majoration moyenne pour un vin québécois est de 135%, alors qu'elle n'est que de 40% pour le cidre.

«Je vends une bouteille 5\$ à la SAQ, qui la revend 12\$, parfois 15\$. Ça n'a pas de sens, je préfère vendre mes produits au domaine», me disait récemment un vigneron.

La SAQ refuse d'accorder un statut privilégié ou un traitement particulier aux producteurs québécois, affirmant que cela contreviendrait aux accords internationaux (subventions déguisées à la production agroalimentaire).

L'Association des vignerons du Québec pourfend cette position. «L'Ontario et la Colombie-Britannique le font depuis des années; la Nouvelle-Écosse vient de commencer en majorant de seulement 45% les vins locaux. Pensez-vous vraiment que les géants comme la France, l'Espa-

uloir faire plus de place aux vins d'ici, en leur accordant prochainement un véritable espace mieux positionné.

L'an dernier, seulement 12% de la production de vin québécois a été vendue à la SAQ, où les ventes totales de vin québécois sont tout de même passées de 130 000\$ à 2 millions au cours des huit dernières années. Le nombre de fournisseurs québécois à la SAQ a augmenté de 4 à 25 et le nombre de vins, de 5 à 80 produits durant la même période.

«Sans l'appui formel et institutionnel de la SAQ, l'avenir est imprévisible et il est difficile d'attirer des investisseurs, reprend M. De Coussergues. C'est un frein pour l'industrie, nous avons l'impression de toujours devoir quêter.»

**Les vignerons québécois réclament deux choses: une majoration moindre sur leur vin par la SAQ et un meilleur positionnement en succursale et dans les activités de la SAQ.**

de Coussergues, mais il reste beaucoup à faire pour la commercialisation, la visibilité, la reconnaissance.

«Depuis 2001, on a senti une ouverture de la SAQ envers nous, ouverture qui s'est accélérée sous Sylvain Toutant (l'ancien PDG de la SAQ), mais nous ne sommes pas très visibles dans les succursales de la SAQ, explique M. De Coussergues, propriétaire de l'Orpailleur, à Dunham.

«Nous aimerions que la SAQ ait le mandat de promouvoir les vins d'ici, comme les sociétés d'État le font en Ontario (LCBO) et en Colombie-Britannique (BCLB)», ajoute-t-il.

Les vignerons québécois réclament deux choses: une majoration moindre sur leur vin par la SAQ et un meilleur positionnement en succursale et dans les activités de la SAQ.

gne ou l'Italie vont partir après la SAQ pour une petite industrie comme la nôtre?» demande Charles-Henri de Coussergues.

Selon la SAQ, oui, justement. L'Union européenne suit de très près ce qui se fait chez nous et pourrait porter plainte contre le Canada (à suivre).

Autre grief, répété depuis des années: la visibilité des produits.

«La SAQ met souvent nos produits dans le coin le plus exsangue des succursales, à travers les alcools de fruits et les trucs exotiques; cela ne nous aide pas du tout», résume un œnologue québécois.

Les ventes de vin québécois sont en forte hausse dans le réseau de la SAQ, mais les politiques actuelles freinent néanmoins la croissance, disent les producteurs.

La SAQ snobe-t-elle les vins d'ici?

C'est ce que pensent certains producteurs, mais la société d'État affirme au contraire



PHOTO ANDRÉ PICHETTE, LA PRESSE

## MOINS DE 20\$

Château Coupe Roses Les Plots, Minerveois 2007 (Code SAQ: 00914275) 18,85\$

Il y a avait un bon moment que j'avais trempé les lèvres dans ce minerveois. Syrah, grenache, carignan donnent une bonne dose de poivre, typique de cet assemblage en cette région. Il faut aimer le genre et, surtout, passer en carafe au moins une heure avant. Amateurs de vins soyeux s'abstenir.

La SAQ finance le Salon des vins québécois (au Complexe Desjardins, les 30 octobre et 1<sup>er</sup> novembre), mais les producteurs voudraient aussi voir leur vin en vedette dans les activités commanditées par la SAQ, par exemple, lors de la Coupe Rodgers de Tennis à Montréal.

