

la presse

Semaine du 14 février 1981 — Vol. 23 No 7

LE MAGAZINE

# Perspectives



**De la bouteille  
maléfique à la bouteille-taxe**  
page 2

**Tous l'épaule à la roue**  
page 6

**Une école qui  
fait son tour du monde**  
page 14

# La grande rafle de 1921

Il y a 60 ans ce mois-ci, au temps de la prohibition, le gouvernement du Québec, au lieu de faire la chasse à la bouteille, a mis la main dessus...

**L**a Société des alcools du Québec a 60 ans. Eh oui, cette célèbre et — ô combien! — prospère institution remonte à février 1921 lorsque l'Assemblée législative lui prêta vie sous sa première appellation d'origine, soit la Commission des liqueurs du Québec. Au gré des ans et d'une cure de francisation, elle s'appellera Régie des alcools avant de recevoir, en 1971, son appellation actuelle.

La S.A.Q. est née dans des circonstances pour le moins singulières. C'est que, voyez-vous, au moment de sa création, toute l'Amérique anglo-saxonne est en guerre: de New York à Vancouver, de Los Angeles à Halifax, en passant par Chicago (légende oblige), les policiers pourchassent inlassablement un hors-la-loi qui leur file constamment entre les doigts pour trouver refuge auprès d'une population complice. Ce hors-la-loi se nomme alcool; cette guerre, c'est la prohibition. C'est dans pareil contexte que le gouvernement libéral d'Alexandre Taschereau va décider de faire, lui-même et lui seul, commerce d'un produit maudit, défendu, traqué à des milliers de kilomètres à la ronde.

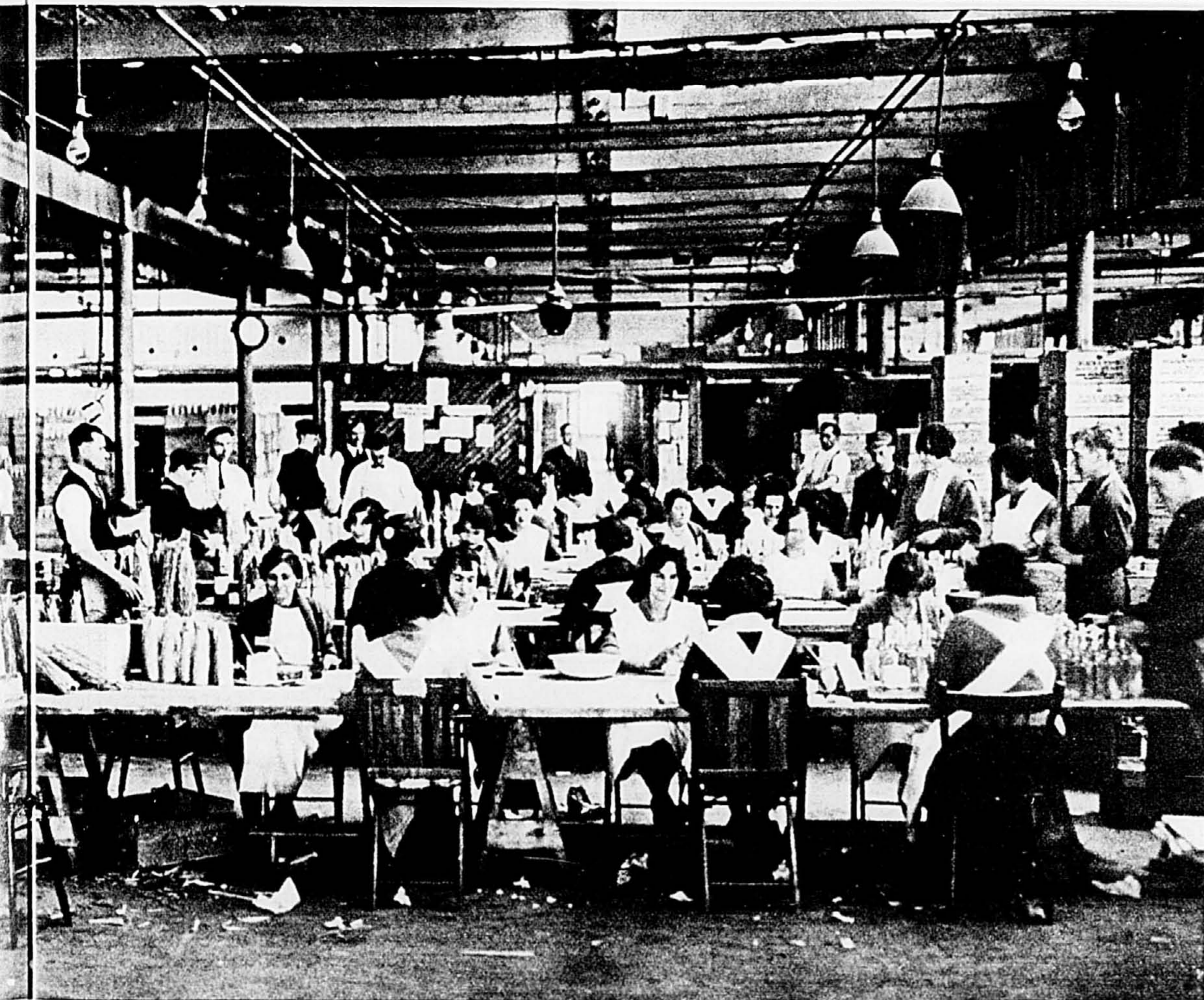
Mais il ne faut pas croire que le Québec n'a pas subi l'influence de ses voisins unanimes dans leur combat. Bien au contraire! Le fort vent prohibitionniste qui soufflait de toutes parts a aussi balayé le Québec. La preuve: début février 1918, le gouvernement de Lomer Gouin, prédécesseur d'Alexandre Taschereau, a pris tout le monde par surprise en adoptant une loi de la prohibition. Avant de se faire marchand d'alcool, l'État a tenté de nous mettre au régime sec. La Commission des li-

queurs est issue d'événements et d'hommes bien déterminés: les événements, ce sont ceux de notre expérience de la prohibition; les hommes, ce sont une poignée d'hommes politiques astucieux et tout pleins de ce courage que les Français appellent culot.

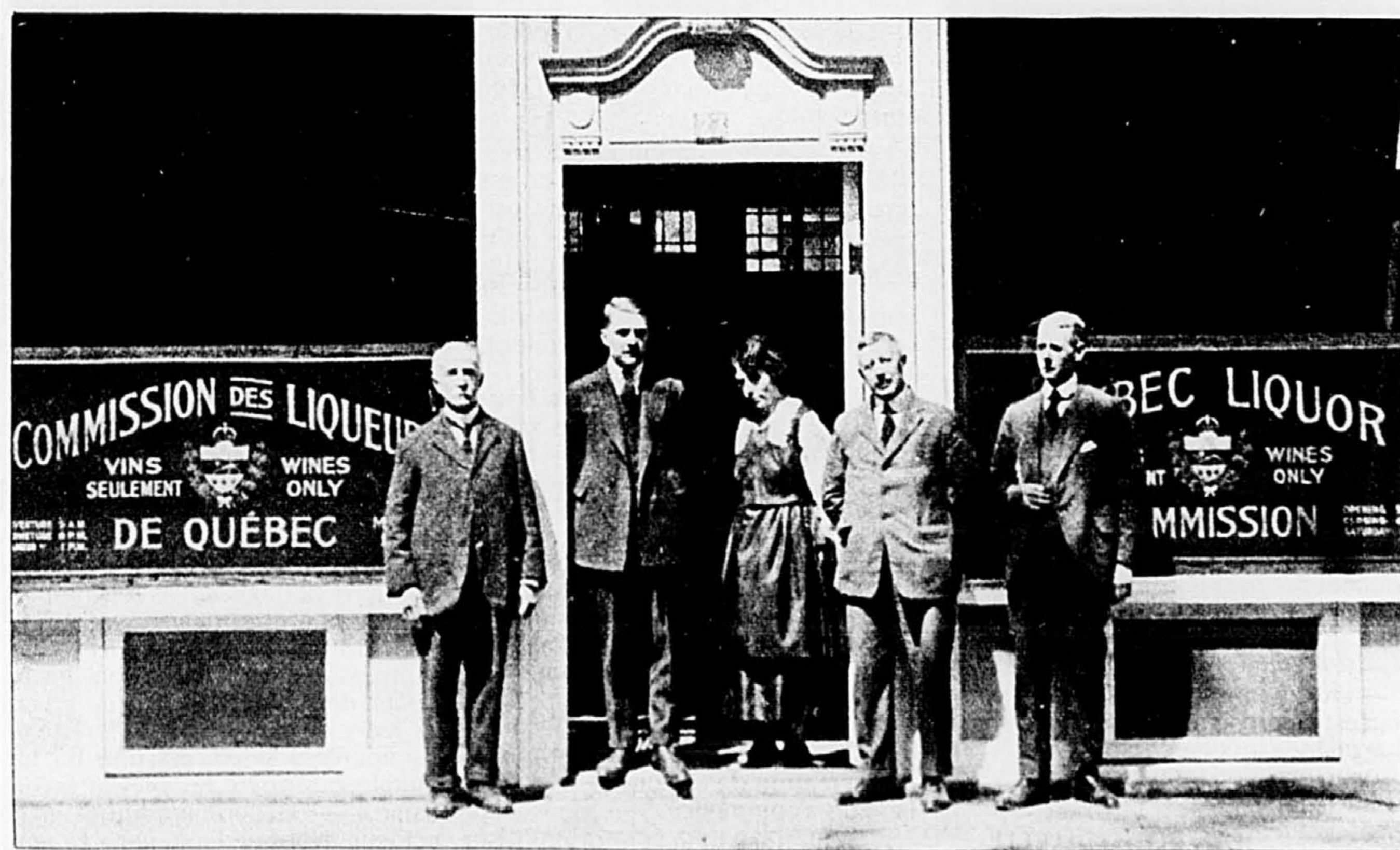
En 1918, les mouvements de tempérance peuvent presque crier victoire. Leurs luttes acharnées entreprises dès 1840 ont porté leurs fruits: l'ennemi est coincé, vulnérable, dans ses derniers retranchements. Auparavant, on avait obtenu du gouvernement qu'il instaure un système de permis ou de licences, comme on disait à l'époque, pour réglementer le commerce de l'alcool; malheureusement les autorités n'avaient pas sérieusement veillé à son application (on connaît depuis toujours l'efficacité des tournées d'inspection prévues pour la semaine des quatre jeudis). Par la suite, les partisans de la tempérance conquis par le prohibitionnisme ont fait pression auprès des conseils municipaux pour qu'ils interdisent la vente de l'alcool dans leur territoire. Ce fut un franc succès: au début de 1918, 92% des municipalités avaient frappé d'interdit le commerce de l'alcool. Et voilà que maintenant le gouvernement emboîte le pas et que l'on connaîtra la prohibition totale à compter du 1er mai 1919. L'alcool, cause de tant de naufrages et de noyades contraires à la morale et à la santé de la société, va devoir se résorber. Le temps est à la sécheresse.

Mais tous ne l'entendent pas ainsi. Chez les débitants, les brasseurs et les distillateurs dont le gagne-pain et l'industrie sont en péril, c'est le branle-bas de combat. La résistance s'organise autour de deux argu-





Embouteillage et emballage des vins (ci-contre). Laboratoire de contrôle de la qualité (en bas de la page précédente) et façade d'un magasin.



ments principaux: la volonté populaire et l'échec de la prohibition totale là où elle est en vigueur. Dès le départ, on a opté pour une position de compromis: si l'alcool est parfois néfaste (il y a des preuves accablantes!), la bière et le vin ne le sont pas. Le peuple n'acceptera pas qu'on le prive de deux boissons inoffensives qui sont bien près d'être des aliments. Dans la coulisse et sur la place publique, on travaille tant et si bien que le gouvernement Gouin se résout à demander au peuple, par voie de référendum, de trancher l'épineuse question.

Le référendum est fixé au 10 avril 1919. Le choix est le suivant: la prohibition totale ou la prohibition mitigée, c'est-à-dire un régime plus souple qui permettra la consommation d'alcools légers dont la bière, le vin et le cidre à faible teneur en alcool, soit moins de 2,52% pour la bière et moins de 6,95% pour les deux autres. A la fin d'une campagne éclair qui verra les deux clans s'opposer surtout par placards et annonces interposés, on en arrive à un résultat on ne peut plus clair avec pas moins de 85% des votants qui se prononcent en faveur de la prohibition mitigée.

C'est ainsi que, le soir du 30 avril 1919, les quelques clients qui hantent leur établissement favori peuvent se payer un dernier verre, le coup de l'étrier, de cette boisson qui, dès le lendemain, devra disparaître pour céder la place aux boissons fortement baptisées qu'on veut lui substituer. L'alcool ne servira plus qu'à des fins religieuses, industrielles et médicales, seules exceptions permises par la loi. On trinque-

## TRACES ET PAROLES

Aux Éditions Nouvelle Optique, paraît ces jours-ci un livre de notre consoeur Thérèse Dumesnil, rédactrice en chef adjointe de *Perspectives*, intitulé *L'Écologiste aux pieds nus*. Il s'agit d'entretiens avec le grand écologiste Pierre Dansereau, publiés dans la collection Traces et paroles sous la direction de Gilbert Tarrab, qui a signé le premier livre de la collection: *le Roc et la Source*, entretiens avec Jacques Grand'Maison. Paraissent en même temps des entretiens avec Marcel Rioux signés Jules Duchastel.

— C'est M. Tarrab qui vous a demandé d'écrire ce livre sur M. Dansereau?

— M. Tarrab avait l'idée de publier un livre sur M. Dansereau, mais c'est ce dernier qui a suggéré mon nom pour l'écrire.

— Vous le connaissiez donc?

— Je le connais depuis quelques années, mais je connais sa pensée depuis plus longtemps encore. Je fais partie du conseil d'administration du Conseil québécois de l'environnement et, pendant trois ans, nous y avons siégé ensemble.

— C'est dire que l'écologie vous intéresse.

— L'environnement et l'écologie, oui, depuis de nombreuses années. J'ai écrit maints articles sur ces sujets, dans *Perspectives* notamment. Je me définis d'ailleurs comme écologiste amateur. Je dis bien amateur, par opposition à militante (je n'aime pas ce mot, à cause de sa saveur belliqueuse).

— Comment avez-vous procédé?

— J'ai d'abord hésité à accepter pareil défi. Vous savez que *l'Encyclopedia Britannica* considère M. Dansereau comme un pionnier de l'écologie mondiale. C'est donc à la trace de cet homme considérable que je devais aller. Il y avait de quoi avoir un peu peur. Mais comme c'est lui qui m'avait proposée... Mon but étant de lui donner la parole, je me suis d'abord nourrie de sa parole: j'ai relu systématiquement ses ouvrages, de vulgarisation à tout le moins, plus ses nombreux articles publiés ici et là. J'ai essayé de trouver les grands thèmes de sa pensée et de retracer ses engagements. C'est à partir de ces thèmes que j'ai décidé de diviser le livre en six chapitres: biographie (enfance, études); sa pensée sur l'éducation; sur le monde des scientifiques; sur son engagement politique; sur l'écologie proprement dite; sur l'écologie politique.



THÉRÈSE DUMESNIL

— Et comment abordiez-vous chaque entretien?

— En partant de ses écrits — une phrase, un jugement —, sorte de confrontation avec sa pensée des années 60 et même avant, et de là, relance de sa pensée vers l'avenir.

— C'est donc plus que de la simple interview...

— Comme j'ai des opinions sur l'environnement et l'écologie, je n'étais pas nécessairement d'accord sur tout ce qu'il disait. Alors j'ai poussé la discussion. C'est devenu une sorte de confrontation, de dialogue. C'est dire que je me suis impliquée.

— Ensuite il a fallu ordonner tout cela.

— Le livre étant divisé en six tranches, nous avons eu six entretiens de trois heures. Dix-huit heures d'enregistrement. Il a fallu faire des choix. Un premier, de contenu d'abord, soumis à M. Dansereau, qui a émondé un peu. Puis j'ai fait une première rédaction en essayant de conserver le style entretien plutôt que le style exposé magistral. J'ai remis le tout à M. Dansereau, qui a apporté quelques précisions. Ce fut ensuite la dernière rédaction, sur laquelle éditeur et interviewé sont tombés d'accord.

— Et vous?

— Un auteur n'est jamais satisfait, mais il faut bien un jour remettre son travail...

— Est-ce un livre d'accès facile?

— Oui, c'est un livre pour le grand public. Il ne s'agit donc pas d'un livre scientifique au sens strict du terme: il s'agissait pour moi de présenter l'homme et son oeuvre. Je l'ai fait avec d'autant plus de satisfaction que le sujet m'intéressait et que de plus j'ai beaucoup d'affinités avec M. Dansereau. Est-ce parce que nous sommes nés tous les deux un 5 octobre (à une génération d'intervalle, à peu près)?

