

PLAISIRS

À votre santé Le fabricant québécois Cavavin a conçu la Rolls des celliers H 3
Alliant bon goût et surprise, la table du Voodoo Grill est de tous les continents H 8



PLAISIRS PARTAGÉS

Mes amis, les Argentins (suite)

«*Basta.*» Il a soulevé les bras avec dédain. «Tu ne veux pas danser avec moi!» Et avant même que j'aie eu le temps de protester, il s'est éloigné de moi et il est allé s'asseoir. Je suis restée plantée là, au milieu de la piste, ne sachant que faire. Il m'a toisée du regard, calmement installé sur sa chaise avec la détermination de quelqu'un qui ne cédera pas.



Francine Ruel

Plaisirs@lesoleil.com
Collaboration spéciale

Bon! Je fais quoi, moi? Je suis ici pour apprendre à danser et le partenaire que la prof m'a assigné - son mari, en l'occurrence - me repousse à coup de *basta* (ça suffit). Mais je reste debout, un peu chancelante sur mes talons hauts - après tout, les autres danseurs m'observent - à attendre je ne sais quoi. Je ne bougerai pas. Je sens que j'ai quelque chose de primordial à comprendre. La petite Québécoise habituée à diriger la danse se fait toute petite et attend. Ce n'est pas complètement ma faute; chez nous, c'est souvent les filles qui apprennent aux gars à danser. J'ai le bras guidant, mettons.

Au bout de minutes interminables, mon partenaire revient vers moi. Bonjour! La leçon d'humilité! Il s'approche plus près, ne dit rien, mais place une main gauche dans l'espace. La musique démarre. Pas lui. Il attend ma main que je place dans la sienne. Il acquiesce d'un signe de tête. Puis, il encercle ma taille de son bras. Il désigne son épaule d'un geste léger du menton. J'y dépose mon bras et ma main encercle son cou. On ne bouge toujours pas. Il s'approche un peu plus et me chuchote en appuyant sa joue contre la mienne: «*Escucha.*»

Plus tard, je comprendrai que le tango est un jeu qui se joue à deux

J'écoute comme il me le dit. Et tout à coup, je sens la pulsation dans nos mains jointes. Elle bat au rythme de la musique. Le tango passe à travers nos corps! On n'a qu'à le suivre. Il m'a fait tanguer doucement sur place, pendant plusieurs mesures. Après cela, je peux le suivre comme si j'avais toujours dansé avec lui.

Plus tard, lorsque je maîtriserai davantage les *figuras* (figures), je comprendrai que le tango est un jeu qui se joue à deux. L'homme - en indiquant un pas - dit quoi faire et la femme dit quand... elle est prête à le faire! D'où les jeux de pieds, les coups de fouet du mollet contre celui du partenaire, les enchaînements de ochos, les glissements de pieds sur la jambe de l'autre.

Apprendre à danser, mais aussi visiter la ville, fouler les fameux trottoirs de Buenos Aires tant vantés. Une idée de ma prof de danse qui enseigne dans

Voir ARGENTINS en H 2 ►

DÉCOUVERTES



Il suffit de faire d'un grand plateau de légumes colorés le centre d'attention du repas plutôt que la viande pour que la fondue réponde parfaitement aux préceptes d'une saine alimentation.

Pendant que la skieuse en moi soupire à fendre l'âme

en regardant l'herbe grignoter chaque jour un peu plus la maigre couverture de neige de ce début de janvier au redoux véhément, un souvenir d'enfance remonte brusquement à la surface.

J'ai huit ans. À l'époque, la neige se fait généreuse pour les enfants sages et pour leurs parents... Un soir de tempête, au retour d'une longue journée de ski, mon parrain dépose solennellement sur la table de la salle à manger du chalet un réchaud et un caquelon où bouillonne une mixture blanchâtre odorante et d'une onctuosité inouïe: ma première fondue au fromage!

Malgré l'odeur du kirsch qui me soulève un peu le cœur, je suis ravie d'être ainsi invitée à partager le repas des grands. Dans ma famille, seul celui qui sait se tenir à table est autorisé à manger la fondue, à cause des risques de brûlures bien réels. C'est une sorte de rite de passage, le symbole suprême de la bonne conduite des enfants. Inutile de dire que mes quatre turbulents cousins ont dû attendre plus longtemps que moi le plaisir d'être gratifiés d'un tel privilège!

Étonnant de constater combien les modes se suivent, se succèdent, puis retombent dans l'oubli, avant de refaire surface quelques années plus tard, revampées. La fondue en est un bon exemple. Cette année seulement, j'ai reçu trois ouvrages extrêmement bien faits qui la mettent en vedette. Dans mon entourage, je ne compte plus les tables du temps des Fêtes qui l'ont mise à l'honneur. Jusqu'à la reine du *cocooning* télévisuel américain, Martha Stewart, qui en faisait le sujet d'une toute récente émission.

La fondue est dans l'air, et c'est tant mieux. Car s'il y a un repas que l'on peut préparer d'avance et savourer en toute convivialité avec ses invités, c'est bien la fondue! Il suffit de s'amuser au jeu des substitutions pour qu'elle réponde parfaitement aux préceptes d'une saine alimentation. En faisant d'un grand plateau de légumes colorés le centre d'attention du repas plutôt que la viande. Et en privilégiant un bouillon bien relevé plutôt qu'un bain d'huile bouillante ou de fromage trop riche pour faire trempe...

DE L'HISTOIRE ANCIENNE

Bien qu'on attribue aux Suisses du canton de Neuchâtel la naissance de la fondue au fromage au XVII^e siècle, il semble bien que les Asiatiques aient été les premiers à faire usage de bouillon pour cuire individuellement viandes et légumes dans de grandes marmites en forme de cheminées. Les Mongols utilisaient l'agneau comme viande de prédilection, tandis qu'au Vietnam, la fondue est considérée depuis toujours comme un repas de fête.

De nos jours, les limites de notre imagination sont les seuls freins à la création de nouvelles recettes de fondues. En plus des classiques à base de fromage, cuites dans le bouillon ou

Boudées pendant deux décennies, les fondues font aujourd'hui un retour en force. Parées de leurs plus beaux atours, inspirées des différentes cuisines du monde et souvent allégées en gras, ces descendantes de troisième génération des traditionnelles fondues savoyarde et bourguignonne demeurent des complices de choix quand vient le temps de concocter de sympathiques soupers d'hiver entre amis.

La fondue revampée



La fondue au chocolat se prépare et se savoure rapidement.

dans l'huile, il est maintenant très tendance de servir des préparations à base de légumes passés au mélangeur et de crème, qui deviennent de savoureuses mixtures où tremper son pain, son cube de tofu ou sa fleurette de brocoli. On peut, par exemple, faire tomber

champignons blancs et sauvages dans un peu d'huile, avec de l'échalote sèche, des herbes fraîches et de l'oignon, ajouter quelques cuillerées de farine pour épaissir, mouiller au vin blanc, puis ajouter un peu de bouillon et de

Voir FONDUE en H 2 ►

Laissez-vous charmer par nos parfums d'Orient...

Decouvrez toute l'originalité de la cuisine vietnamienne et thaïlandaise

Souper-spectacle toutes les fins de semaine (avec un verre de bière d'huitres)

Ouvert tous les jours de 11h à minuit • Stationnement gratuit • Réservations: 529-6884 ou 529-0108

Grande ouverture à Lac-Beauport

Spécial d'ouverture jusqu'au 31 mars

Menu 7 services incluant apéro asiatique et 1/2 bouteille de bordeaux 30\$ par personne, taxes incluses

1021, boul. du Lac, Lac-Beauport

Dalais d'Orient
RESTAURANT-CABARET
Mets vietnamiens et thaïlandais
796 St-Joseph Est Québec

ARGENTINS

Suite de la H 1

des quartiers différents chaque jour ou chaque soir de la semaine. Je porte des talons plats pour reposer mes pauvres petits orteils endoloris, tout en faisant marcher mes yeux à l'aller et au retour des classes.

Un jour, barrio San Thelmo, le jour suivant, Palermo; les autres jours ou soirs, la Boca. J'ai laissé mes pieds et mes yeux me guider du côté de Belgrano et aussi à La Chacarita, le cimetière de marbres blancs - une ville en soi, où repose, entre autres, le corps de Carlos Gardel. D'ailleurs, sur sa tombe fleurie en permanence, il est écrit qu'il chante mieux chaque jour.

Ce soir, loin d'eux, je pense à mes amis de Buenos Aires et je les vois empruntant les trottoirs des rêves brisés dans une Argentine sans-le-sou. Je pense à mes amis qui m'ont guidée, charmée, fait danser. Les fin de semana, j'allais dans des petits bals ou dans des thés dansants pour pratiquer ce que j'avais appris la semaine. Oh! Les jolis endroits. Désuets, kitch et un tantinet rocooco.

PANTOUFLES AU VESTIAIRE

Ma première expérience a été marquante. Le taxi qui m'emmena dans un quartier que je ne connais pas. Des rues sombres, pas un chat dehors. Une adresse sur un bout de papier. Le taxi me dépose devant une grande porte qui n'annonce rien de spécial, mais rien de bon non plus. Une femme, pantoufles aux pieds, entre dans l'édifice, un sac de plastique à la main.

Je la suis, hésitante. Elle se rend à une sorte de vestiaire. Paie et enlève ses pantoufles pour aussitôt les remplacer par des talons aiguilles de hauteur vertigineuse. Elle confie ses pantoufles au vestiaire.

J'entre à sa suite. Des femmes bien mises assises aux tables et des hommes gominés debout le long des murs qui observent. Ils regardent les femmes danser avant de les inviter. Mon dos se rappelle encore de la gigantesque main d'Oscar qui dansait à la manière des Canyueque (tango canaille). Il m'entraîne et me soulève presque de terre.

Et quand il ne sait pas comment me guider dans les pas, il call les shots à mon oreille. *Gancho, bolleo, salida*. Jolie façon d'apprendre la langue.