«Nous croyons aux vins québécois et nous avons un rôle dans le développement de l'industrie, mais c'est une jeune industrie et c'est long à développer, une industrie», affirme Alain Brunet, vice-président commercialisation à la SAQ.

En plus d'opérations-rabais spécifiques aux vins québécois, la SAQ prépare aussi un «spécial vin d'ici» pour la prochaine Fête nationale. Par

ailleurs, la SAQ ne s'oppose pas à la création de nouveaux canaux de distribution pour les producteurs québécois, mais cela relève de la Régie des alcools, des courses et des jeux, précise M. Brunet.

La croissance de l'industrie viticole québécoise passe aussi par les restaurants, qui demeurent réticents envers les vins d'ici.

«On a l'impression qu'il y a encore une certaine gêne de la part des restaurateurs de mettre des vins québécois sur leur carte», conclut M. De Coussergues.

Pour joindre notre chroniqueur: vincent.marissal@lapresse.ca

Les 30, 31 octobre et 1<sup>er</sup> novembre

2009 SALON DES Vins et fromages DU QUÉBEC

4<sup>e</sup> édition

Complexe Desjardins de Montréal

Vous trouverez toute la richesse du terroir québécois: vins, fromages et plus encore...

présenté par SAQ

Venez découvrir, déguster, apprendre et acheter...

Prix d'entrée: 12 \$ ou 20 \$ (incluant 15 ou 30 coupons de dégustation et un verre INAO)

Heures d'ouverture du Salon  
Le vendredi 30 oct.: 11 h à 21 h  
Le samedi 31 oct.: 11 h à 19 h  
Le dimanche 1<sup>er</sup> nov.: 11 h à 17 h

CONCOURS «Week-end inoubliable au vignoble De Lavoie»  
Pour participer, inscrivez-vous sur www.cyberpresse.ca du 24 oct. au 1<sup>er</sup> nov.

Organisé par Vins du Québec TVR LA PRESSE Québec

Agriculture, Pêcheries et Alimentation Québec

Pour plus d'information: www.salonvinsfromages.ca 1 (888) 847-2050

## GOURMAND



Le café végétarien Fuchsia, à l'angle des avenues Duluth et Coloniale.

PHOTO IVANOH DEMERS, LA PRESSE

## ITINÉRAIRE VÉGÉTALIEN

MARIE-CLAUDE LORTIE  
RESTAURANTS

Que fait-on lorsqu'on est végétalien et qu'on cherche un bon restaurant à Montréal?

On choisit un bon restaurant carnivore et on appelle assez à l'avance pour avertir le chef qu'on aimerait un repas végétalien, donc sans aucun produit d'origine animale. Si c'est un bon chef, il vous préparera d'excellents plats (j'ai fait l'expérience chez Decca 77 et ce fut un grand succès). Si c'est une sandwicherie comme Olive + Gourmand, elle aura peut-être déjà une option végétalienne, comme son excellent sandwich Viva Las Vegan, avec tofu et salsa maison piquante et acidulée.

Mais si vous tenez à trouver un vraiment bon restaurant végétalien, style Millenium à San Francisco, bonne chance. Car mis à part le végétarien Fuchsia (ou Crudessence, pour ses excellents laits frappés), ils sacrifient à peu près tous la saveur au nom de principes. Dommage.

Le premier restaurant végétalien que j'ai essayé s'appelle Chuch. On le trouve rue Saint-Denis, à côté de son grand frère Chu Chai, un peu au sud de Rachel. Comme Chu Chai est un restaurant extrêmement populaire qui était plein à craquer le soir où j'aurais voulu y aller, je me suis retrouvée chez Chuch, la version «apportez votre vin» de l'autre, à la porte voisine, où, m'a-t-on assurée, j'aurais droit à la même cuisine, exactement, mais dans

une ambiance moins feutrée, plus familiale.