— C'est votre premier livre?

— Oui, même si je considère que ce n'est pas un «vrai» livre, c'est-à-dire un livre qu'on écrit tout seul. Un vrai livre, j'en ferai quand j'aurai le temps.

JEAN BOUTHILLETTE

## LA GRANDE RAFLE DE 1921

une dernière fois au bon vieux temps de l'abondance et des joyeuses libations sans frein: «A la bonne vôtre!»

1er mai 1919. La prohibition mitigée entre en vigueur. Passent les jours, les semaines, et puis les mois. Le commerce de l'alcool a bel et bien pris fin. Outre les quelques distributeurs à qui l'on permet de desservir ceux qui bénéficient d'une exemption à la loi, il n'y a plus personne qui puisse vendre autre chose que des alcools légers. Mais, comme on pouvait s'y attendre, le trafic, lui, s'installe. Et rapidement.

Première étape: l'approvisionnement. Les adeptes de la distillation et leurs installations de fortune se multiplient; l'alambic illicite se répand, comme la fièvre, à la ville et à la campagne. Il existe toujours, par ailleurs, des alambics qui fonctionnent en toute légalité dans des distilleries dont les produits sont destinés à l'exportation: il arrive cependant que des caisses s'égarant en cours de route et ne franchissent pas la moindre frontière. Fuites inévitables à l'enseigne de la discrétion et de profits alléchants. Il ne faut pas oublier non plus les esprits prévoyants qui peuvent puiser à même les réserves accumulées avant le 1er mai fatidique.

Deuxième étape: la vente. A cette étape-là, comme à la première, trafiquants et consommateurs ne sont pas à court de stratagèmes. Dans les buvettes reconverties aux alcools de «tempérance», il n'est pas rare que la bière dégage mystérieusement une forte odeur de whisky. Dans les arrière-boutiques et chez des particuliers aventureux naissent des buvettes clandestines au comptoir bien garni. Dans les pharmacies, le nombre de patients porteurs d'ordonnances prescrivant un petit remonçant augmente subitement de façon appréciable.

**L**e hors-la-loi court toujours et personne n'en est dupe. Surtout pas les policiers auxquels il incombe de faire respecter une mesure que l'on sait impopulaire. Eux aussi opèrent discrètement. Les autorités pourraient, à l'américaine, lâcher les forces de l'ordre contre celles de la dive bouteille, les faire se heurter de plein fouet; elles ne le feront pas. Quelques mois à peine après l'entrée en vigueur de la prohibition, les hommes politiques parlent même ouvertement de fiasco. En novembre 1920, le nouveau Premier ministre Alexandre Taschereau se dit d'avis que, le remède prohibitionniste étant de toute évidence inefficace, il faut lui en substituer un autre. Les heures de la prohibition québécoise sont comptées; le compte à rebours de la création de la Commission des ligueurs a commencé.

Pour mener à bien la réforme, Tas-

chereau fera équipe avec le trésorier de la province, Walter Mitchell, celui-là même qui a parrainé la Loi de la prohibition. Ce qu'ils cherchent, c'est un moyen efficace de contrôler véritablement le commerce de l'alcool. C'est dans cet esprit qu'ils travaillent et échafaudent leur projet.

# "OUI"

## Parade aux Flambeaux

En Faveur de la

# BIERE ET DU VIN

# CE SOIR

## Ralliement à 8 heures

Tous sont invités à s'y joindre — spécialement les ouvriers et les soldats de retour

# EN FOULE

au

MARCHE ST-JACQUES	ET AU
coin des rues	coin des rues
Amherst et Ontario	St-Denis et Ste-Catherine

Cette fois-là, le «oui» l'emporta!

La période de gestation sera de courte durée: le discours du Trône de janvier 1921 renferme des engagements non équivoques sur la nécessité d'une réforme, sans toutefois entrer dans les détails.

Début février, les documents sont prêts et le gouvernement divulgue la nouvelle politique qu'il met de l'avant: il va créer un monopole d'État dont relèveront tous les aspects du commerce des boissons alcooliques. Une seule exception à la règle: la bière, qui demeure entre les mains des puissantes et influentes brasseries. L'idée du monopole n'est pas entièrement nouvelle: le système fonctionne en Suède depuis nombre d'années et a même déjà été étudié, en 1912-1913, par une commission d'enquête québécoise. Les déboires récents ont contribué à ce que cette idée refasse surface et devienne politique officielle.

Les choses ne vont pas traîner. Oh que non! Présentée en Chambre le 9 février, la Loi concernant les liqueurs alcooliques recevra la sanction royale le 25 février, soit deux semaines plus tard. Le débat est animé, les opinions partagées. Les journaux se montrent enthousiastes, sceptiques ou carrément hostiles. Les opposants politiques et ceux dont les intérêts immédiats sont en jeu y vont de leurs objections: «Et la liberté du commerce?» — «C'est une loi immorale qui ouvre la voie au favoritisme.» — «Il faut appliquer la loi actuelle avant de l'abroger.» Le gou-

vernement reste imperturbable, ne déroge pas à son projet initial, ou alors si peu...

A posteriori, il est étonnant de constater que, de tous les aspects qui ont fait l'objet de discussions, on a très peu parlé de l'aspect purement financier. Et pourtant le commerce dont on projette de s'emparer est très lucratif. Mais non, on parle presque exclusivement de moralité publique et de tempérance. Il est vrai que la loi confie à la Commission des liqueurs la tâche de veiller à la mise en place, à l'application d'une réglementation très poussée qui encadre tout le commerce de l'alcool. Mais dans la presse et au cours des débats parlementaires, on passe l'aspect financier presque sous silence. Les moeurs avant les sous!

Il est certain cependant que ces messieurs du gouvernement ont bien senti qu'il s'agissait d'une affaire en or pour le trésor public. Que l'on se soit préoccupé d'ordre et de moralité n'empêche pas que l'on ait entrevu les monceaux de dollars que cela allait rapporter. Pendant que les gouvernements prohibitionnistes voisins s'obstinaient à faire la chasse aux bouteilles sans jamais les attraper, nos gouvernants ont astucieusement tendu leur filet et les ont raflées toutes... pour de bon. Ils ont réussi, les premiers en Amérique du Nord, une rafle de grande envergure qui s'avèrera très profitable, sans parler de la presque disparition, avec les années, de l'alcool de contrebande ou frelaté, la légendaire robine bon marché mais traîtresse.

La Commission des liqueurs va prendre forme dans les faits en mars 1921. Les cinq commissaires récemment nommés vont se mettre à l'oeuvre sans tarder. Ils vont s'employer à trouver des locaux pour leurs entrepôts, un à Montréal et un à Québec, et pour leurs comptoirs. Puis, ils vont créer un fonds de commerce en acquérant vins et spiritueux ici et à l'étranger. Le 1er mai s'ouvrent les premiers comptoirs qui, peu à peu, vont se répandre par toute la province, sauf dans les municipalités qui maintiennent la prohibition locale. Ce phénomène durera encore de nombreuses années, jusque dans les années 50 où il commencera à s'estomper.

Chez nos voisins et un peu partout dans le monde, l'entreprise nouvelle suscite un grand intérêt. L'exemple sera même suivi assez rapidement par certaines provinces canadiennes, dont la Colombie-Britannique, autre maillon faible de l'Amérique prohibitionniste, et plus tard (après 1933) par divers États américains. Sur le continent, c'est au Québec que s'est accomplie la métamorphose réussie de la bouteille maléfique en bouteille-taxe, ce à quoi peu de gouvernements sauraient rester indifférents.

JACQUES GAGNÉ

# La cigarette douce, plus douce que jamais!



## CRAVEN "A" Spéciale douce

### CRAVEN "A", la première famille de cigarettes douces

Avis: Santé et Bien-être social Canada considère que le danger pour la santé croît avec l'usage - éviter d'inhaler.  
Moyenne par cigarette -

# la vie nous concerne



La Société canadienne de la Croix-Rouge

#### OFFRE SPÉCIALE

Paquet de 100 différents timbres du monde entier pour seulement 0.255



ODONTOMÈTRE 2" x 5"

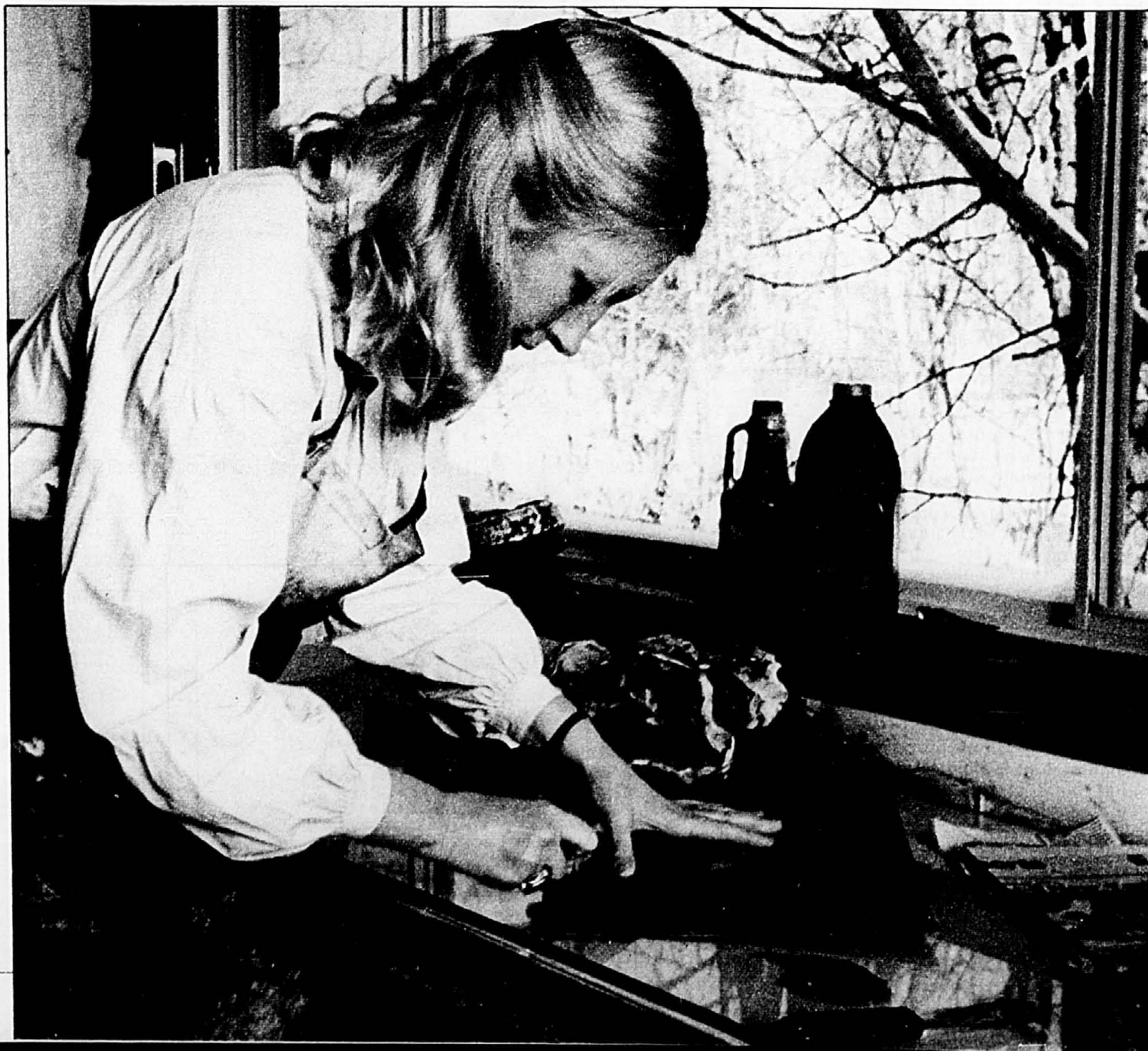
À cette offre spéciale, nous ajoutons gratuitement une liste de timbres pré-sélectionnés ainsi qu'un odontomètre. De plus, nous soumettons à votre approbation une sélection de timbres-poste authentiques.

100 TIMBRES DU CANADA (1 paquet)	RÉG. 1.00\$
100 TIMBRES DES ETATS-UNIS (1 paquet)	1.00\$
SPECIAL: les 3 paquets pour 1.50\$	

CENTRE PHILATÉLIQUE DE QUÉBEC INC.  
298, DE LA COURONNE  
QUÉBEC, QUÉ., G1K 6E3  
TEL.: 529-4412



Le graveur Adriano Lambe (ci-contre) et Jocelyne Bélanger, aquafortiste et coordonnatrice de l'Atelier.



# Ho! Les moteurs!

**V**al-David. La route 117. Clic, clic, clic...clac! Le petit voyant vert triangulaire du clignotant de ma Volvo vient de se ramener automatiquement. Les pneus crissent maintenant sur la neige d'un petit chemin de traverse. «L'Atelier de l'île, tu ne peux pas le manquer. C'est à l'arrière d'une maison au toit bleu», m'avait dit Michel-T. Tremblay. T pour le distinguer peut-être de l'autre. L'Atelier de l'île, qu'il a fondé en 1974, est devant moi.

Un chien blanc, imposant, est enchaîné. C'est froid. Une odeur de résineux flotte dans l'air. Un petit pont. Le murmure des chutes. Sous le givre des fenêtres, on retrouve la roue de la grande presse. Ici, à l'Atelier de l'île de Val-David, au nord de Montréal, des artistes s'adonnent au beau métier de l'estampe sous presque toutes ses formes: eau-forte, relief et bois gravé, lithographie.

On savait qu'à Val-David, autour de la Butte-à-Mathieu d'abord, puis ensuite avec les Créateurs associés, les métiers d'art s'épanouissaient. Les céramistes façonnent l'argile, les orfèvres sertissent ou polissent, les ébénistes chantournent, les tisserands filent, dévident et teignent. On savait que Val-David était devenu une sorte de port culturel. Artisans et artistes qui ont fui la ville ont trouvé ici une population accueillante, de grands espaces et surtout le temps de vivre et de faire. Savait-on cependant que ce vent champêtre de création avait atteint les graveurs? Comme quoi, l'air frais fait école!

Sur les bords de la rivière du Nord, à l'Atelier de l'île, on dessine et l'on encre sur des pierres calcaires, on taille dans le bois dur, on incise et creuse les plaques de cuivre qui seront soumises à la morsure de l'acide ou à l'émulsion de la photogravure. Ils sont une vingtaine d'artistes, membres de ce centre de production. Parmi eux: Marcel Carrier, René Derouin, Gilles Boisvert, Roland Pichet, Francine Beauvais, le peintre Guy Montpetit, le sculpteur Pierre Leblanc, le céramiste Claude Vermette, le cinéaste Jacques Giraldeau, Jocelyne Benoît.

Tous ont la clef. En échange d'un abonnement mensuel, ils peuvent venir travailler ici vingt-quatre heures sur vingt-quatre. Le résultat: des «images-tirages» délicates et raffinées. Des images comme les délicieux délires végétaux de Jocelyne Bélanger et les planches où sont inscrits les paysages «autres» de Michel-T. Tremblay. Ces derniers respectivement coordonnateur et animateur de ce lieu autogéré qui permet bien des regroupements féconds. Mes hôtes. Les pionniers de l'atelier.

Clic... Le magnétophone se met en marche. Nous buvons du thé. L'artiste Gilles Boisvert entre. Il a quitté



## Ne laissez pas votre argent s'envoler en fumée!

Un moteur mal réglé peut brûler beaucoup de carburant inutilement et, de nos jours, l'essence est trop précieuse pour qu'on la gaspille. Vous avez donc tout intérêt à conserver votre voiture en bon état le plus longtemps possible. Et dans ce domaine, le détaillant Texaco s'y connaît.

Il est en mesure de vous offrir des programmes d'entretien peu coûteux et très efficaces qui prolongeront le rendement de votre voiture et vous feront économiser, à la longue, argent et énergie.

Par exemple, le programme "Vidange d'huile et changement de filtre" comprend aussi une inspection générale en 12 points qui va du radiateur au différentiel en passant par la

transmission, la servo-direction et le cylindre principal de frein.

Vous pouvez aussi faire effectuer la mise au point de votre voiture grâce au programme "Vérification en 15 points" où notre spécialiste vérifie le moteur, le système d'allumage, l'alimentation électrique du moteur, la soupape VFC, le carburateur, etc.

Ces deux programmes vous permettront sûrement d'économiser de l'essence et peut-être même de prévenir un problème coûteux. Surveillez donc les offres spéciales affichées au cours de l'année dans nos stations-service et vous verrez que...