BEAUTÉ ET TENDRESSE

Mes yeux n'oublieront jamais ce couple dans un salon. Lui, maigrelet, qui louche d'un oeil et qui se fait refuser par plusieurs femmes. Moi la première, je baisse la tête, feignant de ne pas l'avoir vu.

Et elle, dans sa petite robe de coton, elle dont la bretelle de soutien-gorge pendouille sur son bras sans qu'elle n'y prenne garde. De toute évidence, ils ne se connaissent pas.

Ils se rendent sur la piste. Certains détournent les yeux, gênés pour eux, pour ce qui va arriver. Ils restent face à face à se respirer, à se deviner durant une intro qui s'étire langoureusement.

Puis, la magie opère. Il la berce, l'éloigne, la rapproche de lui et elle répond à son langage avec une habileté déconcertante. Ils dansent de la plus belle et touchante façon qui soit. Je les ai regardés, longtemps, les larmes aux yeux devant tant de beauté et de tendresse.

Rendez-vous entre un homme et une femme
Entre la peau et l'âme
Un duel à main nu
Éperdu.

Il est temps de rentrer. Comme la dame à pantoufles, je range dans mon sac de plastique la poésie, les souliers à talons hauts, les frissons égarés, la musique du bandoneon, parfumée. J'y dépose également le feu sous les paupières, les vagues au creux des reins. Et le sentiment d'avoir réussi à être un couple passionné durant quatre minutes et 39 secondes. Le temps d'un tango.

FESTIVAL CULINAIRE

La Norvège en vedette au Château

PIERRE CHAMPAGNE
PChampagne@lesoleil



Bergen, ville natale du chef invité au Château, Haakon Reigstad, et grand port de Norvège.

C'est la Norvège qui succédera à la Thaïlande du 1^{er} au 17 février au Café de la terrasse du Château Frontenac, lors du 48^e Carnaval de Québec. Le chef exécutif du Château, Jean Soulard, cédera alors une partie de sa cuisine au chef invité Haakon Reigstad, chef du réputé Grand Restaurant de Bergen, un grand port de la Norvège, qui est aussi le président de l'Association des cuisiniers de Bergen. Il sera accompagné d'un collègue cuisinier, Geir Nyborg.

À ce festival gastronomique s'ajoute un festival culturel puisque vous pourrez entendre au Café de la terrasse la chorale Vocci Nobili, de l'université de Bergen, récipiendaire de plusieurs prix internationaux. Cette même chorale se produira également à plusieurs reprises sur les sites du prochain Carnaval de Québec.

Un percussionniste norvégien des plus originaux, Terje Isungset, participera à ces festivités pendant que son compatriote, Erling Valtyrson, un peintre reconnu en Norvège, exprimera son talent au Symposium de peinture du

Carnaval. Le dernier festival culinaire, celui de la Thaïlande, qui se termine cette fin de semaine au Café de la Terrasse, a obtenu un succès exceptionnel auprès de la population. On se doute bien au Château Frontenac que la gastronomie de la Scandinavie n'est pas aussi populaire que celle de la Thaïlande ou du Cambodge.

Mais une chose est certaine. Le saumon fumé de la Norvège est plus renommé que le saumon fumé du Canada partout en Europe. Il faudra y goûter.

La gastronomie scandinave est composée de plats simples et chaleureux ou le poisson, fumé ou mariné tient une large place. On ne sait pas encore de quoi sera composé le menu du chef Reigstad, mais il ne faudrait pas s'étonner d'y trouver des noisettes de renne aux morilles; du canard au fromage bleu, un genre de boulettes de viande de porc haché que l'on appelle fricadelle, des harengs marinés, un bœuf au matelot ou sjomansbiff, une oie farcie et le très connu smorgasbord ce genre de buffet scandinave ou se mélangeant les poissons marinés, les salaisons, saucissons, pâtés et viandes froides et les boulettes de viande. Joyeux Carnaval!

Lectures inspirantes

Fondues, etc. - Plus de 100 délicieuses recettes

La maison d'édition québécoise Modus Vivendi vient de lancer une série d'ouvrages de cuisine bien faits: grillades, autocuiseur, cuisine au wok, fondues. Ce dernier livre s'aventure avec bonheur hors des sentiers battus avec des recettes inspirées du monde entier, comme la fondue d'agneau à la sicilienne, celle de Manhattan ou la fondue au canard mariné. Belles illustrations. A.D.

Fondues

Robert Carmack est un chroniqueur gastronomique américain installé à Sydney, en Australie. Il a travaillé auprès de maîtres comme James Beard et Anne Willan. Son approche de la fondue est plus près de la tradition et présente différentes versions des grands classiques que sont les fondues au fromage, à l'huile et au bouillon, le tout dans un magnifique enrobage visuel. A.D.

Les Fondues - Des origines à votre table

Ce guide de poche écrit par Lucie Pinault, aux Éditions du Trécarré, se révèle pratique, en plus d'être québécois. On y apprend les origines de toutes les fondues, les variantes régionales et mille trucs utiles. Cent vingt recettes de fondues, de sauces et accompagnements faciles à réussir. A.D.

FONDUES

Suite de la H 1

crème, avant de passer au mélangeur. On obtient ainsi une fondue exquise et originale, proche parente du potage (mais plus épaisse), et moins riche que celle au fromage. On peut faire de même avec des tomates en boîte qu'on transforme en sauce rosée de bonne tenue en utilisant la même technique que pour la fondue aux champignons, mais en y ajoutant un peu de parmesan en fin de cuisson; authenticité oblige! Ou encore, on s'amusera à cuire une variété de légumes d'hiver dans du bouillon. On les passera ensuite au mélangeur avec un tout petit peu de liquide de cuisson, en parfumant au goût. On est loin du cube de surlonge cuit dans l'huile et dégusté avec une béarnaise du commerce!

Parlant des sauces d'accompagnement, elles ont toujours la cote, mais on les fait maison en s'inspirant des cuisines du monde. Des exemples?

Gingembre, tamari, jus de lime, huile de sésame pour les fondues asiatiques; yogourt, graines de cumin rôties, pâte de cari douce; mayonnaise à la menthe fraîche et coriandre; beurre de sésame, jus de citron, sauce aux piments; huile d'olive boursée d'ail frais et vinaigre balsamique; pesto du jardin; guacamole ou salsa maison avec un peu de crème sûre.

Les possibilités sont décuplées depuis qu'on peut mettre à profit l'extraordinaire apport des cultures du monde entier pour la fabrication de fondues nouveau genre. D'ailleurs, je soupçonne la mondialisation culinaire d'être à l'origine de ce renouveau

d'intérêt pour ce mode de cuisson si convivial...

SÉCURITÉ AVANT TOUT

Mais on a beau s'amuser comme des fous à concevoir des recettes de fondues toutes plus affriolantes les unes que les autres, il importe de respecter les règles élémentaires de sécurité. D'abord, les outils de travail.

Pour les fondues au fromage et les fondues dessert, on recommande d'utiliser un chaudron épais en céramique ou en grès (le fameux caqueillon) parce qu'il empêche la préparation mijotante de coller.

Par contre, les fondues à base de bouillon ou d'huile bouillante doivent être préparées dans une marmite d'inox ou de cuivre spécialement conçue à cet effet, pour une meilleure conductivité de la chaleur.

Dans le cas d'une fondue bourguignonne, il ne faut jamais remplir le caqueillon à plus de la mi-hauteur afin d'éviter de dangereuses éclaboussures.

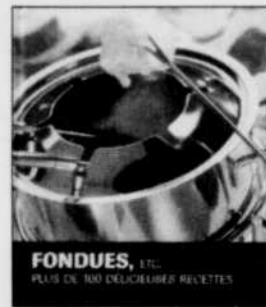
Par contre, la cuisson à base de bouillon requiert une quantité légèrement supérieure de liquide.

Ensuite, le brûleur. Il doit être correctement rempli de combustible et placé sur une plaque ininflammable d'assez bonne dimension. Ne jamais ajouter de combustible dans le brûleur lorsqu'il est allumé ou encore chaud. Les fourchettes à fondue sont de rigueur pour cuire ou pour tremper les aliments et on doit leur adjoindre une fourchette ordinaire pour la dégustation, afin d'éviter à nos invités de se brûler en mangeant (et aussi par mesure d'hygiène).

Je trouve qu'il est dangereux d'autoriser les enfants à partager la fondue cuite dans l'huile ou dans le bouillon, car leur enthousiasme parfois débordant et leurs gestes brusques risquent de causer de fâcheux incidents... On leur réservera donc les fondues au chocolat, à l'étable et aux fruits, qui se préparent et se savourent rapidement.

La fondue a beau s'être mise à l'heure internationale, une coutume demeure inchangée: celui qui perd son morceau en cours de cuisson ou de trempette doit embrasser son voisin de gauche. D'où l'importance de concevoir un plan de table ingénieux. Et si vous perdez deux morceaux de suite dans le caqueillon, vous devez automatiquement l'hôte de la prochaine soirée de fondue entre amis! À la bonne vôtre!