Ce que je ne savais pas, toutefois, c'est que le végétalisme/végétarisme de la cuisine offerte dans ces deux restaurants est essentiellement basé sur le faux. Le faux canard, le faux bœuf, le faux poulet... Que pratiquement tous les plats sont préparés à partir de succédanés végétaux, eux-mêmes conçus avec des protéines hautement transformées et tirées notamment du soja et du blé.

Il y aurait des centaines de lignes à écrire sur les innombrables paradoxes de ces «faux», qui se défendent mal d'un point de vue écologique. Mais disons que pour le moment, d'un point de vue gastronomique, cela ne se défend aucunement. Du moins

pour ce que j'ai goûté chez Chuch. La texture d'éponge remplie d'eau du faux canard baigné dans une sauce de style hoisin était rebutante. Celle, plus fondante, du faux poulet inondé par une sauce aux arachides lourde – le genre de sauce qui a absolument besoin d'un contrepoint acidulé ou de la fraîcheur d'un légume cru et croquant – n'était guère plus invitante.

Bref, mis à part les dumplings aux légumes poêlés dodus et savoureux grâce à une sauce au gingembre bien équilibrée et les rouleaux impériaux, impeccables, bien frais et croustillants, ce repas fut une grande déception.

Pourquoi, me suis-je dit en sortant de là, la cuisine végétalienne se tire-t-elle autant dans le pied?

Le lendemain, c'est chez Lola Rosa, rue Milton, que mes recherches se sont poursuivies. Là, le faux était dans le chili. Du faux bœuf haché fait de protéines végétales, qui avait le mérite, toutefois, de se faire totalement oublier. Dommage que ce plat ait manqué de sel car il avait au moins une qualité pour se faire aimer: il était bien épicé. En revanche, déception du côté du gâteau au chocolat végétalien, qui a confirmé, avec sa texture de gâteau industriel, très rebondissante, ce que j'ai toujours cru: il faut de vrais œufs et du vrai beurre ou de la vraie crème pour faire de la bonne pâtisserie.

Entre-temps, je me suis même retrouvée à Québec, chez Zen, où la cuisine végétarienne à l'asiatique n'a rien de spectaculaire mais se limite au moins aux légumes et au tofu, ce qui est une bonne idée.

J'étais en train d'abandonner mes recherches quand une copine végétarienne m'a suggéré Fuchsia, à l'angle des avenues Duluth et Coloniale. Je ne connaissais pas ce minicafé que j'ai découvert avec plaisir un samedi matin pour le brunch. On m'y a servi une minestrone savoureuse et costaute, remplie de légumes et de petits haricots, tandis que les autres convives se régalaient d'œufs brouillés qui ont connu un succès bœuf.

Accompagnant tout cela, les pommes de terre rissolées valaient le détour, croustillantes et généreusement relevées, voire légèrement piquantes, tandis qu'une généreuse salade de mesclun apportait à l'assiette toute la fraîcheur nécessaire. On a avalé le tout avec de grosses gorgées de jus de pomme épicé bien chaud.

Là, j'y retournerai.

**CHU CHAI ET CHUCH**  
4088 ou 4094, rue Saint-Denis  
514-843-4194  
www.chuchai.com

**LOLA ROSA**  
545, rue Milton, Montréal  
514-287-9337

**FUCHSIA**  
4050, rue Coloniale, Montréal  
514-842-1232  
www.epiceriefleur.com

## IN VIVO

## Dans le vif

ROBERT BEAUCHEMIN  
COLLABORATION SPÉCIALE  
SUR LE POUCE

Dans la rue Sainte-Catherine orientale (entendez à l'extrême est), le café In Vivo est comme une nouvelle version d'un de ces lieux baba cool, circa 1970, où l'on venait avec ses amis (ou lors d'un rendez-vous amoureux, si on était chanceux) pour un café et un croissant.

Les murs sont en pierre, les chaises en bois, le bar est installé le long d'un miroir et les serveurs ont l'air d'avoir séché leurs cours à l'université. En prime, au fond de la salle, une grande scène qui annonce des moments agités, surtout les week-ends.

Mais ne vous laissez pas tromper par les apparences. In Vivo est bel et bien de son temps.