**NOUS Y GAGNONS TOUS À MIEUX UTILISER L'ÉNERGIE.**



il y a déjà près de trois ans son grand atelier du boulevard Saint-Laurent à Montréal pour les sapins de Val-Morin. «Cela fait tout un changement», commente-t-il. Gilles Boisvert a travaillé aux plans du nouvel agrandissement de l'atelier. On le voit ici, l'entraide n'est pas un vain mot. Chacun fait sa part. Il y aura bientôt beaucoup plus de place pour la lithographie puisqu'une salle vient d'être aménagée à cette fin et sera inaugurée officiellement le samedi 21 février, de 2 à 7, et le dimanche 22, de 1 à 5. Invitation à tous de visiter en même temps l'atelier et la petite salle d'exposition où se tiendra une expo-vente des oeuvres des membres, à prix spécial.

Première question. Ce n'est pas la première fois qu'ils l'entendent. Où est l'île? «Tu es passé sur un premier pont sans le voir», s'exclame Jocelyne. - «Avec la fonte des neiges, la rivière grossit et là, tu vois que c'est une île», ajoute Michel. Île ou presque, qu'importe, l'atelier, lui, c'était au départ la maison de Michel-T. Tremblay. Ce dernier, de retour en 1974 de Paris où il a pu perfectionner son art à l'atelier prestigieux de William Hayter, atterrissait à Val-David. «Tout cela a donc commencé dans ma maison. Je travaillais l'eau-forte et je donnais des cours sur cette technique, se souvient-il. Des artistes comme Jocelyne et Indira Nair sont venus travailler avec moi. À ce noyau initial d'autres se sont ajoutés. Nous avons donc bâti l'atelier où nous sommes présentement, à l'arrière de ma maison au toit bleu. Un atelier actuellement agrandi à nouveau. Ça été une progression naturelle.»

D'une affaire personnelle, l'atelier devient une corporation sans but lucratif en 1978. C'est une corporation gérée en un conseil d'administration par ses membres, habitant la région. En 1978, l'atelier reçoit des subventions de fonctionnement du ministère des Affaires culturelles, subventions auxquelles s'ajoutent celles versées cette année par le Conseil des arts du Canada, qui subventionne sept ateliers de gravure au Canada. Les subventions, avec la contribution des membres, couvrent les frais de l'atelier qui se définit avant tout comme un ensemble de services favorisant à chacun la re-

cherche et l'expérimentation graphiques, puisque beaucoup n'étaient pas graveurs au départ, et aux estampeurs l'exercice de leur métier.

L'Atelier de l'île, c'est donc presque tous les matériaux de base fournis, une banque d'information sur la gravure et sur les tirages de l'atelier, sur les points de diffusion de l'estampe. C'est un service d'approvisionnement de matériel. Ce sont aussi des stages d'initiation à l'eau-forte et à la lithographie, stages intensifs durant l'été ou échelonnés sur de plus longues périodes. L'Atelier de l'île, ce sont aussi des stages spécialisés donnés à l'atelier pour des professionnels par des graveurs membres ou par des artistes invités. Des stages spécialisés qui font souvent autorité comme en témoigne l'engouement de tout le monde de la gravure québécoise lors de la venue à Val-David l'an dernier de maîtres et de techniciens hors pair, à l'occasion de la Semaine de la gravure.

Adriano Lambe, graveur d'origine argentine, y fit renaître la technique méticuleuse et oubliée du burin, chère notamment au grand Dürer, pour le bénéfice de dix-neuf estampeurs présents, lesquels furent quelquefois cueillis à l'arrêt d'autobus par Michel-T. Tremblay et Jocelyne Bélanger. On en profita pour convier des groupes d'écoliers à visiter l'atelier. Peu de temps après, le graveur japonais Toru Iwaya y donnait une démonstration de cette technique aussi rare qu'exigeante qu'est la manière noire. Comme le nom l'indique, la technique rend possibles d'étonnants clairs-obscurs.

Côté technique, l'Atelier de l'île se défend en diable. L'accent y est en



Gilles Boisvert à la presse lithographique (ci-contre); Toru Iwaya, spécialiste de la «manière noire», et Louis Pelletier.

ce moment sur la lithographie. C'est ainsi qu'on vient d'acheter, pour les nouveaux aménagements, nombre d'équipements. Une presse à lithographie est installée dans une salle réservée à cet effet. Des pierres sont en place. Cela ne doit pas nous faire oublier l'eau-forte qui est un peu le «bébé» de l'atelier, du moins la première technique que l'on y a pratiquée. En eau-forte, on le sait, la plaque de zinc ou de cuivre qui servira à l'impression des estampes est creusée à l'aide de divers acides et encrée à l'intaglio. On y applique aussi la méthode d'encrage au rouleau développée à Paris à l'atelier d'Hayter et rapportée à Val-David par Michel-T. Tremblay. Les membres — ou compagnons selon la tradition ancienne du métier — vous expliqueront que le relief est aussi à l'honneur. Sur la majestueuse presse à bras dont la grande roue est devenue le symbole graphique de l'Atelier de l'île, René Derouin a complété l'édition, remarquable, de sa *Suite nordique* sur bois gravé. C'est une ode aux grands espaces dont le souffle n'a rien à envier aux vents du nord! Cette *Suite nordique*, triptyque de grand format, a été choisie parmi 4200 gravures au récent «World Print Three», compétition internationale de très grande envergure, et fera partie d'un portfolio ultra-sélectif diffusé dans les principaux musées d'Amérique, d'Europe et du Japon.

René Derouin, le compagnon, de même que Claude Vermette, de Sainte-Adèle, Roland Pichet, de Saint-Sauveur, et la grande majorité des autres artistes de l'Atelier de l'île habitent tout près. L'atelier, ils l'ont à portée de la main. Ensemble, ils ont mis leurs ressources en commun. «L'atelier, ce n'est toutefois pas une imagerie ou un style que l'on partage», prévient Gilles Boisvert dont la thématique sociale de ses images n'a rien d'apparent avec le lyrisme de Michel-T. Tremblay. Du reste, on vient de partout pour y travailler. C'est ici que l'Américaine Bonnie Baxter a choisi d'oeuvrer. C'est ici qu'il y a deux ans une Australienne est venue travailler neuf mois afin de mieux connaître la technique des rouleaux telle qu'enseignée par Tremblay. Dix membres de l'atelier viennent de créer des

gravures originales pour illustrer le disque de Dominique Tremblay, *la Scouine*. Depuis trois ans, dans le cadre du marché des métiers d'art de Val-David, l'atelier a animé des journées «gravure». «Nous multiplions les contacts», d'expliquer Jocelyne Bélanger, qui est aussi présidente du regroupement des Créateurs associés de Val-David. Une cinquantaine d'artistes, d'artisans, de musiciens, de poètes qui misent sur l'union des efforts. Calculé au prorata de la population pour ce village de 2 500 habitants, c'est l'équivalent de 50 000 créateurs habitant Montréal.

«Village culturel», Val-David est aussi une des toiles de fond du film *la Toile d'araignée* tourné par le cinéaste imagier — compagnon de l'atelier — Jacques Giraldeau. Il y décrit un milieu favorisé et protégé, nid douillet pour les créateurs. Un environnement qui donne à tous ces individualistes le goût de faire, sans trop de dissensions. Un microcosme. À Val-David, artistes, artisans, joailliers se voient, s'engueulent, se critiquent, s'échangent des tuyaux, blagent. Ce sont cette interdisciplinarité et cette stimulation que l'on retrouve à l'Atelier de l'île, ouvert à tous les professionnels de l'image.

— Moi, et ce n'est peut-être pas ton cas, de lancer Michel-T. Tremblay à Gilles Boisvert, le fait de vivre à la campagne m'influence beaucoup. Quand je dis que cela m'influence, je ne veux pas dire que parce que je vis à la campagne je fais des paysages; mais il est certain que la nature et le milieu te travaillent à la longue.

— Cela joue peut-être sur l'état d'esprit mais pas forcément sur l'image, de conclure Gilles Boisvert qui habite Val-Morin depuis presque trois ans. Une chose est certaine: ici, je ne me sens pas isolé. Et Montréal est proche.

La conversation se poursuit. Et clac... le magnétophone qui tournait — on l'avait oublié — s'arrête. Blagues, discussions, encore du thé. Salutations... La Volvo. Le petit pont. La petite route. Le clignotant. La route 117 et l'autoroute. Les péages. Cette fois-ci en revenant, le petit pont, je ne l'ai pas manqué. À l'Atelier de l'île de Val-David, les estampeurs sont pourtant loin d'être des insulaires!

RENÉ VIAU



# A INOUS DEUX



JOHN TRAVOLTA

# Pèlerinage Van Gogh-Gauguin à Toronto

«**I**l deviendra fou ou laissera les impressionnistes loin derrière lui», dira en 1886 le peintre Pissaro, à qui Théo Van Gogh présente son frère Vincent, qui vient d'arriver à Paris. Pissaro ne pouvait mieux pressentir. Van Gogh se suicide à Auvers en 1890. Ivre de lumière, il laisse une peinture tourmentée, aux couleurs de rage. Jusqu'au 22 mars, l'Art Gallery of Ontario de Toronto présente une exposition intitulée «Vincent Van Gogh et la naissance du cloisonnisme». C'est tout un événement, par son envergure et la façon dont les lendemains de l'impressionnisme y sont traités et surtout par la valeur artistique des oeuvres inédites qui y sont présentées. Valeur monétaire, aussi: plus de 250



**LES IRIS (1890)**  
Vincent Van Gogh.  
Huile sur toile, 92 x 73,5 cm.  
Rijksmuseum, Amsterdam (ci-dessus).

**AUGUSTINE SEGARORI AU CAFE LE  
TAMBOURIN (1888).**  
Vincent Van Gogh.  
Huile sur toile, 55,5 x 46,5 cm.  
Rijksmuseum, Amsterdam (en haut).

**MISÈRES HUMAINES (1889).**  
Paul Gauguin.  
Huile sur toile, 73,5 x 92,5 cm.  
Prêt d'Ordrupgaard Samlingen,  
Copenhague.

millions de dollars. On n'avait jamais rien vu de pareil. C'est, en fait, la plus grande exposition jamais organisée au Canada.

Pour la voir, il faut faire la queue aux portes du musée après s'être procuré à l'avance des billets qui indiquent une date et une heure précises. Comme à New York lors de la grande rétrospective Picasso! La moitié des tableaux — il y en a 145 en tout — sont signés Gauguin ou Van Gogh. Il en a coûté, en assurance seulement, 650 000 \$ pour les faire venir. Dans les couloirs de l'Art Gallery of Ontario on se frotte déjà les mains de satisfaction. L'exposition dont le coût total approche le million et demi de dollars, rapportera plus en retombées économiques indirectes à la ville de Toronto que celle des trésors de Toutankhamon. Présentées à ce même musée, les somptuosités funéraires du jeune pharaon ont attiré dans la Ville Reine 780 187 visiteurs, générant des retombées de 26 millions de dollars.

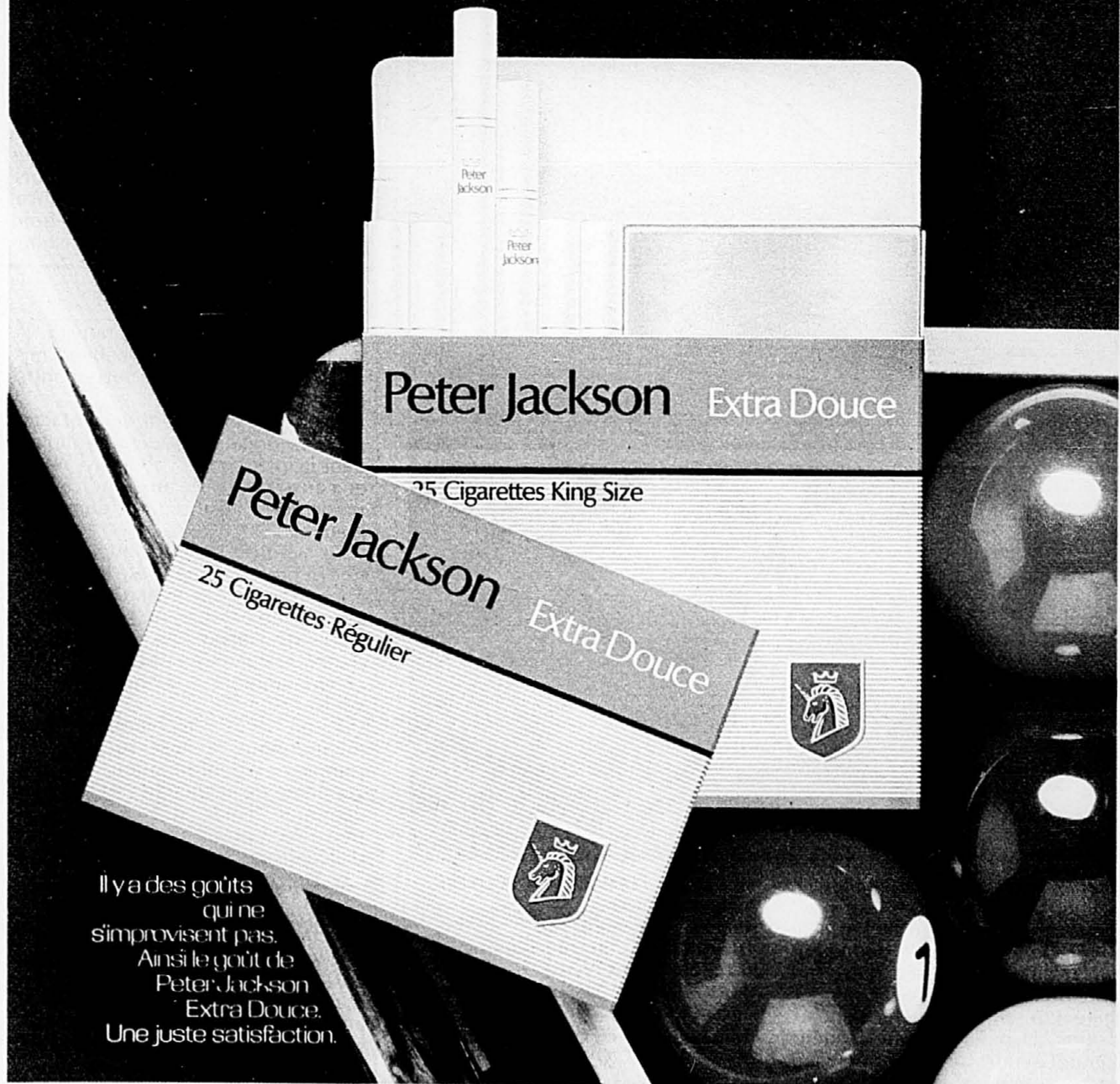
Avant d'être peintre, ce Néerlandais visionnaire qu'était Van Gogh fut tour à tour marchand de tableaux, professeur, libraire, étudiant en théologie, évangéliste. A Paris, à l'académie Cormon, il rencontre Paul Gauguin. Une singulière amitié liera les deux hommes qui n'avaient en commun que la force de leurs convictions esthétiques. Autour de ce noyau, avec Emile Bernard, Toulouse-Lautrec, Louis Anquetin, tous rencontrés à l'académie Cormon, dans les cafés de Montmartre, à Pont-Aven (en Bretagne) ensuite à Arles au coeur de la Provence, à Auvers et même en Martinique, une même ferveur s'instaure. On veut aller plus loin. Dépasser l'impressionnisme.

Van Gogh, Gauguin mort dans la misère aux îles Marquises, Toulouse-Lautrec miné par l'absinthe connurent des destins tragiques. Ils choquèrent le bourgeois. « Je suis deux choses qui ne peuvent être ridicules, écrivait de lui-même Gauguin, peintre incompris: un enfant et un sauvage. » Avec d'autres artistes moins connus: Anquetin, Paul Sérusier, Jacob Meyer de Haan, Maurice Denis et Charles Laval, ils auront recours dans leur art à des motifs simplifiés dont les contours précis sont au service de couleurs exacerbées. « Vous voyez cette ombre bleue. Eh bien, n'ayez pas peur de mettre sur votre toile le bleu le plus pur qui soit pour la reproduire », conseillait Gauguin à Sérusier.

Avec ces peintres, l'art va devenir de plus en plus abstrait. « Ce groupe, en fait celui de Pont-Aven, préfigure l'art du XX<sup>e</sup> siècle. On ne se contente plus d'observer et de transcrire la nature, comme l'ont fait les impressionnistes. L'art devient avec eux l'expression d'une vision intérieure », nous explique Pierre Desjardins, professeur d'histoire de l'art à l'université de Montréal. ▶

# Peter Jackson Extra Douce.

## Une extra douce avec autant de goût c'est étonnant.



Il y a des goûts  
qui ne  
s'improvisent pas.  
Ainsi le goût de  
Peter Jackson  
Extra Douce.  
Une juste satisfaction.