ANNE DESJARDINS est journaliste à la Première Chaîne de Radio-Canada.



restaurant **Vendôme**
Spécial pour 2 personnes
Pâté de foie gras maison
Crêpe de frites gratinée sur coulis de tomate
Panache de salade du marché
Potage du jour consommé au jerez, jus de tomate ou V8
Escalope de veau aux chanterelles
Filet de saumon grenobloise
Grillade de fruits de mer aux gousses de Provence
Entrecôte sur grill sauce forestière
Table à desserts et café, thé ou tisane
Avec 1/2 bouteille de vin blanc ou rouge
Pour 2 personnes **50\$**
VALET DE STATIONNEMENT
36, côte de la Montagne, Québec
Rés.: 692-0557

LE PRÉBEN VOUS PROPOSE

LA VRAIE CÔTE DE BOEUF AU JUS
Servie en table d'hôte 8 oz 18,95\$
Aussi disponible 12 oz - 18 oz - 24 oz - 32 oz
Tous les midis du lundi au vendredi et tous les soirs de la semaine
LE PRÉBEN
STEAK • FRUITS DE MER • AMBIANCE
670, RUE BOUVIER, QUÉBEC, SORTIE PIERRE-BÉRTRAND NORD
627-7766

PARIS BREST
Entrées (au choix)
Chou vert braisé aux lardons et caille rôtie, jus au thym
Taboulé au confit de canard relevé aux épices et au vinaigre de framboises
Mabi-mabi mariné aux citrons verts à la tabitiennaise
Conchiglions farcis au fromage de chèvre et saumon fumé à l'aneth

Potage julienne d'Arblay ou
Consommé de bœuf aux petits légumes
Plats principaux (au choix)

Tagliatelles au thon, tomates sèches et crème de pesto 23\$
Escalopes de ris de veau sautées forestière 27\$
Duo de crevettes et saumon à la gastrique d'agrumes et aux fruits exotiques 30\$
Mignon de bœuf grillé glacé au brie, sauce marchand de vin 32\$
Suprême de faisane rôti au Drambuie, raviolis glacés et pois mange-tout 34\$

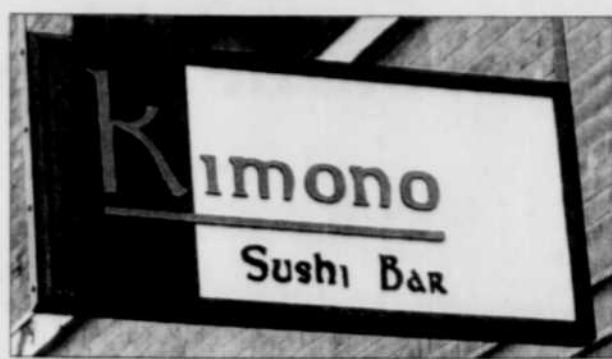
Les délices du maître pâtissier ou
Sorbet frais maison
Café, thé
* Menu santé suggéré
Pensez à réserver pour la St-Valentin!
Valet parking GRATUIT le soir
529-2243
590, Grande Allée Est (coin De La Chevrotière)

COURS DE CUISINE
pour tous
«Le plaisir de bien cuisiner à la maison»
www.institutculinaire.com
- Formateurs diplômés
- Boutique d'accessoires et d'aliments
- Services aux entreprises
75 CHOIX DE COURS
L'INSTITUT CULINAIRE DE QUÉBEC
684-8811
49-A, rue Marie-de-l'Incarnation, Québec

AZIMUT restaurant

Cuisine internationale
Table d'hôte tour du monde
À partir de 15\$
✓ Salon privé ✓ Ambiance feutrée
✓ Nouvelles bières en fût
✓ SPÉCIAUX 5 à 7
GENS DU MONDE
Le chef vous offre les SUSHIS
Lundi SUSHIS
Mardi THAI
Mercredi Plat vedette POULET KOOKAI
Jeudi et vendredi Spécial 5 à 7
À 5 minutes de la rive nord
8084, rue du Sirocco Charny (418) 832-0218
Réservez tôt pour la SAINT-VALENTIN

CRITIQUE



LE SOLEIL, JOCELYN BERNIER

Histoires crues

Croquer dans une bouchée de poisson frais du Kimono, un geste aussi scientifique que voluptueux

STÉPHANIE BOIS-HOUDE
Collaboration spéciale

■ De plus en plus d'amateurs de saveurs distinctives se convertissent au cru! Suivant ce courant zen, l'avenue Cartier, plus tendance que jamais, pourrait bien être rebaptisée l'avenue Sushi. Entre la poissonnerie Unimer et Sushi Taxi, pour ne nommer que ceux-là, Le Kimono, le dernier arrivé, se mesure avantageusement au Métropolitain, l'institution sur Cartier pour les fins palais nippons.

Ne bénéficiant pas encore de la notoriété qui oblige à réserver un jour à l'avance, le personnel du Kimono rivalise de gentillesse et démontre une excellente connaissance du menu. Un plus pour le néophyte qui ne distingue pas le sushi (poisson sur riz) du sashimi (sans riz). Sur l'élan, on vous causera aussi de textures, particulièrement de celle des algues Nori - huit catégories - qui, plus elles sont coriaces sous la dent, plus elles se révèlent de meilleure qualité.

Bavard sans s'imposer, notre serveur nous relate le parcours du chef-propriétaire qui, avant d'ouvrir son sushi bar, a roulé des makis au Métropolitain et à L'Aviatic Club. L'ambiance musicale rappelle d'ailleurs celle du resto branché de la Gare du Palais. Toutefois, le décor mériterait d'être plus dépouillé. L'espace manque d'unité, comme si le nouvel occupant était gêné de mettre l'endroit à sa main. Ça viendra!

« Confisquez-lui son menu », supplient mes compagnons. Contrairement à eux, je n'ai pas succombé à la paresse de me faire prendre en charge par le chef. Une gorgée de Saporito, et voilà, mes choix sont bifés fermement sur la carte de commande. Enfin!

En dégustation informelle, du vivaneau, un poisson à chair blanche, saisi en surface et escalopé finement, m'enchanté par son méissage subtil de goûts de fumé et d'huile de sésame. Un tronçon de rouleau impérial valide mon choix de raviolis frits japonais (egoza). Plus végétarien que viandeux, le rouleau s'avère plus robuste que la friture vietnamienne et sa farce sans relief. Mes raviolis (4) à la forme des pâtés vapeur (dim sum), leur pâte plissée en rosette sur le dessus, croustillent, leur gras de cuisson bien épongé sur une serviette.

Après une soupe miso au tofu pour ces messieurs, notre serveur, sûr de son effet, dépose devant chacun de nous une œuvre d'art unique, d'une pureté minimaliste visuellement spectaculaire et appétissante. D'une fraîcheur irréprochable, la chair des poissons utilisés est bien dense, ses fibres serrées et de belles couleurs vives. Deux condiments indispensables: le gingembre mariné pour neutraliser les saveurs en bouche entre les morceaux et la moutarde wasabi au raifort à mélanger à la sauce soya pour faire tremper.

SUBLIME!

Sushis, dont un au calmar, et makis (feuille d'algue roulée autour de poissons ou de légumes) de la combinaison Osaka disparaissent vite de la planchette des garçons. Plus carné, si je puis dire, l'assortiment Nikita de la copine se compose essentiellement de sashimis, dont un saumon en cube d'un fondant divin et d'un tartare de pétoncles, niché dans un demi-citron et couronné d'œufs de poissons volants (tobiko) qui éclatent sous la dent.

Une découverte qui n'indiffère personne: le thon bonito en tranche à la saveur très saline et à la peau de surface rêche. Pas question de partager mes

morceaux plus-que-parfaits de thon rouge et de saumon rosé sur un riz collant. En mordant mon maki kamikaze, un mariage superbe de thon rouge épicé, tempura (pâte frite), d'avocat et de concombre, c'est l'apothéose!

LE KIMONO

- Adresse: 1034, avenue Cartier, Québec
- Téléphone: 648-8821
- Type de cuisine: japonaise
- Ouvert du lundi au mercredi de 11 h 30 à 14 h 30 et de 17 h à 23 h, les jeudi et vendredi de 11 h 30 à 14 h 30 et de 17 h à 23 h 30, le samedi de 17 h à 23 h 30 et le dimanche de 17 h à 23 h
- Table d'hôte du midi: de 8,95 \$ à 14,95 \$
- Table d'hôte du soir: de 21 \$ à 33 \$
- Vin: bouteille à compter de 22 \$
- Stationnement: dans la rue
- Appréciation: ★ ★ ★ ★

LE SOLEIL A DÉJÀ PARLÉ D'EOX

LE NUPUR, 850, avenue Myrand, Sainte-Foy

- Téléphone: 683-4770
- Type de cuisine: indienne
- Ouvert du lundi au samedi de 11 h 45 à 14 h 45, les lundi et mardi de 17 h à 22 h, les mercredi et dimanche de 17 h à 22 h 30 et les jeudi, vendredi et samedi de 17 h à 23 h
- Table d'hôte du midi: de 5,95 \$ à 10,95 \$
- Table d'hôte du soir: de 15,95 \$ à 19,95 \$ et menus pour deux
- Vin: bouteille à compter de 17,95 \$
- Stationnement: réservé
- Appréciation: ★ ★ ★

L'ABRAHAM-MARTIN, 595, rue St-Vallier est, Québec

- Téléphone: 647-9689
- Type de cuisine: pâtes, burgers, pizzas et salades
- Ouvert du lundi au vendredi de 9 h à 23 h et le samedi de 12 h à 23 h, fermé le dimanche, café et croissants dès 9 h du lundi au vendredi
- Table d'hôte du midi: de 8,95 \$ à 9,95 \$
- Table d'hôte du soir: de 9 \$ à 15 \$
- Vin: bouteille à compter de 23 \$
- Stationnement: dans la rue
- Appréciation: ★ ★ 1/2

LE CHARBON, 450, de la Gare du Palais, Québec

- Téléphone: 522-0133
- Type de cuisine: grillades
- Ouvert du lundi au vendredi de 11 h 30 à 23 h et les samedi et dimanche de 17 h 30 à 23 h
- Table d'hôte du midi: de 10 \$ à 20 \$
- Table d'hôte du soir: de 21,95 \$ à 40 \$
- Vin: bouteille à compter de 30 \$
- Stationnement: 2 h 1/2 gratuites dans le stationnement de la Gare du Palais et parcomètres
- Appréciation: ★ ★ ★ ★

LÉGENDE (l'appréciation tient compte du rapport qualité/prix):
 ★★★★★: table d'exception; ★★★★★: excellent;
 ★★★★★: très bon; ★★★★★: honnête; ★: passable;
 0: à éviter

Vous pouvez joindre l'auteur de cette chronique à l'adresse internet suivante: plaisirs@lesoleil.com

À VOTRE SANTÉ

À l'eau!