D'abord on s'aperçoit tout de suite que les patrons sont engagés du côté qualité, celle

d'un environnement confortable, spacieux, aéré, et qui porte au travail, à la lecture ou aux conversations. Qu'est-ce qu'on trouve à manger par ici? Des sandwiches, des salades, des notes mexicaines ou américaines, polonaises ou italiennes, forcément un panini ou deux, des pizzas même, et selon le moment ou l'humeur du cuisinier, un mijoté.

Ce soir-là, on a traîné longuement autour d'un panini à la dinde, débordant de mayo, avec quelques feuillages et un bon pain et une salade verte, carottes râpées, vinaigrette de base, suivi d'une petite douceur sans prétention ni diablerie.

On ne dira pas que c'est de la grande cuisine, mais de la cuisine sincère qui fait du bien car elle est faite de manière spontanée et avec des produits frais. C'est l'anti-café de franchise, un antidote à la consternante invasion de médiocrité dans les lieux de rencontres.



Le café In Vivo est bel et bien de son temps.

PHOTO ROBERT MAILLOUX, LA PRESSE

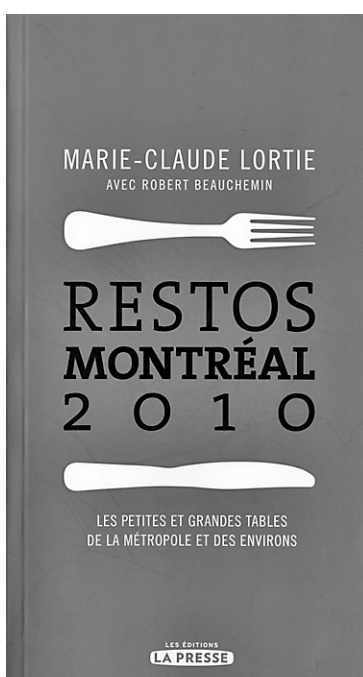
**IN VIVO**  
4731, rue Sainte-Catherine Est 514-223-8116

On y retourne? Certainement. Ne serait-ce que pour nous changer des lieux communs et autres bars technos à la mode.

⊕ Presque une quarantaine de bières de microbrasseries québécoises. On ignorait qu'il y en avait autant. Certaines arrivent de Dunham, d'autres

de la ville de Québec, et toutes rendent hommage à l'originalité de notre langue: Pêché mortel, El Lapino, Mort de rire, 5<sup>e</sup> Saison, Dernière volonté. Une raison fondamentale de venir passer un moment ici.

⊖ Si on veut simplement manger, il faudra le faire avant le début des spectacles (21h), sinon il faudra payer les frais d'entrée. Cela dit, à 5\$ pour un spectacle de jazz ou de folk de grande qualité, c'est bien peu pour beaucoup de plaisir.



**Restos Montréal 2010**  
Marie-Claude Lortie, avec Robert Beauchemin, éditions La Presse

Pour sa troisième édition, le guide restos de Marie-Claude Lortie a été rebaptisé. Passé de *Solutions restos* à *Restos Montréal 2010*, ce petit vade-mecum du foodien n'apourtant jamais été moins «montréalaisant». M<sup>me</sup> Lortie et M. Beauchemin, tous deux critiques gastronomiques à *La Presse*, sont sortis de leur zone de confort et ont exploré la «grande région métropolitaine», à la recherche de bonnes tables. Récession oblige, ils ont aussi fait un effort particulier pour trouver quelques solutions «pas chères du tout». On aime toujours ce classement par catégories, comme «Pour voir du monde et bien manger» ou «De la cuisine pour voyager», qui nous aide à trouver le resto convenant à (presque) toutes les occasions. Le graphisme épuré du livre le rend plus moderne et agréable à consulter. En le feuilletant, même le gourmand le plus averti y fera certainement des découvertes. – Ève Dumas

198667A

RETROUVEZ  
UNE RECETTE  
D'UN CLIC

LE PLAISIR  
DU PAPIER  
LA SOUPLÉSSE  
DU WEB

30

LAPRESSESURMONORDI.ca