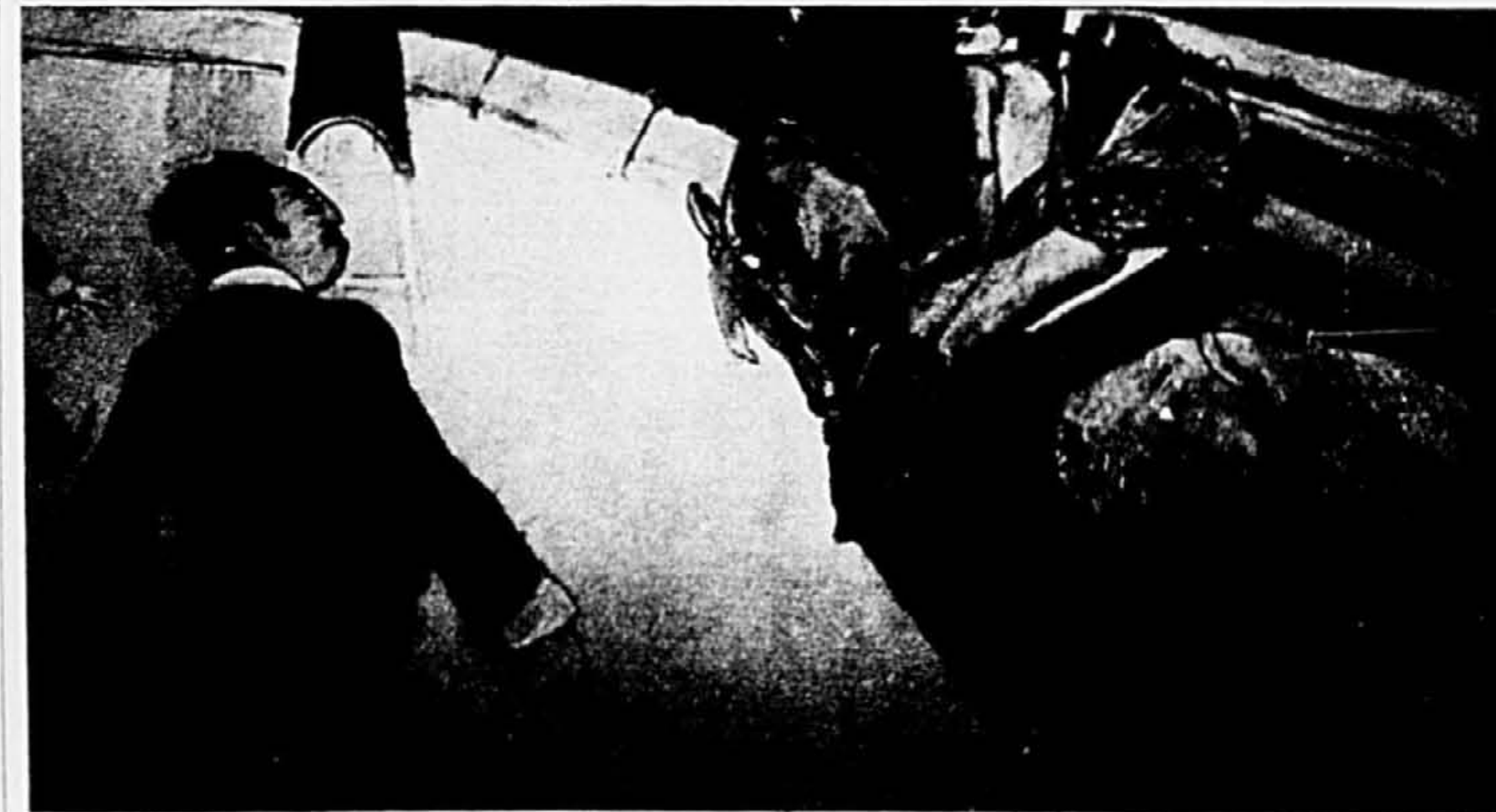
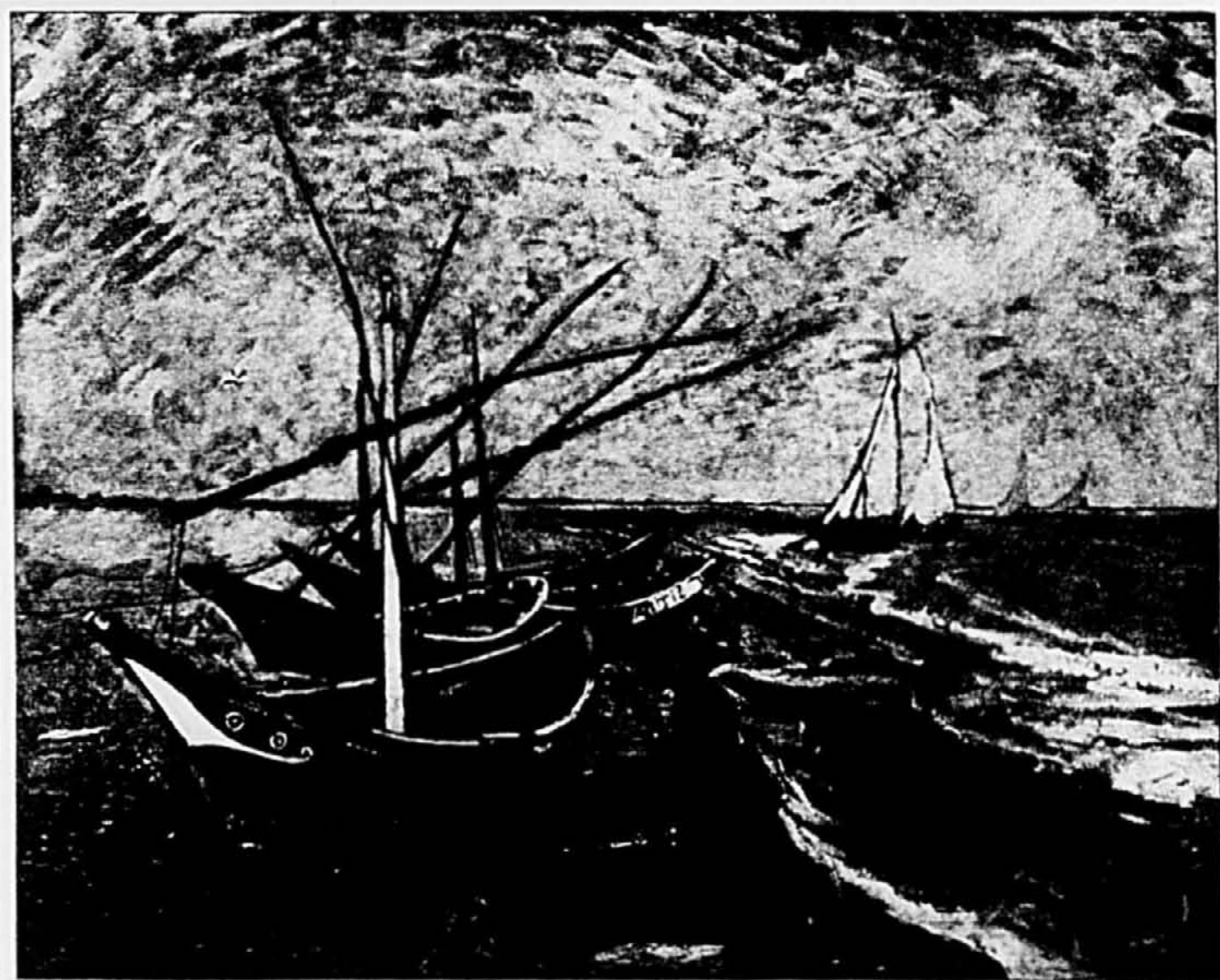
AVIS: Santé et Bien-être social Canada considère que le danger pour la santé croît avec l'usage — éviter d'inhaler.  
Moyenne par cigarette — Formats King Size & régulier: "goudron" 7mg, nicotine .7mg.

### partout dans le monde



Aidez à défendre les droits humains  
**"Devenez membre  
d'Amnistie Internationale"**

Amnistie Internationale  
1800 ouest, boul. Dorchester #401  
Montréal, Québec H3H 2H2  
Tél.: (514) 931-5897



Fortement appuyé par une longue tradition de mécénat surtout privé, ce musée bien nanti qu'est l'Art Gallery of Ontario (dont le budget approche celui du musée d'Art moderne de New York) ne fait rien à la légère. On sait y « mousser » une exposition. Et pas n'importe laquelle. Le grand peintre anglais Turner, l'automne dernier, y faisait courir les foules.

Van Gogh nous est présenté sous un jour nouveau: celui de pionnier du « cloisonnisme ». Cette manière picturale inspirée par la technique du « cloisonné » en céramique allait donner aux oeuvres ici présentes une grande force d'évocation de même que l'influence, sur ces artistes partageant le même credo, de l'art primitif et japonais. Cette approche, développée par les longues recherches du conservateur de l'exposition, Mme Bogomila Welsh, a valu à cette dernière une notoriété mondiale. C'est donc sans la moindre réserve que les musées les plus renommés et les plus prestigieux collectionneurs à travers le monde ont offert les toiles. Ainsi, le Musée Albright-Knox, de Buffalo, a dû s'in-

**AU CIRQUE FERNADON, L'ECUYERE.**  
Toulouse-Lautrec.  
Huile sur toile, 98 x 61 cm.  
Art Institute of Chicago (ci-dessus).  
**BATEAUX SUR LA PLAGE DE SAINTES-MARIES-DE-LA-MER (1888).**  
Vincent Van Gogh.  
Huile sur toile, 64,5 x 81 cm (en haut).

cliner, laissant partir son fameux Christ jaune (1889) de Gauguin qu'on s'était pourtant bien promis de ne pas prêter avant la grande rétrospective du centenaire de la mort de l'artiste prévue en 2003. Le Rijksmuseum Van Gogh d'Amsterdam, où sera montrée l'exposition après Toronto, a, à lui seul, prêté 37 toiles, les plus beaux et les plus célèbres Van Gogh de sa collection la plus considérable au monde de cet artiste.

L'occasion est donc providentielle et risque de ne plus jamais se reproduire. C'est avec un oeil où se mêlent admiration et envie que les amateurs montréalais feront le « pèlerinage » à Toronto. Déjà, à l'Art Gallery of Ontario, on prépare une présentation sur « Gauguin sculpteur ». A quand notre tour?

RENÉ VIAU

## Le temps du carnaval

D'après la tradition, le carnaval dure depuis l'Épiphanie jusqu'au mercredi des cendres. Les trois derniers jours sont appelés « jours gras ». Dans les villes au climat doux comme La Nouvelle-Orléans, Rio de Janeiro ou Nice, le carnaval évoque des costumes colorés, des danses dans les rues, des batailles de fleurs. Dans notre belle et froide province, le carnaval se déroule dans le froid et on fait ce qu'on peut pour se ré-

chauffer. Les trois derniers jours où l'on faisait bombance avaient reçu des surnoms bien terre à terre chez les Nantais. Le dimanche gras s'appelait la Saint-Goulard, le lundi gras le Saint-Pansard, et le mardi gras la Saint-Dégobillard. Une des raisons pour lesquelles on s'empiffrait autrefois pendant le carnaval, c'est qu'en raison des restrictions très sévères imposées durant le Carême il fallait finir les restes qui ne se seraient pas conservés: viande, beurre, oeufs, où consommation abondante de nourritures riches et grasses.

## Trop, c'est trop!

Le conseil d'administration de la Société des alcools du Québec a mis sur pied un comité de lutte contre l'abus de l'alcool.

Ce comité a entrepris de contacter d'autres organismes déjà impliqués dans la lutte contre l'abus de l'alcool et a aussi demandé aux syndicats de participer à l'élaboration d'un programme.

Le Syndicat du personnel technique et professionnel a été le premier à répondre à cette invitation en présentant, en octobre, un mémoire sur l'abus de l'alcool, ses causes et ses traitements, et qui soumet des recommandations à la Société des alcools.

Parmi ces recommandations, mentionnons la mise sur pied de campagnes d'information, de programmes de recherches et de programmes d'aide directe aux employés aux prises avec un problème d'alcoolisme. (L'Équipe).

## Chauffolie...

Chauffolie... C'est le titre du jeu créé par la petite, mais dynamique maison d'édition du Service d'aide au consommateur de Shawinigan.

Chauffolie est un jeu éducatif par lequel il est simple d'apprendre à rentalibiser votre système de chauffage par un bon entretien, une isolation suffisante et de bonnes habitudes de consommation d'énergie. Sa simplicité et ses illustrations humoristiques sauront intéresser enfants et adultes.

Pour vous le procurer, faites parvenir 2\$, taxe incluse, plus 25¢ de frais de poste aux éditions du S.A.C., 511, 5e rue, local 101, Shawinigan, Qué. G9N 1E7.

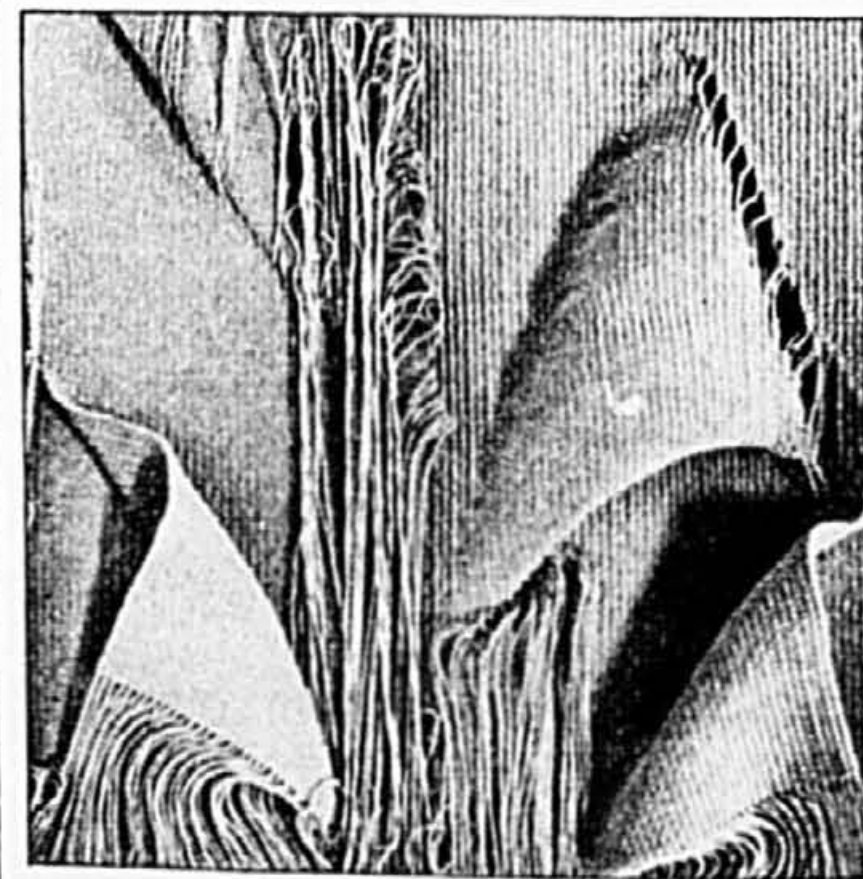
## La Saint-Valentin

La Saint-Valentin est célébrée à la mi-février. Or à cette même date, on célébrait dans la Rome ancienne les lupercales, en l'honneur des dieux Pan et Junon. Lors de ces fêtes, les filles écrivaient leur nom sur des tablettes d'argile, et les déposaient

dans une jarre. Les garçons venaient piger un nom et la jeune fille dont le nom avait été tiré devenait la partenaire du garçon pendant toute une année. Cette coutume a en quelque sorte été reprise par l'Église qui a choisi la Saint-Valentin comme fête des amoureux.

## Le coton magnifié

Un nom à retenir: Nicole Gagné. Cette jeune artisane vient de rentrer au Québec après un séjour de quatre ans à Paris où elle a étudié l'art de la tapisserie à l'atelier de Pierre Daquin. Elle produit de très belles tapisseries monochromes, en fil de coton blanc, véritables « soft sculptures ». Elle a exposé à Paris à l'église Saint-Germain-des-Prés ainsi qu'aux services culturels de la délégation du Québec. De retour au Québec, elle se prépare à deux événements de portée internationale: une exposition solo au Château-Musée de Dieppe, du 4 avril au 8 juin, et la Biennale de tapisserie de Lausanne, du 20 juin au 4 octobre. A quand une exposition Nicole Gagné au Québec?



## Les handicapés chez eux

L'équipe du Projet d'intervention à la maison sera hébergée cette année par le Centre de formation pour personnes handicapées de Montréal, organisme relevant à la fois de la C.E.C.M. et du ministère de l'Éducation.