Tout d'abord, une réflexion teintée de reproches et qui s'adresse à quelques restaurateurs. Les grands comme les petits, les doués comme les manchots, les Italiens comme les Français, les Québécois ou les Hindous. Je veux parler de la qualité de leur eau.



Jérôme-Henri Dejardin
jdejar@look.ca
Collaboration spéciale

Et oui, cette eau qu'ils nous servent en carafe avec une générosité qui frise le philanthropisme, c'est-à-dire gratuitement! Il ne manquerait plus que cela d'ailleurs, car trop souvent, cette eau sature nos narines d'émanations chlorées, autrement dit javellisées.

Oh! Je sais, ils ne peuvent être tenus pour responsables, les villes sont là pour ça. Mais quand même, pourquoi prendre le risque de gâcher un plat, pour ne pas dire un vin, en les faisant se mélanger avec un liquide uniquement bon à délayer un jeans?

Il existe pourtant des appareils de différentes tailles, donc de différents budgets, capables de rendre à l'eau du robinet son goût plus ou moins originel! Je sais, cela coûte des sous, mais il y va de la saveur de leurs plats, donc de notre satisfaction et de leur réputation.

MINICELLIERES

La semaine dernière, je vous proposais de consacrer une partie de cette chronique à quelques éclaircissements sur les différents minicelliers. L'abondance de votre courrier confirme l'engouement croissant que connaissent ces petites armoires, remarquables d'efficacité, car très avares de place.

Elles trouvent leur bonheur dans une cuisine exigüe, un placard à laveuse-sécheuse, ou, pourquoi pas, en servant de support à votre téléviseur. Une fois n'est pas coutume. Commençons tout d'abord par les hauts de gamme, qui sont aussi québécois. En effet, ils concrétisent le fruit du talent d'un seul et même fabricant, Cavavin, installé à Saint-Hubert, dont je vous communique tout de suite l'énoncé du site Internet, tant celui-ci est remarquablement complet. www.cavavin.com.

LA ROLLS!

Cet œuvre en la matière s'est dédié plus particulièrement aux produits de luxe, qu'ils soient encastrables ou en meubles, à grande capacité ou économiques. Indiscutablement la Rolls des celliers! C'est dire si c'est bon, beau... mais aussi plus cher! J'ai devant les yeux un véritable petit bijou, fini grain de bois, proposé en noir, blanc ou bourgogne, d'une capacité de 50 bouteilles. Un intérieur entièrement en acier inoxydable. Une lecture de température digitale; un hygromètre, garantissant une constante dans le taux d'humidité, une vitre antireflets (sur option), à éviter cependant si vous conservez des vins

de longues gardes! Si c'est votre cas, préférez-lui alors une porte plein chêne. Cet appareil ne génère aucune vibration car le calme est l'ami du vin. Il présente en tout point les signes distinctifs de la haute finition, y compris dans la facture: 1190 \$, auxquels vous ajouterez 200 \$ si vous optez pour la vitre antireflets.

24-36!

Redescendons sur terre, pour aborder des minicelliers encore plus mini, puis ceux-ci affichent une capacité de 24 ou 36 bouteilles, dans une gamme de prix oscillant de 445 \$ à 625 \$; les marques les plus fortement représentées sont Haier et Avanti.

Cela reste évidemment du très bon matériel, mais relativement déshabillé par rapport à celui proposé par Cavavin. On notera aussi la présence des minicelliers de 50 bouteilles de capacité proposés par Haier et Avanti. Ceux-ci se détaillent autour de 950 \$.

OÙ LES TROUVER À QUÉBEC?

- Vinum Grappa, 3654, du Campanile, Sainte-Foy (650-1919)
- Renaud & Cie Ltée, 82, rue Saint-Paul, C.P. 1994, Québec (692-0144)
- Maison de Josée, 1646 A, chemin Saint-Louis, Sillery (www.maisondejosee.com)
- Ameublements Tanguay (www.tanguay.ca)

DE LA PLUS BELLE EAU!

Un coup de cœur pour un heureux retour. Celui du Château Baccou, version 1999.

Un trio syrah, grenache, carignan qui offre à ce Saint-Chinian des allures de Bordeaux méridional. Un rapport qualité-prix parmi les plus remarquables! Au nez et en bouche, cela affiche l'accent des joueurs de pétanque, cela décline le laurier sous la caresse de velours de bons tanins, savamment maîtrisés.

Du pur bonheur à l'heure des grillades ou des brochettes d'agneau comme on sait les apprêter là-bas, passées à la flamme du feu de bois.

Château Baccou 1999, la cave des Vignerons de Saint-Chinian (SAQ régulier 561 308, 12% alc./vol, 750 ml, 11,50 \$).

SUR LES TABLETTES

Un grand californien! Un idyllique assemblage sauvignon-sémillon proposé par la maison Beringer. Un Alluvium blanc Knights Valley 1999. SAQ spécialité 403 188, 750 ml, 28,95 \$.

Une grand-messe pour une aile de raie au beurre noir, suivie de quelques gourmandises aux fromages de chèvre. Un Golden Globe pour le Golden State!

Nettement sous les 20 \$ (16,10 \$), un Vignier 2000, vin de pays d'Oc, domaine Cazal Viel de Henri Miquel.

Le bonheur de découvrir ou de se voir confirmer la finesse d'un cépage, charpente du fabuleux Condrieu, remarquable de douceur dans son évocation de l'abricot, de la pêche et de la fleur blanche. (SAQ spécialité 895 946, 750 ml.)



Un modèle de minicellier fini grain de bois.

Bientôt du champagne à base de canne à sucre

PARIS (AFP) - Des boissons festives pétillantes, comme du champagne de canne ou des versions gazéifiées concurrentes des colas, sont désormais envisageables grâce à des travaux menés par des scientifiques français pour valoriser les utilisations inexploitées de la canne à sucre.

Des chercheurs de l'Institut national de la recherche agronomique (INRA) de Guadeloupe sont parvenus à adapter une technologie d'ultrafiltration permettant de stabiliser le jus de canne pour résoudre ses deux problèmes

majeurs: la forte présence de microbes et son trouble dû à des dépôts importants de particules.

Avec 98 pays producteurs, le potentiel de transformation de la canne à sucre, dont l'utilisation reste cantonnée à la production de sucre et de rhum, est immense.

Ces travaux ont donné lieu à un dépôt de brevet en 1999 et à la création d'une entreprise, JucannTech, qui développera de nouveaux produits à base de jus de canne, porteurs de l'identité caraïbe, selon la lettre d'in-

formation de l'INRA. L'ultrafiltration permet de stabiliser le jus de canne afin de le rendre apte à toutes sortes de transformations: c'est une technique qui respecte les qualités du jus et facilite sa transformation et sa conservation ultérieures.

Le jus de canne traditionnel, boisson localement très prisée, ne se conserve en effet que quelques heures.

Avec le procédé JucannTech, il peut être conservé plusieurs mois, et son goût est conservé.

En 2002
Nouvelle table d'hôte
5 services
et un porto

20,02 \$

Judi, vendredi et samedi dès 17h
Mardi et mercredi dès 17h

Moules à volonté
14,95 \$

AUX GRAINS
D' **Sel**

Le café-bistro de quartier où tout est différent
Face à TVA, 973, rue Myrand
681.0188

Restaurant Sushi Bar
Pho Hũng

Le chef Tom, 15 ans d'expérience, et Ti-Oui

Fête du Têt - Nouvel An vietnamien
TÊT NHÂM NGO
Grande soirée spectacle
samedi 9 février, 18h

Souper 9 services, danse, loto-cadeau et chanteurs professionnels de Montréal

41 \$ taxes incluses Billets en vente au **Than Truc et Phô Hũng**

Aussi ne manquez pas nos **SUSHI À 1 \$**
Mardi, mercredi et jeudi dès 17h

1700, 1re Avenue 649-7888

Beaugarte

SAMEDI ET DIMANCHE SOIR

2 pour 1

Brochette de bœuf
Brochette de poulet
Brochette de crevettes
Escalope parmigiana
Escalope à la crème
veau ou poulet

15,95 \$

659-2442

GLISSADES

5,00 \$ de rabais Taxes incluses à l'achat d'un brunch
Table d'hôte à partir de

9,95 \$ Les vendredis et samedis

GLISSADES
filantes!

10 \$ Taxes incluses les vendredis et samedis après 16h

8 \$ Taxes incluses les vendredis et samedis après 16h pour les enfants

Mont Tourbillon

Reservez dès maintenant
849-4418
www.monttourbillon.com

LES CONSEILS DE JOSIANE

Les mollusques, trésors de la mer...

■ L'océan renferme quelques-unes des plus grandes richesses nutritionnelles qui soient : les mollusques. Délicieux apprêtés de diverses façons, ils apportent protéines et sels minéraux, en plus de certaines propriétés nutritionnelles inattendues.

Que sont les mollusques ?

La famille des mollusques, tous des invertébrés (animaux dépourvus de squelette), comprend trois grandes sous-catégories : les gastéropodes (bigorneau, buccin, ormeau), les bivalves (huître, palourde, pétoncle, moule, mye) et les céphalopodes (calmar, poulpe, seiche). Ces aliments doivent évidemment rester bien frais jusqu'au moment de les apprêter. Plusieurs mollusques peuvent être consommés crus (huître, pétoncle, palourde). Lors de l'achat, il faut choisir ceux qui sont vivants. On les reconnaît à leur coquille fermée ; si celle-ci est entrouverte, elle se referme lorsqu'on la frappe.



Josiane Cyr
nutritionniste
josianec@
mediom.qc.ca

Collaboration spéciale

Des aliments anticholestérol ?

Alors qu'on a souvent mis les mollusques à tort sur la liste des suspects de « l'affaire cholestérol », on apprend avec étonnement qu'ils auraient des propriétés permettant de réduire le



Un cocktail de vitamines : huîtres et caviar sur glace.

taux de cholestérol ! En effet, une étude voulant vérifier l'effet de certains fruits de mer sur le cholestérol sanguin a été réalisée chez des hommes en bonne santé. On a donc demandé aux participants de remplacer par des fruits de mer (huîtres, palourdes, crabe, moules, crevettes, calmars) les sources de protéines animales (telles viandes et fromages) habituellement présentes dans leur alimentation. Or, après trois semaines (notez que c'est très court...), non seulement aucun d'entre eux n'avait vu son cholestérol sanguin augmenter, mais ceux qui avaient ajouté à leur menu les huîtres, les palourdes et les moules ont réussi à baisser à la fois leur cholestérol total et leur cholestérol LDL (mauvais cholestérol). Bien sûr, chacun sait qu'une seule étude n'est pas suffisante

pour prouver quoi que ce soit. Mais celle-ci montre une piste fort intéressante...

Éléments nutritifs

Tous les fruits de mer sont une bonne source de protéines et ont une faible teneur en matières grasses. Voici pour l'essentiel les éléments nutritifs contenus dans certains des mollusques parmi les plus consommés en Amérique du Nord :

□ pétoncle : vitamine B12 (bon fonctionnement du système nerveux) et potassium (régulation du rythme cardiaque) ;

□ palourde : vitamine B12, potassium et fer (transport de l'oxygène vers les cellules) ;

□ moule : vitamines du complexe B (utilisation de l'énergie des aliments, peau et cheveux), phosphore (structure et fonctions des tissus de l'organisme), fer et zinc (fonction reproductrice, cicatrisation) ;

□ huître : vitamine B12, fer, zinc et cuivre (maintien et développement des systèmes cardiovasculaire et nerveux) ;

□ calmar : riboflavine (croissance et régulation hormonale) et vitamine B12.

En conclusion, je me propose de vous mettre en appétit avec une de mes recettes préférées : les calmars frits. Je les prépare avec de l'huile d'olive, à la façon méditerranéenne.

Calmars frits

Vous devez d'abord retirer le cartilage transparent (qui ressemble à un morceau de plastique) et le jeter. Séparez la tête du corps en tirant fermement mais délicatement. Étendre les tentacules à plat, les sectionner juste sous les yeux et enlever la partie dure située au centre (le bec).

Lavez le corps et les tentacules à l'eau courante en grattant avec l'ongle pour enlever la membrane. Enfarinez les morceaux de calmar (vous pouvez additionner votre farine de sel, de poivre et d'une pincée de basilic séché) et faites-les sauter à l'huile d'olive, à feu moyen pendant une à deux minutes, pas plus, sinon ils deviennent coriaces. Servez les calmars ainsi préparés avec un quartier de citron. Délicieux !

NOUVELLE PARUTION

La fraîcheur dans l'assiette

■ La collection Marabout côté cuisine publie de fort beaux et bons livres de recettes. Depuis le temps des Fêtes sont sortis successivement, toujours selon la même formule éprouvée, un livre sur les desserts, un autre

sur les *Recettes de famille*, un troisième sur la *Cuisine à l'italienne*, suivi de *Recettes simplissimes*. Le dernier en date vient d'arriver : *Recettes fraîches*. Il est signé Anne Wilan. Cette gastronomique et chef anime la célèbre école de cuisine La Varenne en Bourgogne. Comme son titre l'indique, on y trouve des recettes qui chantent les repas d'été, les pique-niques et la cuisine au barbecue. Une centaine de recettes et autant d'astuces ou trucs pour tout réussir facilement en cuisine. Bien sûr, les salades ont la part belle. Cela va des salades classiques aux salades insolites. On y trouve aussi des plats froids, beaucoup de poisson et de desserts. La formule, c'est de proposer des recettes détaillées et illustrées étape par étape. Prix : 24,95 \$ L.G.L.



LE SOLEIL
LE SOLEIL
souligne le travail
des camelots et
les récompense
pour leurs efforts.

5 lots de
1000\$
à gagner

Le 12 octobre 2002,
Journée internationale des Camelots,
LE SOLEIL remettra à 5 camelots,
1000\$ en prix à chacun.

Une seule condition pour participer :
être camelot en date du 12 octobre 2002.

Les camelots
GAGNANTS
de la semaine

Les camelots gagnants
de 40 \$ en argent sont :

Yvan Bérubé, Beauport	Thomas Leblanc-Beaugard, Sillery
Benoit Malenfant, Saint-Hubert	Guy Fournier, Sainte-Famille
Jonathan Daigle, Beauport	Beverly Roberts, L'Ancienne-Lorette
Monique Langlais, Québec	Jessie Portelance, Québec
Guillaume Robitaille, Québec	Jean-René Desrochers, Saint-Édouard
Dale Hunter, Loretteville	René Bissonnette, Charlesbourg
Alfred Julien, Cap-Santé	Jean-Philippe Morin-Moreau, Armagh
Véronique Quirion, Charlesbourg	Maurice Marmen, Mont-Joli
Luc Trudel, Saint-Marc-des-Carières	Olivier Sylvain, Sainte-Foy
Daniel Otis, Lac-Saint-Charles	Sébastien Lachance, Sainte-Lucie de Beauregard
Nicolas Grenier, Québec	André Boucher, Charny
Guillaume Leany, Cap-Rouge	Julio Alexi, Québec
Norma Côté, Québec	Sonia Brisson, Saint-Édouard
Estelle Boulay, Pintendre	Émilie Levasseur, Québec
Pascal Lafresnière, Sainte-Foy	Mathieu Bergeron, Rivière-du-Loup

Les camelots gagnants
de 20\$ en chèques-cadeaux
Renaud-Bray sont :

Béatrice Dionne, Québec	Amira Fortin, Sainte-Foy
Annie-Claude Thomassin, Charlesbourg	François Simard, Rimouski
Charles-Étienne Duff, Québec	Luc Misson, Sept-Îles
Alexandre Gosselin, Sainte-Foy	Élisabeth Lachance, Saint-Gédéon
Catherine Thibodeau, Cap-Rouge	Frédéric Bérubé, Trois-Pistoles

COMMENT DEVENIR CAMELOT

Vous désirez devenir camelot et faire partie d'une équipe dynamique ?
Téléphonez dès maintenant au service du Tirage
du quotidien LE SOLEIL au 686-3344 ou sans frais pour les gens de
l'extérieur au 1 866-686-3344.

LE SOLEIL
m'amène plus loin

RESTAURANT CHEZ DÔ mets vietnamiens



Fête du Têt

Samedi 2 février

• Tirage • Pétards

Menu spécial - 7 services

Apportez votre vin **30\$** /pers. (taxes incluses)

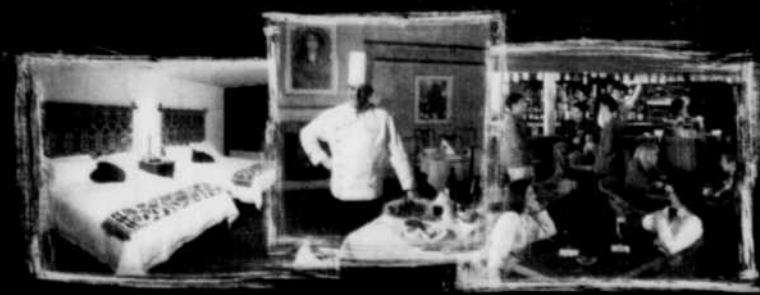
Aussi disponible pour la St-Valentin

Réservez tôt!
681-9516

BONNE ANNÉE À TOUS!



Week-end tout en douceur au Château



Les vendredis Blues au BeauRegard
Évadez-vous au rythme du « MO Blues Band »
et vivez une nouvelle expérience culinaire jusqu'au
5 mai.

Cocktail Big easy au goût de la Louisiane, brochette
de saumon aux épices, noix de pétoncles croquillantes
et petite ratatouille cajun, chaudière de maïs du Sud,
feuillantine aux poires caramélisées et...

Gumbo à la créole

à 24,95 \$

Saumon frais grillé sauce bayou

à 25,95 \$

Côtes de bœuf rôties façon Chicago

à 28,95 \$

...et toute la nuit au Château!

Pourquoi pas? Vous êtes déjà sur place!

Faites-vous plaisir et profitez de notre forfait
« Blues à la montagne » incluant : un souper
table d'hôte, un dodo et un déjeuner copieux.

A partir de **109\$** par personne

Occupation double. Service inclus.

Taxes en sus.

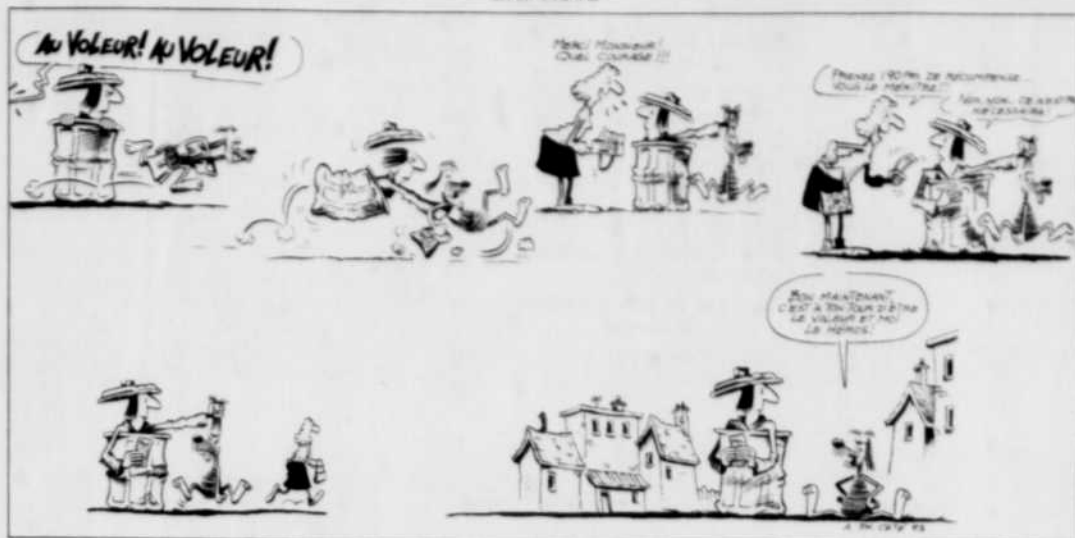
CHATEAU
MONT
SAINT-ANNE

Un dodo
inclu!