Le Projet s'adresse aux parents ayant un jeune enfant handicapé de moins de cinq ans. Son but : leur apporter une assistance à domicile afin qu'ils acquièrent de nouvelles compétences dans leur rôle d'éducateurs d'enfants handicapés. Cette année, 60 familles bénéficieront des interventions d'une trentaine d'étudiants de troisième année de l'Uqam, provenant des modules suivants : enseignement à l'enfance inadaptée, enseignement au préscolaire-primaire (formation initiale et perfectionnement), et, pour la première fois, psychologie. Selon M. Bouchard, l'intégration d'étudiants de disciplines autres que celles rattachées à la formation des maîtres est de toute première importance. (L'Uqam).

tants des 15 organismes membres du Comité d'organisation de la campagne « Sécurité de l'écolier... Priorité ».

### Relais-femmes

Depuis longtemps les femmes oeuvrant dans divers organismes éprouvaient des difficultés à trouver une documentation pertinente, bien collée à leurs préoccupations et à leurs activités. Elles savaient que ces

informations existent dans la région de Montréal, mais de façon dispersée.

Après deux ans d'efforts soutenus, un centre de recherche, d'information et de documentation vient d'être mis sur pied. Il porte le nom de Relais-femmes, et il met à contribution l'université du Québec à Montréal, l'université de Montréal et le Conseil du statut de la femme. Sa coordonnatrice permanente est Johanne Deschamps, militante syndi-

cale qui a déjà été présidente du comité de la condition féminine de la F.T.Q.

Relais-femmes tentera de canaliser toutes les recherches existantes ou en voie de réalisation en milieu universitaire ou ailleurs, dans le but de les diffuser et de les mettre à la disposition des groupes de femmes. Dans d'autres cas, Relais-femmes suscitera lui-même des recherches. Relais-femmes, 1255, place Philippe, Bureau 701, Montréal, H3B 3G1.

### Allegro!

Le radiothon est une forme contemporaine de porte à porte utilisée aux fins de recueillir des fonds pour toutes sortes de bonnes causes. La plupart du temps, c'est la douleur qu'on cherche à soulager avec l'argent reçu. Mais pourquoi l'équilibre et la beauté ne feraient-ils pas aussi appel à la générosité? C'est sans doute ce que s'est dit le comité féminin de l'Orchestre symphonique de Montréal en préparant les 32 heures d'antenne au cours desquelles on frappera harmonieusement à l'oreille des auditeurs de CFQR (mf 92,5), du samedi 14 février à midi au dimanche 15 à 20 heures. L'événement lance la campagne de souscription 1981 de l'O.S.M., dont l'objectif est d'un million de dollars. On s'attend à ce que les propos des nombreux invités, l'envoûtement de la musique diffusée et le tirage de plusieurs prix, dont un voyage pour deux personnes à Vancouver, amène les auditeurs à souscrire quelque 50 000\$. A la Saint-Valentin, on a le coeur large, n'est-ce pas? Le numéro: (514) 273-6311.

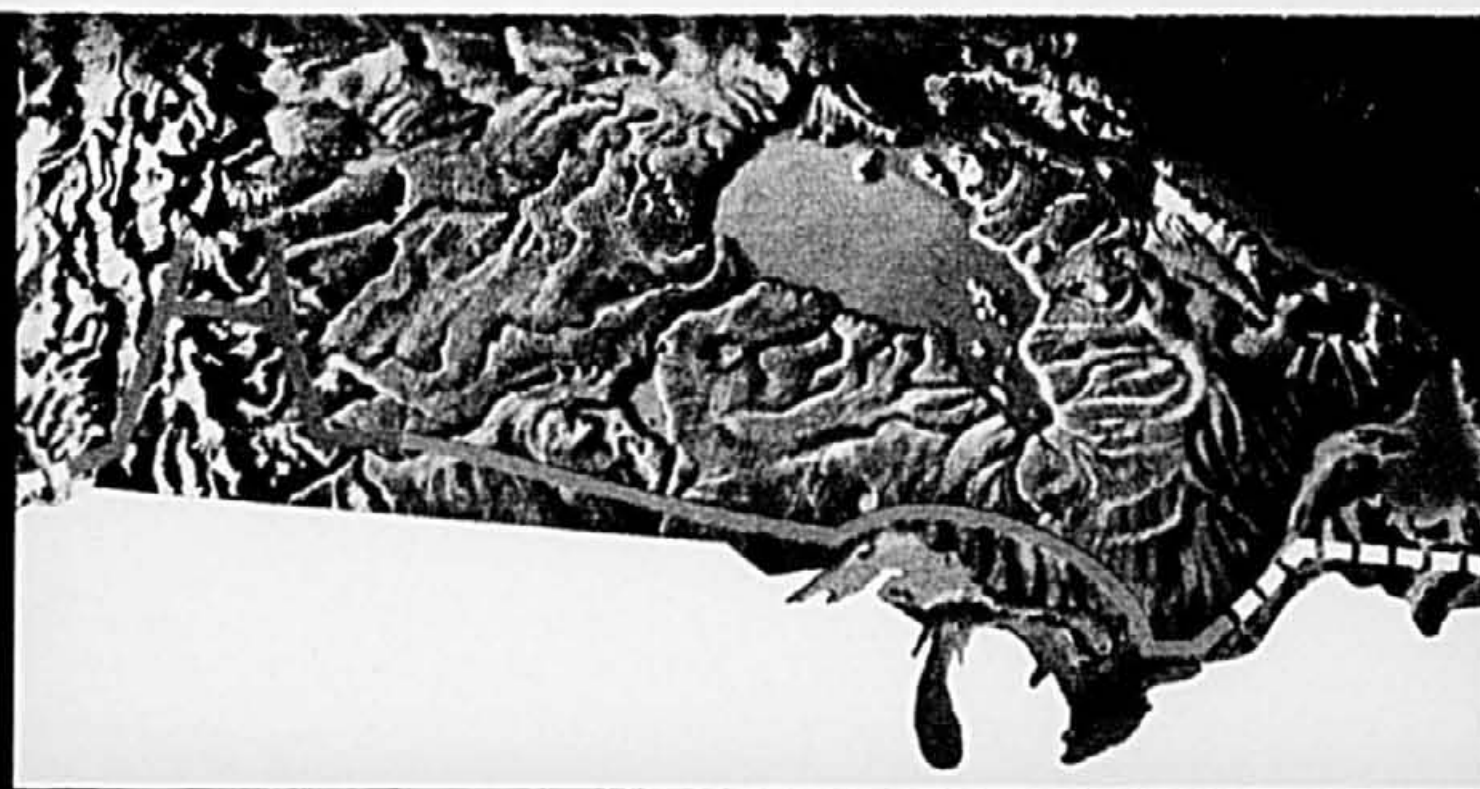
### On cherche un emblème

La Ligue de sécurité du Québec invite les étudiants des écoles secondaires à imaginer un emblème qui deviendra le symbole officiel de sécurité du transport d'écoliers au Québec. Ce concours prendra fin le 16 mars 1981.

Les principaux finalistes de chaque catégorie pourront se partager les prix en argent suivants, dons de la société BP Canada, 1er prix: 250\$; 2e prix: 100\$; 3e, 4e, 5e, 6e, 7e prix: 50\$ (chacun).

La Ligue de sécurité du Québec a fait parvenir à tous les directeurs d'écoles secondaires du Québec des affiches invitant les étudiants à participer massivement à ces concours.

Le jury sera composé de représen-



Les nouvelles sont bonnes: le Canada a du gaz naturel à profusion. Les importantes réserves dont nous disposons répondent tant à nos besoins intérieurs actuels d'un bout à l'autre du pays qu'à l'exportation.

Au Canada, cette forme d'énergie par excellence suffit à approvisionner les marchés existants. Le surplus pourra être exporté vers des marchés étrangers. Pour répondre à nos besoins industriels, nous avons du prolonger le réseau du pipeline vers l'est jusqu'à Halifax et vers l'ouest jusqu'à l'île de Vancouver.

En consommant du gaz naturel canadien, nous réduisons notre dépendance vis-à-vis du pétrole brut importé, dont le prix est assez élevé. Ce programme s'est avéré le meilleur pour les besoins du Canada. Son objectif est de contribuer à minimiser la pénurie actuelle de pétrole.

TransCanada Pipelines s'engage à donner, à un plus grand nombre de Canadiens, la possibilité d'avoir accès aux abondantes ressources en gaz naturel, propre, efficace et économique.

# LE GAZ NATUREL- ILY EN A PLUS QU'ASSEZ POUR LONGTEMPS.



TransCanada Pipelines

Une société canadienne  
au service des Canadiens.

**LE GAZ NATUREL CANADIEN-ENERGIE D'AUJOURD'HUI ET DE DEMAIN**

# Une école qui fait son tour du monde

**L'**Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec (I.T.H.Q.) Vous remarquez que le tourisme et l'hôtellerie se suivent d'assez près pour être identifiés à des soeurs siamoises. Avec une priorité d'intention, bien sûr, pour le tourisme, ce qui ne frustre en rien l'hôtellerie, loin de là, puisque dans la galère économique le panache de l'un fleurit à la gloire de l'autre. Pourtant avant 1968, on songeait moins, au Gouvernement du Québec, à unir les deux entités. Au niveau de la formation professionnelle, entre autres, il n'existait (depuis 1947) qu'une école de métiers

où l'on enseignait la cuisine, la pâtisserie-boulangerie, au même titre que l'horlogerie, la coiffure pour hommes et pour dames, etc. Il a fallu la création de l'Institut (1968) et la mise sur pied d'un niveau collégial d'enseignement, c'est-à-dire d'une formation dans les domaines du tourisme et de la gestion d'hôtellerie, pour que, du coup, on constate en haut lieu le poids des conséquences économiques à l'échelle nationale et internationale. L'I.T.H.Q. relève depuis septembre 1979 du ministère de l'Industrie et du Commerce. Quant au ministère de l'Éducation, il voit à contrôler la qualité de l'enseignement.

Si on songe que d'ici un an ou deux l'Institut aura revêtu la toge des académiciens et pourra dispenser baccalauréats, maîtrises et doctorats en hôtellerie et gestion de services alimentaires, on se dit que le p'tit a grandi vite. Il s'agit d'un bond considérable. Surtout quand on sait que l'Institut jouit déjà, à l'heure actuelle, d'une belle renommée hors frontières. Là où la Suisse, grâce à son école de Lausanne, a mis près de cent ans à franchir les limites de son territoire, le Québec en a mis... dix! En fait, sans vouloir se hisser sur des échasses, si on considère l'envergure, le nombre de candidats et la diversification de l'enseignement,

l'Institut pourrait bien s'avérer la plus grande école d'hôtellerie au monde, à deux pas du carré Saint-Louis, à Montréal. Pour couronner le sundae (qui aspire déjà au titre de glace impériale), un Centre de consultation et un Centre de recherches existent depuis deux ans à l'I.T.H.Q. dans le but de venir à la rescousse des petites et moyennes entreprises québécoises et de stimuler encore davantage l'économie de la province.

«Notre budget est de onze millions et demi de dollars par an, confie M. Antoine Samuelli, directeur général de l'I.T.H.Q. Il est entendu que notre mandat, notre mission



*Cours de pâtisserie- boulangerie (ci-dessus) et de gestion hôtelière (ci-contre).*



*Le cours de service de restaurant comprend aussi le service de bar (ci-dessus), tandis que le service de table inclut les flambées.*

primordiale, c'est la formation professionnelle. Mais dans un but économique: l'essor de l'industrie touristique. Au gouvernement, il y a des missions éducatives, des missions sociales et des missions économiques. Nous appartenons aux missions économiques. En ce sens que nous ne pouvons pas rester à la traîne de l'entreprise touristique. Nous devons, au contraire, en être le moteur. D'une part, l'Institut doit fournir un personnel apte à remplir les diverses fonctions exigées par le marché du travail, mais, d'autre part, l'Institut doit aussi prévoir les nouveaux courants touristiques et changer les habitudes dans le but d'améliorer ce domaine. Même au niveau des services connexes à l'enseignement, consultation et recherches (qui a toujours représenté l'âme de l'entreprise privée), il ne faut pas perdre de vue l'objectif économique-touristique. C'est notre rôle.»

Si M. Samuelli, grand manitou de l'Institut craquant de diplômes en Droit et Gestion, aborde les problèmes dans leur globalité, il a formé néanmoins depuis dix ans un fameux tandem en compagnie de M. Léonard Gagnon, directeur des services pédagogiques et responsable de tous les programmes de formation qui ont fait la renommée de l'Institut au Québec et à l'étranger.

— Il est certain qu'à la base, dit ce dernier, si on vise un «sprint» économique dans l'industrie touristique, il s'agit de former du personnel compétent en tourisme, en hébergement et en restauration, de façon à pourvoir jusque dans les moindres coutures au perfectionnement du personnel en place, au recyclage de la main-d'oeuvre et à la formation d'une nouvelle génération de spécialistes dont la haute compétence répondra aux critères internationaux les plus exigeants.

— Vos professeurs enseignent la cuisine internationale ?

— Une cuisine internationale de haut calibre. Et une cuisine qui se tient à la fine pointe de l'évolution. Chaque année, nous ajustons notre enseignement aux nouveaux courants. Alors qu'en France, par exemple, l'enseignement culinaire n'a pas bougé d'une semelle depuis vingt ans. Je pense qu'au moment de la guerre, l'Europe a perdu plusieurs grands chefs au profit du Québec qui les a accueillis. Nous avons pu ainsi mettre au point une cuisine très diversifiée qui, appuyée par une recherche constante, nous permet d'atteindre des sommets enviables. Par surcroît, nous sommes en train d'élaborer une nouvelle cuisine québécoise basée sur nos recettes traditionnelles en même temps que sur les recettes du monde entier que nous adaptons aux produits québécois.

— L'enseignement est très diversifié à l'Institut ?

— L'Institut fournit toujours les

# DATSUN OSE...



## VOUS OFFRIR LA PUISSANCE DIESEL.

Datsun ose être premier à vous offrir un camion robuste et économe de carburant qui nécessite peu d'entretien: le Datsun Diesel, un camion qui vous en donne pour votre argent! Nous devrions le savoir, avec toutes nos années d'expérience des moteurs diesel à travers le monde... Le Datsun Diesel consomme nettement moins que 7 l/100 km (plus de 40 MPG)\*. Une puissante économie de carburant, n'est-ce pas? Et les modèles 1981 à essence et une économie d'essence améliorée de 14% avec leur puissant moteur NAPS-Z\*. Quel choix: 2 roues motrices conventionnel ou 4x4... Sporttruck, Stretch ou King Cab... 4 rapports, 5 rapports ou automatique... à essence ordinaire ou à carburant diesel...

plus les accessoires facultatifs! Sans oublier que les demi-tonnes Datsun sont les seuls importés avec suspension avant indépendante à barres de torsion améliorant la stabilité. Quel que soit votre choix, vous verrez, les demi-tonnes Datsun osent travailler plus fort et aller de l'avant!