1 800 463-4467 • (418) 827-5211
www.chateaumontsainteanne.com

DIVERTISSEMENTS

BAPTISTE



LES NINOU



BEN



PEANUTS



LES GRIZZLIS



HAGAR L'HORRIBLE



DILBERT



POUR LE MEILLEUR ET POUR LE PIRE



GARFIELD



LES JUNGLES



BLONDINETTE



MOTS CROISÉS

NO 299

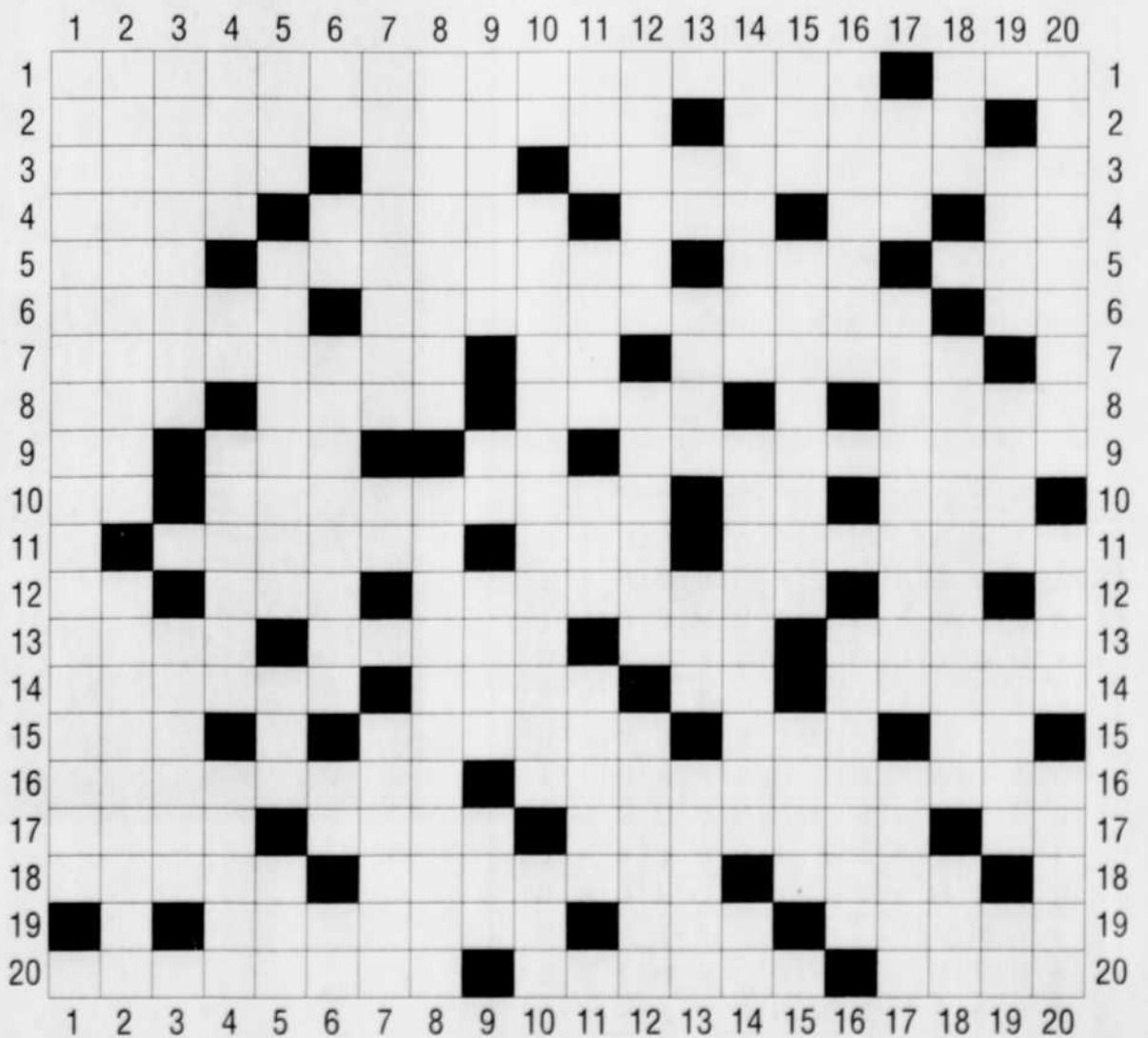
Denyse Béliste

HORIZONTALEMENT

- Absence de stimulation émanant de l'environnement social - Crible
- Fait par un kayakiste - Câble
- Chocs - Agence de presse américaine - Coléoptères
- Arrachas - Égaré - Inflorescence - Très petite quantité de liquide - Ajout
- Let - Absence de formation d'un organe au cours du développement - Lapidé - Rouleau de plumes
- Poète ambulant en Afrique - Urinoir - Pin
- Physicien - Pro - Mouche endormante
- Aire du vent - Formule - Écrivain français - Réprimanda vivement
- Thulium - Est têtù - Division - Intensités de courants électriques
- Id est - Faisons parvenir - Prénom d'un célèbre gangster - Juste
- Accable - Racaille - Un acte peut l'être
- Abrév. chrét. - Interj. - Larve - Chrome
- Festin - Sensé - Fl. d'Afrique - Tald
- Mince et svelte - Propres - Pron. pers. - S'il est frugal, respectera la diète
- Transformation - Soulanes - Triage - Interj.
- Et le reste - Remplacés
- Île du Pacifique - Connait - Demandes instantes - Possessif
- V. de Russie - Donnait la couleur du prisme - Prénom
- Déterminent la proportion d'un alliage - Prête pour le bain - Débarrasse des noeuds
- Hésites - Dermatoses prurigineuses - Ch.-l. de c. des Pyrénées-Orientales

VERTICALEMENT

- Disparition d'un encombrement
- Caractère d'une oeuvre énigmatique - Issues
- Ange de mer - Partie du gros intestin
- Ch.-l. du c. du Var - Arête - Station thermale en Allemagne - Estonie
- Réalisas - Languir - Dém. - Contient du vin rouge
- Modulation de fréquence - Argent - Pierre précieuse - Du verbe être - Thallium
- Armagnac (m. comp.) - Prép. - Instrument de labour
- Brillat dans une matière - De second ordre (pl.)
- Tréfilés - Carte - Passé - Pièce de bois (mar.)
- Exclam. enfantine - Crémones - Comme Anne
- Train à grande vitesse - V. de Roumanie - Femme de lettres américaine - Monument funéraire aux Indes
- Moins massives - Dans la philosophie de Heidegger, existence humaine conçue comme présence au monde - Fromage suisse
- Lettre grecque renversée - De même - Pieu - Localise
- Minéraux argileux - Lamelle brillante ornant des étoffes - Titre
- Vieux oui - Quelqu'une - Hilarité
- Sans déguisement - Signe qui permet de distinguer une notion
- Radio-Télé-Luxembourg - Préparation de poissons macérés - Peut polluer
- Ensemble de napperons - Appareil servant à enregistrer le travail musculaire - Partie d'un vêtement
- Cor - Victoire de Napoléon - Religieuses non admises aux voeux solennels - Nombre
- Lauracée - Unis - Vêture



MÉGAGRILLE

de mots croisés **LE SOLEIL**

par Denyse Bélisle

La solution de la mégagrille sera donnée le mercredi suivant sa parution.

JEU N°228

HORIZONTALEMENT

- 1 - Des soucis ! - Pas vraiment montrés à tous - Support
- 2 - Idem - Espace européen - Poème médiéval - Des adversaires s'y opposent - Alcool polycyclique - Ventile
- 3 - Personnel - C'est facile - Potentille - Osée - Lésé - Superposer des poissons
- 4 - Pas beaucoup - Idem - Naturel - Fruit - Astate - Véhicule sans moteur
- 5 - Lézards - Arête - Ruisseau - Romains - Personnel - Note - Il demande
- 6 - Conjonction - Personnel - Préposition - Elles cherchent la même chose - Il a des joues - Combat - Francs
- 7 - Quatorze tableaux - Oiseau aquatique - Conjonction - Repas - En Angleterre
- 8 - Vieille cité - Interj. - Blanches et noires - Se garde de - Pas ailleurs - Bouclier
- 9 - Manganèse - Permet de flâner - Fleurs - Surcharger de qqch
- 10 - Accompagne bien le poisson - Personnel - Strontium - Réfuter - Étoile - Pour une dose mortelle - Note
- 11 - Stère - Opposition - Tour - Libéré du tilleul - Utilisé en cuisine - Hausser
- 12 - Gros bonbons de chocolat fourré - Inflorescence - Ouvrages didactiques - Carte - Il hiberne - Corrigés
- 13 - Conjonction - Film de Carle - Comm. de Belgique - Noyé - Petit fruit
- 14 - Abrév. religieuse - Titre - Cale - Il est plissé - Métis canadien - Base - Largeur
- 15 - Pour tous ? - Espion - Division - Vache - Article
- 16 - Métal - Exprimés - Fait un gros effort - Romains - Pratique pour certains accusés
- 17 - Affl. de l'Oubangui - Profitables - Strontium - Liqueur - Communiquer un savoir
- 18 - Adverbe - Monnaie - Solution - Station thermale de la Haute-Savoie - Général américain - Agence
- 19 - Écrivain français - Rubidium - Il est bizarre - N'est pas visible - Place - Pour un prix total
- 20 - Caractère de ce qui est misérable - Planchette - Salle à manger pour officiers - Direction de la Mecque - Prêtresse d'Héra
- 21 - Sur la surface de l'eau - Mot latin - Peintre espagnol - À la mode - Tonneau - Trouble
- 22 - Mettre à l'écart - Grecque - Demeure - Action de quitter
- 23 - Cubitus - Fin de verbe - Entre deux fragments osseux - Grecque - Italien - Id est - Négation
- 24 - Il est peint - Parasite - Manganèse - Une peur - Porteur d'une information - Adverbe
- 25 - Invitation à sortir - Mesure - Interjection
- 26 - Prière - Habitant - Bêtise - Vaniteux - Tapoter - Aluminium
- 27 - Négation - Préposition - Voyelles - Sorti - Désigna - Pas trop occupées - Partie du jour - Sur le calice
- 28 - Nu - Pieu - Affecte une note - Uni
- 29 - Libre-échange - Actinium - La Suisse n'y est pas - Ancien parti politique - Certaines - Frapper fort
- 30 - Progresser - Chasse - Col des Alpes - Pissenlit
- 31 - Grand poisson marin - Coutumes - Pas dynamiques - Brille d'un vif éclat - Saison - Au Nigeria - Étranger
- 32 - Riv. de France - Étain - Monnaie - Mesure - Transmettent des messages - Pomme - Dynamisme
- 33 - Préfixe - Fosse - Évalue - Entités politiques - Détruire
- 34 - Boucher - Rad - Dans le poisson - Filet de pêche - Prairie - Indium - Déchiffré
- 35 - Colère - Dévoilée - Prénom - Résine - Coiffures - Éparpiller
- 36 - Titane - Bradype - Direction - Périodes - Invocations - Curie - Réellement déballée
- 37 - Qui procure tout un bonheur - Élus - Qui portent des dessins imitant les veines du bois (L) - Titre - Pour une conclusion
- 38 - Vents - Sert à lier - Zèle - Petite plante ornementale - Ronger

VERTICALEMENT

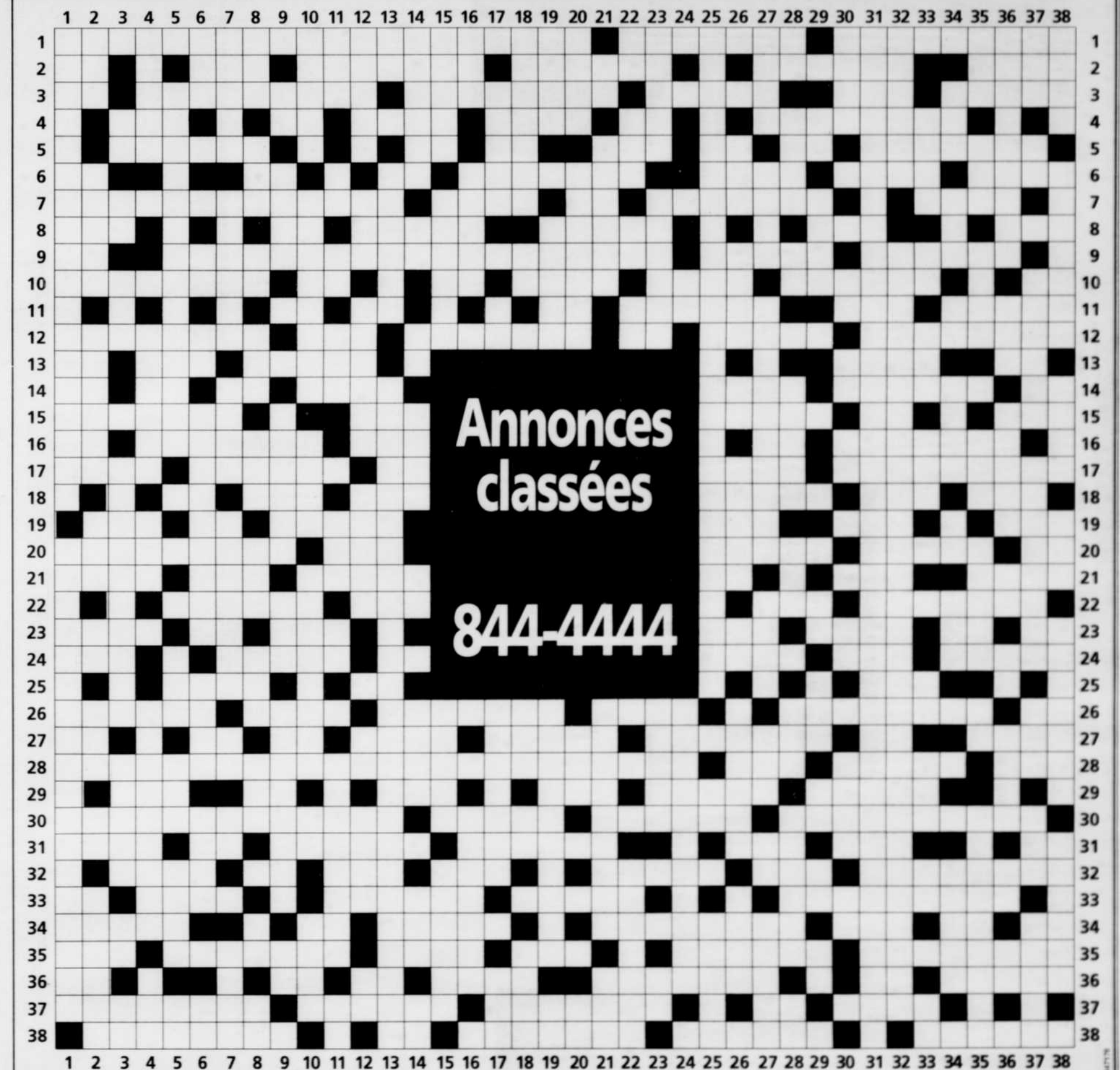
- 1 - Aucune difficulté - Qui exige le moindre effort
- 2 - Au Nigeria - Pièce de cinq francs - Parole grossière - Possessif - Note - Roue - Pige - Petit rongeur
- 3 - Fl. italien - Terminaison - Un roi - Ne comprend pas vite - Drogue - Ferrure - Conjonction
- 4 - Canard - Qui porte une crête (f) - V. des Pays-Bas - Pauvre - Équidé
- 5 - Donner l'exemple - Petite pièce - Robert Edward - S'amuser - Suffixe
- 6 - Pareil - Conjonction - Diminutif - Lâcheté - Vieille - Demande des témoins - Résultat d'un test
- 7 - Relation écrite ou orale - Exercice scolaire - Tendance générale - Cordages - Neptunium - Héritage - Désignée
- 8 - Trois voyelles - Patronne - Interj. - Suinte - Poil - Semblable - Déplace - Érié - Année - De là
- 9 - Romains - Au bout de la ligne - Conifère - Ancienne protection - Qui émeut le cœur - Possessif
- 10 - Manifeste un désir ardent - Partie du boeuf - Elle circule - Reproductions d'un tableau - Conjonction - Viscère
- 11 - S'esclaffe - Note - Id est - Lettre - Poisson - Article - À l'avant d'un traîneau - Langue
- 12 - Convoi - Affl. du Danube - Ont des cordes - Hurler - Romains - Héroïne espagnole - Samarium
- 13 - Fin d'année - Navire chargé de 4500 émigrants juifs - Nombreux moyens pour obtenir un résultat
- 14 - Grand plaine - Personnel - Possessif - Arbre - Lac - Dévidoir - Ce n'est pas la joie - Conjonction
- 15 - Général portugais - Arrêter - Mille-pattes - Affables
- 16 - En Serbie - Couper - Empêcher d'agir
- 17 - Renferme qqch de précieux - Grecque - Ancien élève - Première
- 18 - Confirmé - Des gens - Signal sonore bref - Note - Fils de Jacob
- 19 - Sur une glace - On la dit distinguée - Traces - Romains
- 20 - Fl. d'Irlande - Tiges de commande - Mois - Négation
- 21 - Personnel - Profession - Douce oisiveté - Adverbe
- 22 - Romains - Planchette - Tour - Possessif - Souhaiter
- 23 - Estonie - Parties charnues - Pour mesurer une personne - Suffixe
- 24 - Titane - Poisson téléostéen
- 25 - Demande moins d'énergie - Dieu - Pour la distraction
- 26 - Part - Ne touche pas les bords de l'écu - À la page - Mère - Conjonction - Plante herbacée - Rapidement
- 27 - Utiliser - Ténus - Utilisé en laboratoire - Vendit un droit - Elle a une tête - Possessif - Anneaux
- 28 - Abrév. religieuse - Grand cerf - Étranger - Bord d'une ouverture - Mets délicat - Trace laissée par un coup - Gâte l'harmonie d'un ensemble - Personnel
- 29 - Possessif - Située - Tantale - Un cri - Note - Indium - Possessif
- 30 - Passe à Florence - Possessif - Pascal - Fleuve - Soleil - Bénéfice - Neptunium
- 31 - Pour qqn qui prend des détours ...
- 32 - ...suite - Sans se hâter
- 33 - Eau africaine - Note - Romains - Période - Conjonction - Monnaie - Titane - Curium
- 34 - Au tennis - Il imite - Mesure - Située - Chlore - Contesta - A besoin d'un bateau
- 35 - Pour un cheval - Écrivain italien - Ré et Orléans - Abrév. commerciale - Poètes - Un père - Un créateur
- 36 - Mettre à l'envers - Il rampe - Appelé - Molybdène - Stokes - Réponse - Iridium - Personnel
- 37 - Mesure - N'est pas large - Tangible - Limite une consommé - Se battait - Propre - Mettre plus haut
- 38 - Fromage - Repas - Villa - Silencieux - Voisins du rhododendron - Spectres

L'auteur utilise Le Petit Larousse illustré 2001

MÉGAGRILLE

JEU N°228

de mots croisés **LE SOLEIL**



LE SAMEDI 26 JANVIER 2002

LE SOLEIL

H 7

Dépaysement garanti!