**DIESEL** 6,3l/100 km ou 45 MPG\*  
**4x4** 9,8l/100 km ou 27 MPG\*  
 (2,2 litres, 5 rapports)  
**2 ROUES** 7,7l/100 km ou 37 MPG\*  
**MOTRICES** (2,2 litres, 5 rapports)

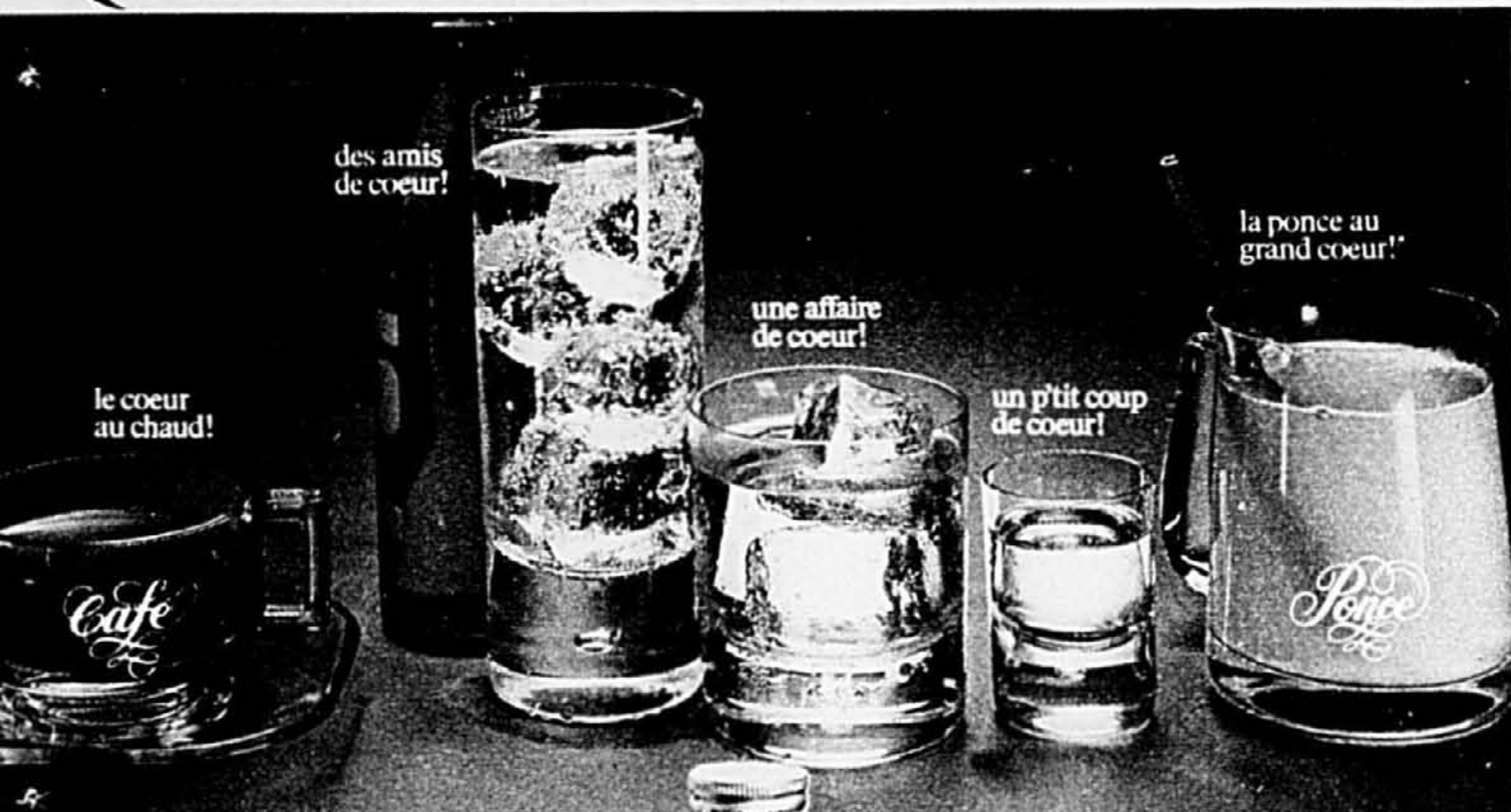
\*Estimations Transports Canada 1981.  
 La consommation réelle peut varier.



## L'AVENIR ROULE EN DATSUN 2 ROUES / 4x4 MOTRICES



Quand le coeur vous en dit...



comme le coeur vous en dit!



### Numéro 1 dans le coeur des Québécois!

Quatre distillations successives en alambic clos, suivies de plusieurs mois de repos en cuves, confèrent au Gin de Kuyper son caractère unique qui en fait le plus vendu de tous les spiritueux offerts au Québec.

#### \*Recette de La Ponce de Kuyper

Du Gin de Kuyper, du jus de citron, du sucre ou du miel, de l'eau bouillante, une pincée de muscade ou de cannelle.

## Une école qui fait son tour du monde

cours de métiers (niveau secondaire) où les étudiants apprennent l'opération de la cuisine professionnelle, de la pâtisserie-boulangerie et du service de restaurant. C'est le cours pratique. Et nous offrons le cours de gestion (niveau collégial) en hôtellerie, services alimentaires et tourisme. Des études en hôtellerie, ça signifie non seulement cuisine, décoration intérieure, chimie, mais aussi philosophie, psychologie, français, anglais, espagnol, gestion de personnel, organisation et administration hôtelières, marketing, etc.

— Avec bibliothèque, centres de ressources didactiques et audiovisuelles, gymnase, etc. Une sorte de collège privé entièrement gratuit?

— Si on est adulte, on risque même d'être payé pour étudier! En fait, sur les 3 000 étudiants qui sortent, chaque année, de l'Institut, on a plus de 800 étudiants-adultes en recyclage. Les autres sont des étudiants réguliers (400) ou des étudiants qui assistent à nos cours itinérants dispensés à travers la province. Sans compter les étudiants étrangers, venus de divers pays du monde, pour apprendre nos techniques.

— Des débouchés pour tout ce monde-là?

— On ne suffit pas encore à la demande! Nos élèves en troisième année de gestion préparent une thèse, un projet de développement touristique et la plupart de ces projets sont achetés par des organismes privés et mis en application avant même la fin de leurs études. Au niveau des cours de métiers, les petites et moyennes entreprises font constamment appel à nous, tandis que les grandes entreprises recherchent nos spécialistes en gestion.

— Des étudiants viennent d'Europe pour étudier l'hôtellerie au Québec?

— Ce qui attire les étudiants étrangers au Québec, c'est, bien sûr, l'attrait d'un pays non colonisateur. Mais c'est aussi le fait que notre enseignement s'inspire de la qualité de la restauration et des services européens tout en alliant des principes d'administration et de gestion nord-américains reconnus pour leur efficacité et leur rentabilité. Puis les étudiants étrangers apprécient nos relations maître-élève moins distantes, plus humaines peut-être qu'en Europe. Dans ce contexte, l'Institut a accueilli des étudiants venant de France, Madagascar, Syrie, République du Mali, République Centrafricaine, Togo, Côte-d'Ivoire, Venezuela, Cuba. Et dans le même temps, l'Institut a coopéré avec le Mali, la

Côte-d'Ivoire, Haïti, la Tunisie, l'Algérie et le Venezuela pour des actions ponctuelles ou à plus long terme, en matière de formation. Au Mali et en Côte-d'Ivoire, on a même collaboré très activement à la mise sur pied de deux écoles d'hôtellerie.

— Vous savez, ajoute M. Samuelli, quand un étudiant étranger vient apprendre ici notre méthodologie, ça signifie ensuite une ouverture internationale en termes d'exportation. Le Québec s'introduit dans divers pays par le biais de la formation. Un cuisinier qui part d'ici et va travailler dans son pays, dans un hôpital, un «mess» d'officiers, une prison, un hôtel ou un restaurant, voudra importer l'équipement et les produits dont il a l'expérience, c'est-à-dire les nôtres! Et le Québec, en ce qui concerne les services alimentaires et autres services connexes comme l'agro-alimentaire, est à la fine pointe. Nos équipements sont même souvent en avance. Par exemple, un petit cuiseur à vapeur tout à fait révolutionnaire qui fait davan-



Antoine Samuelli (assis), directeur général de l'I.T.H.Q., et Léonard Gagnon, directeur des services pédagogiques.

tage, sans installation particulière, que toutes les grosses «bébèles» connues avec régulateur. Des tas de gens s'arrachent actuellement la représentation à l'extérieur de ce petit appareil créé au Québec. Même chose pour les réfrigérateurs préfabriqués qui passent dans un même appareil de la congélation à la cuisson. Même chose pour le matériel inoxydable, les articles d'alimentation, etc. Combien de produits américains se voient l'entrée bloquée, chez nous, parce qu'il leur manque du matériel de sécurité ou d'hygiène! Nos standards canadiens sont très élevés, très rigoureux. Par conséquent, notre réflexion dans ce domaine est plus avancée que la leur. Quand on connaît l'importance économique du tourisme mondial, et des équipements reliés à cette industrie, on comprend tout l'intérêt de prendre pied par le biais de la formation dans des marchés aussi rentables pour plusieurs secteurs de l'industrie québécoise.

— Au Québec — à part la formation de spécialistes — comment ai-

## perspectives

est publié chaque semaine par Perspectives Inc.  
231, rue Saint-Jacques, Montréal, P.Q. H2Y 1M6 Tél.: 282-2224

Président et directeur général: Jean-A. Dion

### Rédaction

Rédacteur en chef: Jean Bouthillette  
Rédactrice en chef adjointe: Thérèse Dumesnil • Rédacteur-réviseur: Edouard Doucet

### Conception graphique

Directeur artistique: Pierre Legault  
Chef de la fabrication: Michel Brunette • Graphiste: Jean-Marc Martin

### Secrétariat

Liliane Bitursi • Françoise Joannidès • Gisèle Payant

### Service de la publicité

Directeur général: Walter Trudeau  
Directeur de la publicité nationale: Lorne Treger • Chargé de comptes: Jacques Lanctôt,  
231, rue Saint-Jacques, Montréal, P.Q. H2Y 1M6 Tél.: 282-2224  
Directeur régional: Denis Kelly • Chargée de comptes: Diane Barclay,  
36 King Street East (4th floor) Toronto, Ont. M5C 1E5 Tél.: 363-8064

### Conseil d'administration

Président: Charles d'Amour  
Vice-président: Guy Pépin • Secrétaire: Gaston Vachon • Trésorier: Denis Lacasse

ISSN 0380-6790

dez-vous l'industrie touristique ?

— Évidemment, dans le domaine de la gestion, reprend M. Samuelli, les grands hôtels, les grandes chaînes ont adopté leurs propres systèmes. C'est donc surtout à l'échelle de la petite et de la moyenne entreprise qu'on peut apporter de l'aide et des services. Depuis deux ans, l'Institut met à la disposition des Québécois un service de consultation gratuit (nous absorbons même sur demande recevable les frais de déplacement et tout), constitué de professionnels qui tentent d'améliorer le fonctionnement d'une entreprise en hôtellerie, restauration ou tourisme, ou de résoudre les problèmes sur toutes les facettes de l'administration et de la gestion.

— J'aimerais ouvrir un disco-bar... vous allez me documenter de A à Z ?

— Bien sûr. À condition que votre entreprise vise le tourisme. Si vous voulez installer ce bar dans un endroit qui ne reçoit pas de touristes ou si nos études prouvent que le disco-bar n'attire pas les touristes, notre service accordera la priorité à un autre projet plus en accord avec nos objectifs. On reçoit très souvent des demandes d'entrepreneurs en restauration qui disent: «Plus je vends, plus j'accuse un déficit.» Nos analystes, après évaluation, constatent souvent que le tenancier a voulu mettre trop d'articles de qualité par rapport au coût des aliments, etc. On renseigne donc l'intéressé sur les différents coefficients au niveau de la main-d'oeuvre, sur le coût des aliments, sur les normes dans son entreprise spécifique. Il peut y avoir consultation sur le plan «marketing», stratégie dans un milieu particulier, gestion de personnel, contrôle des finances, etc. Il nous est même arrivé de répondre à une demande pour l'implantation d'un système de stéréo dans une discothèque, à Chibougamau (région qui attire les touristes pour la pêche)! Le but est de permettre à des non-spécialistes, des non-diplômés de l'Institut, de réussir tout de même dans une entreprise. Et cette aide ne se limite pas à la gestion. Le centre de recherches vise, de son côté, à trouver une solution aux problèmes techniques dans la petite et moyenne entreprise.

— Nos professeurs formés à travers le monde, reprend M. Léonard Gagnon, peuvent fournir des expertises très diversifiées allant de la philosophie à toutes les techniques de restauration et d'hôtellerie (composition de menus spécifiques à une région, étude du type d'hôtellerie). On répond à toutes les demandes qui concernent les équipements, l'aménagement, le matériel de cuisine. Les grands sommets touristiques des deux dernières années démontrent carrément que le Québec risque de perdre les touristes quand il devient trop semblable aux États-Unis. Les tenanciers doivent se rappeler que

nos particularités québécoises gagnent à être renforcées.

— Alors on va retrouver de la catalogne, des rouets, des cruches en grès et de la tourtière partout ?

— C'est donc difficile de changer le concept qui laisse croire que tout ce qui est québécois est traditionnel! La cuisine québécoise, c'est autre chose que du ragoût de pattes et de la tarte aux pommes recouverte de pâte des deux bords! Vous allez bientôt découvrir à travers la publication de dix-huit fascicules les milliers de recettes qui constituent la «nouvelle cuisine québécoise».

Vous allez découvrir une cuisine régionale (18 fascicules, 18 régions québécoises) améliorée et renouvelée, digne d'une grande cuisine internationale.

Du côté du Centre de recherches, on a mis également sur pied le concept de restauration rapide Croquebec qui éclatera dans toute sa splendeur d'ici un an. L'entreprise risque de devenir internationale très rapidement.

Le Centre de recherches travaille actuellement à établir la structure des services alimentaires du futur Palais des Congrès, des éventuels ca-

sinos (avec restaurant cinq étoiles!), collaborant en même temps avec les spécialistes de l'industrie agro-alimentaire (usines qui produisent des aliments en grande quantité).

«Puis en ce moment, précise M. Léonard Gagnon, nous sommes particulièrement préoccupés par la commercialisation de la viande de loup-marin qui, bien apprêtée, est excellente. Dans le même but, une étude vient d'être entreprise sur le sanglier.»

Pour le coup, Obélix va sûrement devenir un touriste fanatique!

RAYMONDE BERGERON



## arrêtez-vous chez nous

Travel Alberta  
CANADA

VEUILLEZ ME FAIRE PARVENIR gratuitement l'ensemble des informations sur les vacances.

Nom \_\_\_\_\_ 318

Adresse \_\_\_\_\_

Prov. \_\_\_\_\_ Ville/village \_\_\_\_\_

Code postal \_\_\_\_\_

Travel Alberta C.P. 2500  
Edmonton, Alberta T5J 2Z4

Travel Alberta  
CANADA

Consultez votre agent de voyages, une compagnie aérienne ou un agent de tournée pour obtenir des informations sur les services de vol-voiture louée et d'autocar. Considérez les avantages de vacances au printemps et à l'automne, ou utilisez le coupon pour recevoir d'autres informations sur les vacances.

# A TABLE

Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec

## QUE CE JEÛNE A BON GOÛT!

Des milliers et des milliers de vendredis, de jours d'abstinence ou de jeûne ont été gâchés parce que certaines générations ont eu le malheur d'oublier que poissons et fruits de mer savent être exquis.

Le malheur a voulu que, parce que le poisson était une obligation, on prenne d'emblée en grippe tout ce qui sortait de l'eau. Pourtant, l'Église n'était pas aussi sévère: elle

autorisait des excès, et même elle les bénissait. Imaginez le plaisir de ces pêcheurs rentrant chez eux, leur barque remplie de moules, de crabes, de pétoncles, de crevettes ou de homards! Imaginez-les, jeûnant dans une humble cuisine, devant une pleine assiettée de ce que l'Église et leur évêque leur recommandaient de manger!

Au XVII<sup>e</sup> siècle, on défendait la viande, mais on autorisait les bouillons de viande, le beurre et les oeufs. On était même parvenu à faire prendre le castor pour un

poisson, une identification officielle ayant même été produite à cet effet par la très savante faculté de Médecine de Paris et par la non moins savante Académie royale des sciences. Il faut regretter que le jeûne et l'abstinence ne nous aient pas été mieux expliqués, car il est certain que les joies de goûter poissons, mollusques et crustacés ne seraient pas, pour bon nombre d'entre nous, de récentes découvertes.

Le XX<sup>e</sup> siècle vit pourtant s'élargir le cercle des aliments autorisés. Les

escargots, les tortues, les homards, les crevettes, les huîtres, les moules, les crabes, les cuisses de grenouilles, la loutre, le rat musqué et le fameux castor étaient recommandés, ainsi que ces drôles d'animaux aquatiques et à plumes qu'on appelle huards, poules d'eau, sarcelles, canards sauvages... Voilà les poissons et les fruits de mer que l'on aurait dû mieux connaître pour trouver plus de charme aux vendredis et autres jours de jeûne!

**Hélène-Andrée Bizier**  
**Jacques Lacoursière**



## LANGOUSTINES AU BEURRE À L'AIL

Préparation: 20 minutes

Cuisson: 5 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Langoustines	36	36
Huile d'olive	30 ml	2 c. à table
Sel	4 ml	¼ c. à thé
Beurre	45 ml	3 c. à table
Ail haché	65 ml	½ tasse
Persil haché	165 ml	¾ de tasse
Citrons	2	2
Riz	200 ml	¾ tasse
Eau	500 ml	2 tasses
Sel	5 ml	1 c. à thé

### MÉTHODE

ENLEVER la carapace des langoustines.

FAIRE CHAUFFER l'huile dans une poêle et y faire revenir les langoustines de 3 à 4 minutes.

SALER.

FAIRE CHAUFFER le beurre, et, lorsqu'il mousse, ajouter l'ail. Faire revenir pendant 2 minutes sans coloration.

AU MOMENT de servir, ajouter le persil au beurre. Disposer les langoustines dans un plat de service et les arroser de beurre à l'ail.

GARNIR tout autour de quartiers de citron.

SERVIR avec du riz.