Menu coloré, repas dégustation surprise, tables fantaisistes, joueurs de tam-tam, le Voodoo Grill allie découvertes et bon goût

■ Le plafond du Voodoo Grill est rouge-orange. Il représente le feu du soleil couchant. Le plancher, c'est la terre sablonneuse. Le bleu de l'entrée, c'est l'eau ou l'air du firmament.

Partout, dans la grande salle à manger divisée par des paravents de bois sculptés, des masques de cérémonie africains vous protègent ou vous surveillent (selon votre niveau de paranoïa ou de positivisme), dépassés dans l'exotisme par d'immenses statues qui, elles aussi, se veulent rassurantes ou menaçantes.

Il n'y a rien d'ordinaire au Voodoo Grill. Il suffit d'en être informé à l'avance pour faire d'une visite à ce restaurant de la Grande Allée une expérience qu'on ne pourra vivre nulle part ailleurs au Québec, si ce n'était de l'existence du Thai Grill de Montréal, qui s'est donné le même type de thématique, mais en version thaï.

«Ça fait deux ans que nous avons inauguré ce restaurant, dit Denis Pelletier, et je me souviens que nous étions décidés à mettre sur pied un endroit qui serait différent de ce qu'on connaît, mais de bon goût.» «Nous voulions que ce soit un lieu qui puisse attirer tellement ceux qui aiment les découvertes et l'aventure qu'ils seraient même prêts à faire un grand détour pour venir chez nous, d'ajouter Larry Jacquard. Il estime qu'ils ont réussi puisque depuis le début, l'établissement a fait salle comble plus souvent qu'à son tour. Leur clientèle vient de partout.



Les trois manitous du Voodoo: Larry Jacquard, le chef Carl Murray et Denis Pelletier.

L'échec précédent de deux ou trois restaurants de qualité dans le locaux occupés aujourd'hui par le Voodoo Grill a sûrement fait beaucoup réfléchir Larry Jacquard et Denis Pelletier. Ils se sont donc empressés d'aller quérir quelqu'un qui possédait de l'expérience dans ce milieu et tout le talent qu'il faut pour bien mener les choses, le chef Carl Murray, qui devenait ainsi le troisième associé.

MENU REVAMPÉ

«Nous voulions rehausser la qualité des mets, sans nous lancer dans la cuisine gastronomique, et, d'autre part, il était essentiel de faire une cuisine saine parce que c'est ce que les gens désirent manger aujourd'hui», explique le chef Murray.

Un peu d'influence africaine par-ci, un peu d'influence asiatique par-là, quelques ingrédients de Californie, d'Indonésie ou de Singapour, la table du Voodoo est de tous les continents. Mais une constante demeure: la surprise.

Que ce soit par l'arrivée de joueurs de tam-tam en plein milieu du repas, par la confection d'une table qui n'a rien de traditionnelle avec sa présentation en hauteur et ses mariages surprenants et réussis ou par l'intégration au repas d'un dessert du chef pâtissier Jonathan Marois, qui collectionne les prix et médailles depuis quelque temps. On a donc choisi de tout faire pour que votre passage soit un événement inoubliable.

Un exemple de l'alliance du bon goût et de la surprise: il existe un repas dégustation où vous ne savez pas ce que vous allez manger... Si vous optez pour ce repas dégustation, le chef viendra à votre table et vous interrogera sur vos goûts, vos allergies, votre appétit, sur le temps dont vous disposez, sur vos préférences et sur votre expérience des restaurants.

À partir de ces données, il vous préparera une première assiette qui aura un peu la forme d'une entrée. Lorsque vous l'aurez consommée, il reviendra vous voir et vous demandera vos impressions et si vous souhaitez continuer. Dans l'affirmative, une deuxième assiette suivra dans un enchaînement bien calculé et ainsi de suite jusqu'à ce que votre estomac ou votre porte-monnaie crient grâce.

Jusqu'à aujourd'hui, le record a été de 10 assiettes, mais imaginez ce que cette succession de mets en petits formats vous procure comme expérience gastronomique. Pour accompagner tout ça, les patrons se sont dotés de celliers assez bien garnis où ils tiennent à votre disposition plus de 150 sortes de vins, dont plusieurs sont servis au verre.

L'endroit est chic, sans être constipé, et c'est comme ça que le trio de proprios le veut. Comme ils le disent, c'est une sortie à la fois pour les yeux, la bouche et les oreilles et... pour l'imagination. Ce n'est pas l'endroit pour s'ennuyer ou



Un décor qui vous fait tout oublier.

se chuchoter à l'oreille, mais vous vivrez certainement un événement mémorable.

LE VOODOO GRILL
575, Grande Allée Est, Québec
Tél: 647-2000
Menu du jour: 7,95 \$ à 15,95 \$
Table d'hôte: le prix d'un mets principal choisi sur la carte, plus 5 \$. On calcule de 15 \$ à 35 \$ pour un repas à la carte.
Le repas dégustation peut coûter de 35 \$ à 55 \$
Dimanche thais: formule pour deux ou quatre
Valet parking.

NOUVELLE PARUTION

Menu santé

■ L'ail fait baisser la tension. L'oignon prévient certains cancers et réduit le taux de cholestérol. Le céleri aide à maigrir. L'artichaut est bon pour le foie. La fraise soigne les rhumatismes et l'anémie. La pomme nettoie les dents et désinfecte la bouche. Le persil est un aliment médicamenteux au même titre que l'ail et l'oignon... Denis Lamboley est docteur en médecine et diplômé de médecine chinoise et d'acupuncture. Il publie, chez Marabout, «Les vertus des légumes, des fruits et des céréales». Son postulat de base est que la santé est dans notre assiette. Il constate que, dans nos habitudes alimentaires, la part des fruits, légumes et céréales n'a fait que baisser au cours des dernières années. Pourtant, ils sont indispensables au maintien de notre capital-santé. Des études scientifiques montrent que les éléments nutritifs qu'ils renferment jouent un rôle premier dans la prévention de certaines maladies. Le guide du docteur Lamboley donne le «hit-parade» des meilleurs légumes, fruits et céréales. Il a étudié la valeur nutritive de chacun et leurs avantages réel pour la santé. Il ajoute des conseils utiles pour bien les choisir et bien les préparer. Il inclut dans cette liste les herbes aromatiques et quelques condiments et épices. La deuxième partie du livre fait l'inventaire des maladies et affections qu'une meilleure alimentation pourrait prévenir. Prix: 11,95 \$. L.-G.L.

Tête-à-tête



Petit souper intime en vue?

Essayez avec une vue imprenable sur la Place d'Youville. Vous découvrirez un charmant Steak House où le bœuf de catégorie AAA supérieur se cuit comme il se doit - sur charbon de bois. Et les fruits de mer sont tout aussi à l'honneur. De quoi en perdre la tête. Table d'hôte en soirée à partir de 19,95 \$. Période de stationnement intérieur gratuite.

Réervations: 380-BOEUF

LE BEFFROI
STEAK HOUSE



HIPPODROME DE QUÉBEC
tout l'monde y gagne!

• CHEVAUX • RESTO • LOTERIE VIDÉO

Disponible les jeudis et dimanches exclusivement

Buffet gastronomique

Fumante de nos soupicières

Bar à salades: **NOUVEAU**

- Pattes de crabe (king crab)
- Saumon fumé
- Plateau de crevettes décortiquées
- Pennes et trois fromages
- Jambon et petits légumes
- Épinards et mandarines
- Pommes et ciboulettes
- Jardinière de campagne
- Niçoise
- Crudités et trempettes
- Marinades assorties

Plats chauds:

- Côte de bœuf et jambon **découpés sur place**
- Poitrines de poulet farcies
- Bœuf Sukiyaki
- Côtes levées à l'ananas
- Steak de porc à l'orange et romarin
- Émincé de volailles au cari
- Brochettes de pétoncles et crevettes
- Veau chasseur
- Ragoût de bison

Plateau de fromages fins du Québec:

- Mamirolle, Oka, Brie double crème, Calendos, Chèvre noire, Tournevent nature, Capriny, Saint-Honoré, Saint-Paulin

Gourmandises maison

19,95\$ (Taxes et service en sus)

EN PRIME
2,00\$ en argent de pari pour tenter votre chance.

SPECTACLES DE COURSES
En piste à Québec
dimanche 18h30 et jeudi 19h
Interpistes sur écrans géants, par satellite tous les jours dès 13h

SALON LOTERIE VIDÉO
Le plus grand choix à Québec avec 100 appareils
OUVERT 7 JOURS SUR 7
9h à 3h a.m.
Réservations: 524-5283



Le Manoir du Spaghetti vous invite à profiter de cette offre exceptionnelle

Cadres Historiques pour Sauces Uniques

À la maison

17\$

POUR 6 PERSONNES

COMPRENANT:

- ✓ 2 POTS DE SAUCE À LA VIANDE 750ML
- ✓ 1 PAQUET DE PÂTES 900 gr
- ✓ 1 MICHE DE PAIN
- ✓ 2 LITRES DE Peps
- ✓ 1 TARTE AU SUCRE

Le Soleil

Le Soir (Lundi au Vendredi)

17\$

POUR 2 PERSONNES

COMPRENANT:

- ✓ 2 SALADES MANOIR
- ✓ 2 SPAGHETTIS AU CHOIX
 - Le Manoir
 - Le Gratin
 - Le Cassu
 - Le Champignon
 - Le Végétarien
- ✓ 2 Brevages
- ✓ 2 MORCEAUX DE GÂTEAU AU CHOCOLAT

Le Soleil



7685 1ère Avenue
CHARLESBOURG
Tél.: (418) 627-0161



1147 rue Hart
TROIS-RIVIÈRES
Tél.: (819) 373-0204



3077 Chemin Saint-Louis
SAINTE-FOY
Tél.: (418) 659-5628