## COQUILLE DE PÉTONCLES

Préparation: 30 minutes

Cuisson: 40 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Pétoncles	600 g	1 lb et 5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	1 pincée	1 pincée
Beurre	45 ml	3 c. à table
Échalotes hachées	30 ml	2 c. à table
Champignons frais émincés	200 ml	¾ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine	45 ml	3 c. à table
Crème 35%	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	½ c. à thé
Chapelure	45 ml	3 c. à table

## MÉTHODE

METTRE les pétoncles et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes. (On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

Laisser refroidir dans le jus de cuisson.

FAIRE FONDRE le beurre.

AJOUTER les échalotes et les champignons, et cuire pendant environ 7 minutes.

SALER et poivrer.

FAIRE un roux avec le beurre et la farine.

Cuire pendant 3 minutes.

AJOUTER la crème et laisser épaissir jusqu'à ébullition.

SALER et poivrer la sauce. Laisser tiédir.

Disposer en alternant les pétoncles et les champignons dans des coquilles, et napper avec la sauce tiède.

SAUPOUDRER de chapelure et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 10 minutes.

## TARTELETTES DE FRUITS DE MER

Préparation: 35 minutes

Cuisson: 25 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Crevettes de Matane	150 g	5 oz
Pétoncles	250 g	9 oz
Moules (sans coquille)	150 g	5 oz
Palourdes (sans coquille)	150 g	5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine tout usage	40 ml	8 c. à thé
Ail haché	1 gousse	1 gousse
Persil haché	20 ml	4 c. à thé
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
*Pâte Brisée:	500 g	1 lb et 2 oz
Graisse végétale	250 ml	1 tasse
Farine tout usage	400 ml	1½ tasse
Sel	5 ml	1 c. à thé
Eau froide	85 ml	⅓ tasse

## MÉTHODE

METTRE tous les fruits de mer et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes.

(On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

FAIRE UN ROUX blanc avec le beurre et la farine.

Ajouter le jus de cuisson des fruits de mer, amener à ébullition et laisser épaissir pendant environ 5 minutes.

MÉLANGER l'ail et le persil, puis les ajouter au velouté.

Couper les fruits de mer en petits morceaux et ajouter au velouté.

SALER et poivrer. Rectifier l'assaisonnement.

RECOUVRIR de pâte Brisée 6 moules à tartelette de 10 cm de diamètre (4 po).

Y verser l'appareil aux fruits de mer.

Disposer les petits moules dans une plaque et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 20 minutes.

### \*PÂTE BRISÉE:

INCORPORER la graisse végétale à la farine.

AJOUTER le sel.

AJOUTER l'eau froide d'un seul coup et mélanger délicatement.

Faire une boule et mettre au réfrigérateur pendant 2 heures avant d'utiliser.

## QUOI CONCLURE?



— Ah! bien elle est merveilleuse celle-là...

Ma femme plissa les yeux au-dessus du magazine qu'elle lisait et jeta de mon côté un regard plein de malice. Le bas de

mon pantalon coincé sous le menton, je repliai soigneusement chaque jambe, lissant les plis entre le pouce et l'index, et déposai le pantalon sur le dossier qui me sert de valet de chambre.

— Et toi qui passes ton temps à écrire que nous sommes bonnes à rien!

D'abord, je n'ai jamais rien écrit de semblable même si j'aurais eu mille occasions de le faire. Je ne sais pourquoi, mais depuis un certain temps on dirait que ma femme prend plaisir à me contredire ou à me diminuer juste comme je vais me coucher. S'il est vrai qu'il faut avoir la décence de ne pas frapper une femme qui tombe, je trouve qu'il est aussi malhonnête pour une femme de profiter que son mari soit en queue de chemise pour amorcer une discussion. Est-ce à cause de la façon dont on découpe les queues de chemise, est-ce le fait que nos chaussettes arrivent à mi-jambe ou est-ce le caleçon boxeur qui rend un homme en queue de chemise aussi vulnérable? Chose certaine, les femmes ont dans leurs dessous plus d'assurance que les hommes et elles en profitent toujours. Je connais assez la mienne pour savoir qu'elle ne lèverait pas les yeux de sa lecture au moment où j'ai les culottes baissées si elle n'était pas sûre de me prendre au dépourvu.

Comme je n'ajoutais rien à ses deux commentaires, force lui fut de continuer:

— Tu ne peux pas savoir ce qu'on vient de découvrir...

Comment aurais-je pu le savoir, j'ignorais même de quoi elle parlait!

— On n'est pas encore certain mais on pense que les femmes peuvent prévenir le cancer!

Elle coiffa la nouvelle d'un grand sourire satisfait. Elle savait bien que je ne pourrais résister à la tentation d'en savoir plus, moi qui vis dans la

hantise de cette terrible maladie.

— Les gens ont tellement peur du cancer, dis-je avec détachement, qu'ils sont prêts à faire confiance à toutes les guérisseuses. Il n'y a pas de maladie qui attire autant de charlatans...

Je l'avais piquée au vif.

— Tu sauras que ce n'est pas une question de charlatanisme. C'est sérieux. Les statistiques le prouvent en tout cas.

— Quelles statistiques?

Elle lit tout haut une partie de l'article qu'elle parcourait déjà quand j'entrai dans la chambre. Selon ce papier, on aurait découvert par l'étude des sectes mormonnes américaines que les hommes y meurent du cancer en proportion infiniment plus réduite que partout ailleurs. Les Mormons, on le sait, pratiquent la polygamie qu'ils considèrent comme un devoir strict. Ils en ont fait une sorte de dogme religieux, croyant que chaque homme sera d'autant plus heureux et considéré dans l'autre monde qu'il aura eu dans celui-ci plus de femmes et plus d'enfants...

— Puis après? demandai-je en haussant les épaules comme elle attendait ma réaction à sa lecture.

— Fais donc pas l'idiot! Si tu fais les déductions qui s'imposent, c'est clair que nous devons dégager une espèce de fluide qui prévient le cancer chez les hommes.

— Je ne te suis pas.

— Les Mormons ayant droit à plusieurs femmes, disons qu'ils seraient soumis à une plus grande quantité de fluide que les autres hommes.

On a beau être en queue de chemise comme je l'étais, ça n'empêche pas de penser et de penser vite.

— Veux-tu que je te dise ce que j'en tire de cette découverte, hein?

— Si tu crois être plus fin que les chercheurs...

— D'après moi, ça ne prouve absolument pas que les femmes peuvent protéger du cancer, ça signifie seulement qu'un homme qui n'a pas droit comme moi à plus d'une femme finit par succomber à la maladie... tant il mène une vie terne et stressante...

Je tirai sur ma cravate pour en défaire le noeud et elle tira sur la chaînette de la Jampe!

# A TABLE

Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec

## QUE CE JEÛNE A BON GOÛT!

Des milliers et des milliers de vendredis, de jours d'abstinence ou de jeûne ont été gâchés parce que certaines générations ont eu le malheur d'oublier que poissons et fruits de mer savent être exquis.

Le malheur a voulu que, parce que le poisson était une obligation, on prenne d'emblée en grippe tout ce qui sortait de l'eau. Pourtant, l'Église n'était pas aussi sévère: elle

autorisait des excès, et même elle les bénissait. Imaginez le plaisir de ces pêcheurs rentrant chez eux, leur barque remplie de moules, de crabes, de pétoncles, de crevettes ou de homards! Imaginez-les, jeûnant dans une humble cuisine, devant une pleine assiettée de ce que l'Église et leur évêque leur recommandaient de manger!

Au XVII<sup>e</sup> siècle, on défendait la viande, mais on autorisait les bouillons de viande, le beurre et les oeufs. On était même parvenu à faire prendre le castor pour un

poisson, une identification officielle ayant même été produite à cet effet par la très savante faculté de Médecine de Paris et par la non moins savante Académie royale des sciences. Il faut regretter que le jeûne et l'abstinence ne nous aient pas été mieux expliqués, car il est certain que les joies de goûter poissons, mollusques et crustacés ne seraient pas, pour bon nombre d'entre nous, de récentes découvertes.

Le XX<sup>e</sup> siècle vit pourtant s'élargir le cercle des aliments autorisés. Les

escargots, les tortues, les homards, les crevettes, les huîtres, les moules, les crabes, les cuisses de grenouilles, la loutre, le rat musqué et le fameux castor étaient recommandés, ainsi que ces drôles d'animaux aquatiques et à plumes qu'on appelle huards, poules d'eau, sarcelles, canards sauvages... Voilà les poissons et les fruits de mer que l'on aurait dû mieux connaître pour trouver plus de charme aux vendredis et autres jours de jeûne!

**Hélène-Andrée Bizier**  
**Jacques Lacoursière**



## LANGOUSTINES AU BEURRE À L'AIL

Préparation: 20 minutes

Cuisson: 5 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Langoustines	36	36
Huile d'olive	30 ml	2 c. à table
Sel	4 ml	1/4 c. à thé
Beurre	45 ml	3 c. à table
Ail haché	65 ml	1/4 tasse
Persil haché	165 ml	2/3 de tasse
Citrons	2	2
Riz	200 ml	1/4 tasse
Eau	500 ml	2 tasses
Sel	5 ml	1 c. à thé

### MÉTHODE

ENLEVER la carapace des langoustines.

FAIRE CHAUFFER l'huile dans une poêle et y faire revenir les langoustines de 3 à 4 minutes.

SALER.

FAIRE CHAUFFER le beurre, et, lorsqu'il mousse, ajouter l'ail. Faire revenir pendant 2 minutes sans coloration.

AU MOMENT de servir, ajouter le persil au beurre. Disposer les langoustines dans un plat de service et les arroser de beurre à l'ail.

GARNIR tout autour de quartiers de citron.

SERVIR avec du riz.

## COQUILLE DE PÉTONCLES

Préparation: 30 minutes

Cuisson: 40 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Pétoncles	600 g	1 lb et 5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	1 pincée	1 pincée
Beurre	45 ml	3 c. à table
Échalotes hachées	30 ml	2 c. à table
Champignons frais émincés	200 ml	¾ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine	45 ml	3 c. à table
Crème 35%	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	½ c. à thé
Chapelure	45 ml	3 c. à table

## MÉTHODE

METTRE les pétoncles et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler. Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes. (On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

Laisser refroidir dans le jus de cuisson.

FAIRE FONDRE le beurre. AJOUTER les échalotes et les champignons, et cuire pendant environ 7 minutes.

SALER et poivrer.

FAIRE un roux avec le beurre et la farine.

Cuire pendant 3 minutes.

AJOUTER la crème et laisser épaissir jusqu'à ébullition.

SALER et poivrer la sauce. Laisser tiédir.

Disposer en alternant les pétoncles et les champignons dans des coquilles, et napper avec la sauce tiède.

SAUPOUDRER de chapelure et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 10 minutes.

## QUOI CONCLURE?



—Ah! bien elle est merveilleuse celle-là...

Ma femme plissa les yeux au-dessus du magazine qu'elle lisait et jeta de mon côté un regard plein de malice. Le bas de

mon pantalon coincé sous le menton, je repliai soigneusement chaque jambe, lissant les plis entre le pouce et l'index, et déposai le pantalon sur le dossier qui me sert de valet de chambre.

—Et toi qui passes ton temps à écrire que nous sommes bonnes à rien!

D'abord, je n'ai jamais rien écrit de semblable même si j'aurais eu mille occasions de le faire. Je ne sais pourquoi, mais depuis un certain temps on dirait que ma femme prend plaisir à me contredire ou à me diminuer juste comme je vais me coucher. S'il est vrai qu'il faut avoir la décence de ne pas frapper une femme qui tombe, je trouve qu'il est aussi malhonnête pour une femme de profiter que son mari soit en queue de chemise pour amorcer une discussion. Est-ce à cause de la façon dont on découpe les queues de chemise, est-ce le fait que nos chaussettes arrivent à mi-jambe ou est-ce le caleçon boxeur qui rend un homme en queue de chemise aussi vulnérable? Chose certaine, les femmes ont dans leurs dessous plus d'assurance que les hommes et elles en profitent toujours. Je connais assez la mienne pour savoir qu'elle ne lèverait pas les yeux de sa lecture au moment où j'ai les culottes baissées si elle n'était pas sûre de me prendre au dépourvu.

Comme je n'ajoutais rien à ses deux commentaires, force lui fut de continuer:

—Tu ne peux pas savoir ce qu'on vient de découvrir...

Comment aurais-je pu le savoir, j'ignorais même de quoi elle parlait!

—On n'est pas encore certain mais on pense que les femmes peuvent prévenir le cancer!

Elle coiffa la nouvelle d'un grand sourire satisfait. Elle savait bien que je ne pourrais résister à la tentation d'en savoir plus, moi qui vis dans la

hantise de cette terrible maladie.

—Les gens ont tellement peur du cancer, dis-je avec détachement, qu'ils sont prêts à faire confiance à toutes les guérisseuses. Il n'y a pas de maladie qui attire autant de charlatans...

Je l'avais piquée au vif.

—Tu sauras que ce n'est pas une question de charlatanisme. C'est sérieux. Les statistiques le prouvent en tout cas.

—Quelles statistiques?

Elle lit tout haut une partie de l'article qu'elle parcourait déjà quand j'entrai dans la chambre. Selon ce papier, on aurait découvert par l'étude des sectes mormonnes américaines que les hommes y meurent du cancer en proportion infiniment plus réduite que partout ailleurs. Les Mormons, on le sait, pratiquent la polygamie qu'ils considèrent comme un devoir strict. Ils en ont fait une sorte de dogme religieux, croyant que chaque homme sera d'autant plus heureux et considéré dans l'autre monde qu'il aura eu dans celui-ci plus de femmes et plus d'enfants...

—Puis après? demandai-je en haussant les épaules comme elle attendait ma réaction à sa lecture.

—Fais donc pas l'idiot! Si tu fais les déductions qui s'imposent, c'est clair que nous devons dégager une espèce de fluide qui prévient le cancer chez les hommes.

—Je ne te suis pas.

—Les Mormons ayant droit à plusieurs femmes, disons qu'ils seraient soumis à une plus grande quantité de fluide que les autres hommes.

On a beau être en queue de chemise comme je l'étais, ça n'empêche pas de penser et de penser vite.

—Veux-tu que je te dise ce que j'en tire de cette découverte, hein?

—Si tu crois être plus fin que les chercheurs...

—D'après moi, ça ne prouve absolument pas que les femmes peuvent protéger du cancer, ça signifie seulement qu'un homme qui n'a pas droit comme moi à plus d'une femme finit par succomber à la maladie... tant il mène une vie terne et stressante...

Je tirai sur ma cravate pour en défaire le noeud et elle tira sur la chaînette de la Jampe!

## TARTELETTES DE FRUITS DE MER

Préparation: 35 minutes

Cuisson: 25 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Crevettes de Matane	150 g	5 oz
Pétoncles	250 g	9 oz
Moules (sans coquille)	150 g	5 oz
Palourdes (sans coquille)	150 g	5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine tout usage	40 ml	8 c. à thé
Ail haché	1 gousse	1 gousse
Persil haché	20 ml	4 c. à thé
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
*Pâte Brisée:	500 g	1 lb et 2 oz
Graisse végétale	250 ml	1 tasse
Farine tout usage	400 ml	1½ tasse
Sel	5 ml	1 c. à thé
Eau froide	85 ml	½ tasse

## MÉTHODE

METTRE tous les fruits de mer et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes.

(On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

FAIRE UN ROUX blanc avec le beurre et la farine.

Ajouter le jus de cuisson des fruits de mer, amener à ébullition et laisser épaissir pendant environ 5 minutes.

MÉLANGER l'ail et le persil, puis les ajouter au velouté.

Couper les fruits de mer en petits morceaux et ajouter au velouté.

SALER et poivrer. Rectifier l'assaisonnement.

RECOUVRIR de pâte Brisée 6 moules à tartelette de 10 cm de diamètre (4 po).

Y verser l'appareil aux fruits de mer.

Disposer les petits moules dans une plaque et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 20 minutes.

### \*PÂTE BRISÉE:

INCORPORER la graisse végétale à la farine.

AJOUTER le sel.

AJOUTER l'eau froide d'un seul coup et mélanger délicatement.

Faire une boule et mettre au réfrigérateur pendant 2 heures avant d'utiliser.

# A TABLE

Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec

## QUE CE JEÛNE A BON GOÛT!

Des milliers et des milliers de vendredis, de jours d'abstinence ou de jeûne ont été gâchés parce que certaines générations ont eu le malheur d'oublier que poissons et fruits de mer savent être exquis.

Le malheur a voulu que, parce que le poisson était une obligation, on prenne d'emblée en grippe tout ce qui sortait de l'eau. Pourtant, l'Église n'était pas aussi sévère: elle

autorisait des excès, et même elle les bénissait. Imaginez le plaisir de ces pêcheurs rentrant chez eux, leur barque remplie de moules, de crabes, de pétoncles, de crevettes ou de homards! Imaginez-les, jeûnant dans une humble cuisine, devant une pleine assiettée de ce que l'Église et leur évêque leur recommandaient de manger!

Au XVII<sup>e</sup> siècle, on défendait la viande, mais on autorisait les bouillons de viande, le beurre et les oeufs. On était même parvenu à faire prendre le castor pour un

poisson, une identification officielle ayant même été produite à cet effet par la très savante faculté de Médecine de Paris et par la non moins savante Académie royale des sciences. Il faut regretter que le jeûne et l'abstinence ne nous aient pas été mieux expliqués, car il est certain que les joies de goûter poissons, mollusques et crustacés ne seraient pas, pour bon nombre d'entre nous, de récentes découvertes.

Le XX<sup>e</sup> siècle vit pourtant s'élargir le cercle des aliments autorisés. Les

escargots, les tortues, les homards, les crevettes, les huîtres, les moules, les crabes, les cuisses de grenouilles, la loutre, le rat musqué et le fameux castor étaient recommandés, ainsi que ces drôles d'animaux aquatiques et à plumes qu'on appelle huards, poules d'eau, sarcelles, canards sauvages... Voilà les poissons et les fruits de mer que l'on aurait dû mieux connaître pour trouver plus de charme aux vendredis et autres jours de jeûne!

**Hélène-Andrée Bizier**  
**Jacques Lacoursière**



## LANGOUSTINES AU BEURRE À L'AIL

Préparation: 20 minutes

Cuisson: 5 minutes

INGRÉDIENTS	6 PORTIONS	
	métrique	impérial
Langoustines	36	36
Huile d'olive	30 ml	2 c. à table
Sel	4 ml	¼ c. à thé
Beurre	45 ml	3 c. à table
Ail haché	65 ml	¼ tasse
Persil haché	165 ml	¾ de tasse
Citrons	2	2
Riz	200 ml	¾ tasse
Eau	500 ml	2 tasses
Sel	5 ml	1 c. à thé

### MÉTHODE

ENLEVER la carapace des langoustines.

FAIRE CHAUFFER l'huile dans une poêle et y faire revenir les langoustines de 3 à 4 minutes. SALER.

FAIRE CHAUFFER le beurre, et, lorsqu'il mousse, ajouter l'ail. Faire revenir pendant 2 minutes sans coloration.

AU MOMENT de servir, ajouter le persil au beurre. Disposer les langoustines dans un plat de service et les arroser de beurre à l'ail. GARNIR tout autour de quartiers de citron.

SERVIR avec du riz.

## COQUILLE DE PÉTONCLES

Préparation: 30 minutes

Cuisson: 40 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Pétoncles	600 g	1 lb et 5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	1 pincée	1 pincée
Beurre	45 ml	3 c. à table
Échalotes hachées	30 ml	2 c. à table
Champignons frais émincés	200 ml	¼ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine	45 ml	3 c. à table
Crème 35%	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	½ c. à thé
Chapelure	45 ml	3 c. à table

## MÉTHODE

METTRE les pétoncles et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes. (On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

Laisser refroidir dans le jus de cuisson.

FAIRE FONDRE le beurre.

AJOUTER les échalotes et les champignons, et cuire pendant environ 7 minutes.

SALER et poivrer.

FAIRE un roux avec le beurre et la farine.

Cuire pendant 3 minutes.

AJOUTER la crème et laisser épaissir jusqu'à ébullition.

SALER et poivrer la sauce. Laisser tiédir.

Disposer en alternant les pétoncles et les champignons dans des coquilles, et napper avec la sauce tiède.

SAUPOUDRER de chapelure et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 10 minutes.

## TARTELETTES DE FRUITS DE MER

Préparation: 35 minutes

Cuisson: 25 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Crevettes de Matane	150 g	5 oz
Pétoncles	250 g	9 oz
Moules (sans coquille)	150 g	5 oz
Palourdes (sans coquille)	150 g	5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine tout usage	40 ml	8 c. à thé
Ail haché	1 gousse	1 gousse
Persil haché	20 ml	4 c. à thé
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
*Pâte Brisée:	500 g	1 lb et 2 oz
Graisse végétale	250 ml	1 tasse
Farine tout usage	400 ml	1½ tasse
Sel	5 ml	1 c. à thé
Eau froide	85 ml	½ tasse

## MÉTHODE

METTRE tous les fruits de mer et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes.

(On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

FAIRE UN ROUX blanc avec le beurre et la farine.

Ajouter le jus de cuisson des fruits de mer, amener à ébullition et laisser épaissir pendant environ 5 minutes.

MÉLANGER l'ail et le persil, puis les ajouter au velouté.

Couper les fruits de mer en petits morceaux et ajouter au velouté.

SALER et poivrer. Rectifier l'assaisonnement.

RECOUVRIR de pâte Brisée 6 moules à tartelette de 10 cm de diamètre (4 po).

Y verser l'appareil aux fruits de mer.

Disposer les petits moules dans une plaque et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 20 minutes.

### \*PÂTE BRISÉE:

INCORPORER la graisse végétale à la farine.

AJOUTER le sel.

AJOUTER l'eau froide d'un seul coup et mélanger délicatement.

Faire une boule et mettre au réfrigérateur pendant 2 heures avant d'utiliser.

## QUOI CONCLURE?



—Ah! bien elle est merveilleuse celle-là...

Ma femme plissa les yeux au-dessus du magazine qu'elle lisait et jeta de mon côté un regard plein de malice. Le bas de

mon pantalon coincé sous le menton, je repliai soigneusement chaque jambe, lissant les plis entre le pouce et l'index, et déposai le pantalon sur le dossier qui me sert de valet de chambre.

—Et toi qui passes ton temps à écrire que nous sommes bonnes à rien!

D'abord, je n'ai jamais rien écrit de semblable même si j'aurais eu mille occasions de le faire. Je ne sais pourquoi, mais depuis un certain temps on dirait que ma femme prend plaisir à me contredire ou à me diminuer juste comme je vais me coucher. S'il est vrai qu'il faut avoir la décence de ne pas frapper une femme qui tombe, je trouve qu'il est aussi malhonnête pour une femme de profiter que son mari soit en queue de chemise pour amorcer une discussion. Est-ce à cause de la façon dont on découpe les queues de chemise, est-ce le fait que nos chaussettes arrivent à mi-jambe ou est-ce le caleçon boxeur qui rend un homme en queue de chemise aussi vulnérable? Chose certaine, les femmes ont dans leurs dessous plus d'assurance que les hommes et elles en profitent toujours. Je connais assez la mienne pour savoir qu'elle ne lèverait pas les yeux de sa lecture au moment où j'ai les culottes baissées si elle n'était pas sûre de me prendre au dépourvu.

Comme je n'ajoutais rien à ses deux commentaires, force lui fut de continuer:

—Tu ne peux pas savoir ce qu'on vient de découvrir...

Comment aurais-je pu le savoir, j'ignorais même de quoi elle parlait!

—On n'est pas encore certain mais on pense que les femmes peuvent prévenir le cancer!

Elle coiffa la nouvelle d'un grand sourire satisfait. Elle savait bien que je ne pourrais résister à la tentation d'en savoir plus, moi qui vis dans la

hantise de cette terrible maladie.

—Les gens ont tellement peur du cancer, dis-je avec détachement, qu'ils sont prêts à faire confiance à toutes les guérisseuses. Il n'y a pas de maladie qui attire autant de charlatans...

Je l'avais piquée au vif.

—Tu sauras que ce n'est pas une question de charlatanisme. C'est sérieux. Les statistiques le prouvent en tout cas.

—Quelles statistiques?

Elle lit tout haut une partie de l'article qu'elle parcourait déjà quand j'entrai dans la chambre. Selon ce papier, on aurait découvert par l'étude des sectes mormones américaines que les hommes y meurent du cancer en proportion infiniment plus réduite que partout ailleurs. Les Mormons, on le sait, pratiquent la polygamie qu'ils considèrent comme un devoir strict. Ils en ont fait une sorte de dogme religieux, croyant que chaque homme sera d'autant plus heureux et considéré dans l'autre monde qu'il aura eu dans celui-ci plus de femmes et plus d'enfants...

—Puis après? demandai-je en haussant les épaules comme elle attendait ma réaction à sa lecture.

—Fais donc pas l'idiot! Si tu fais les déductions qui s'imposent, c'est clair que nous devons dégager une espèce de fluide qui prévient le cancer chez les hommes.

—Je ne te suis pas.

—Les Mormons ayant droit à plusieurs femmes, disons qu'ils seraient soumis à une plus grande quantité de fluide que les autres hommes.

On a beau être en queue de chemise comme je l'étais, ça n'empêche pas de penser et de penser vite.

—Veux-tu que je te dise ce que j'en tire de cette découverte, hein?

—Si tu crois être plus fin que les chercheurs...

—D'après moi, ça ne prouve absolument pas que les femmes peuvent protéger du cancer, ça signifie seulement qu'un homme qui n'a pas droit comme moi à plus d'une femme finit par succomber à la maladie... tant il mène une vie terne et stressante...

Je tirai sur ma cravate pour en défaire le noeud et elle tira sur la chaînette de la Jampe!

# A TABLE

Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec

## QUE CE JEÛNE A BON GOÛT!

Des milliers et des milliers de vendredis, de jours d'abstinence ou de jeûne ont été gâchés parce que certaines générations ont eu le malheur d'oublier que poissons et fruits de mer savent être exquis.

Le malheur a voulu que, parce que le poisson était une obligation, on prenne d'emblée en grippe tout ce qui sortait de l'eau. Pourtant, l'Église n'était pas aussi sévère: elle

autorisait des excès, et même elle les bénissait. Imaginez le plaisir de ces pêcheurs rentrant chez eux, leur barque remplie de moules, de crabes, de pétoncles, de crevettes ou de homards! Imaginez-les, jeûnant dans une humble cuisine, devant une pleine assiettée de ce que l'Église et leur évêque leur recommandaient de manger!

Au XVII<sup>e</sup> siècle, on défendait la viande, mais on autorisait les bouillons de viande, le beurre et les oeufs. On était même parvenu à faire prendre le castor pour un

poisson, une identification officielle ayant même été produite à cet effet par la très savante faculté de Médecine de Paris et par la non moins savante Académie royale des sciences. Il faut regretter que le jeûne et l'abstinence ne nous aient pas été mieux expliqués, car il est certain que les joies de goûter poissons, mollusques et crustacés ne seraient pas, pour bon nombre d'entre nous, de récentes découvertes.

Le XX<sup>e</sup> siècle vit pourtant s'élargir le cercle des aliments autorisés. Les

escargots, les tortues, les homards, les crevettes, les huîtres, les moules, les crabes, les cuisses de grenouilles, la loutre, le rat musqué et le fameux castor étaient recommandés, ainsi que ces drôles d'animaux aquatiques et à plumes qu'on appelle huards, poules d'eau, sarcelles, canards sauvages... Voilà les poissons et les fruits de mer que l'on aurait dû mieux connaître pour trouver plus de charme aux vendredis et autres jours de jeûne!

**Hélène-Andrée Bizier  
Jacques Lacoursière**



## LANGOUSTINES AU BEURRE À L'AIL

Préparation: 20 minutes

Cuisson: 5 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Langoustines	36	36
Huile d'olive	30 ml	2 c. à table
Sel	4 ml	¼ c. à thé
Beurre	45 ml	3 c. à table
Ail haché	65 ml	¼ tasse
Persil haché	165 ml	¾ de tasse
Citrons	2	2
Riz	200 ml	¾ tasse
Eau	500 ml	2 tasses
Sel	5 ml	1 c. à thé

### MÉTHODE

ENLEVER la carapace des langoustines.

FAIRE CHAUFFER l'huile dans une poêle et y faire revenir les langoustines de 3 à 4 minutes.

SALER.

FAIRE CHAUFFER le beurre, et, lorsqu'il mousse, ajouter l'ail. Faire revenir pendant 2 minutes sans coloration.

AU MOMENT de servir, ajouter le persil au beurre. Disposer les langoustines dans un plat de service et les arroser de beurre à l'ail.

GARNIR tout autour de quartiers de citron.

SERVIR avec du riz.

## COQUILLE DE PÉTONCLES

Préparation: 30 minutes

Cuisson: 40 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Pétoncles	600 g	1 lb et 5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	1 pincée	1 pincée
Beurre	45 ml	3 c. à table
Échalotes hachées	30 ml	2 c. à table
Champignons frais émincés	200 ml	¾ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine	45 ml	3 c. à table
Crème 35%	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	½ c. à thé
Chapelure	45 ml	3 c. à table

## MÉTHODE

METTRE les pétoncles et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes. (On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

Laisser refroidir dans le jus de cuisson.

FAIRE FONDRE le beurre.

AJOUTER les échalotes et les champignons, et cuire pendant environ 7 minutes.

SALER et poivrer.

FAIRE un roux avec le beurre et la farine.

Cuire pendant 3 minutes.

AJOUTER la crème et laisser épaissir jusqu'à ébullition.

SALER et poivrer la sauce. Laisser tiédir.

Disposer en alternant les pétoncles et les champignons dans des coquilles, et napper avec la sauce tiède.

SAUPOUDRER de chapelure et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 10 minutes.

## TARTELETTES DE FRUITS DE MER

Préparation: 35 minutes

Cuisson: 25 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Crevettes de Matane	150 g	5 oz
Pétoncles	250 g	9 oz
Moules (sans coquille)	150 g	5 oz
Palourdes (sans coquille)	150 g	5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine tout usage	40 ml	8 c. à thé
Ail haché	1 gousse	1 gousse
Persil haché	20 ml	4 c. à thé
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
*Pâte Brisée:	500 g	1 lb et 2 oz
Graisse végétale	250 ml	1 tasse
Farine tout usage	400 ml	1½ tasse
Sel	5 ml	1 c. à thé
Eau froide	85 ml	½ tasse

## MÉTHODE

METTRE tous les fruits de mer et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes.

(On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

FAIRE UN ROUX blanc avec le beurre et la farine.

Ajouter le jus de cuisson des fruits de mer, amener à ébullition et laisser épaissir pendant environ 5 minutes. MÉLANGER l'ail et le persil, puis les ajouter au velouté.

Couper les fruits de mer en petits morceaux et ajouter au velouté.

SALER et poivrer. Rectifier l'assaisonnement.

RECOUVRIR de pâte Brisée 6 moules à tartelette de 10 cm de diamètre (4 po).

Y verser l'appareil aux fruits de mer. Disposer les petits moules dans une plaque et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 20 minutes.

## \*PÂTE BRISÉE:

INCORPORER la graisse végétale à la farine.

AJOUTER le sel.

AJOUTER l'eau froide d'un seul coup et mélanger délicatement.

Faire une boule et mettre au réfrigérateur pendant 2 heures avant d'utiliser.

## QUOI CONCLURE?



—Ah! bien elle est merveilleuse celle-là...

Ma femme plissa les yeux au-dessus du magazine qu'elle lisait et jeta de mon côté un regard plein de malice. Le bas de

mon pantalon coincé sous le menton, je repliai soigneusement chaque jambe, lissant les plis entre le pouce et l'index, et déposai le pantalon sur le dossier qui me sert de valet de chambre.

—Et toi qui passes ton temps à écrire que nous sommes bonnes à rien!

D'abord, je n'ai jamais rien écrit de semblable même si j'aurais eu mille occasions de le faire. Je ne sais pourquoi, mais depuis un certain temps on dirait que ma femme prend plaisir à me contredire ou à me diminuer juste comme je vais me coucher. S'il est vrai qu'il faut avoir la décence de ne pas frapper une femme qui tombe, je trouve qu'il est aussi malhonnête pour une femme de profiter que son mari soit en queue de chemise pour amorcer une discussion. Est-ce à cause de la façon dont on découpe les queues de chemise, est-ce le fait que nos chaussettes arrivent à mi-jambe ou est-ce le caleçon boxeur qui rend un homme en queue de chemise aussi vulnérable? Chose certaine, les femmes ont dans leurs dessous plus d'assurance que les hommes et elles en profitent toujours. Je connais assez la mienne pour savoir qu'elle ne lèverait pas les yeux de sa lecture au moment où j'ai les culottes baissées si elle n'était pas sûre de me prendre au dépourvu.

Comme je n'ajoutais rien à ses deux commentaires, force lui fut de continuer:

—Tu ne peux pas savoir ce qu'on vient de découvrir...

Comment aurais-je pu le savoir, j'ignorais même de quoi elle parlait!

—On n'est pas encore certain mais on pense que les femmes peuvent prévenir le cancer!

Elle coiffa la nouvelle d'un grand sourire satisfait. Elle savait bien que je ne pourrais résister à la tentation d'en savoir plus, moi qui vis dans la

hantise de cette terrible maladie.

—Les gens ont tellement peur du cancer, dis-je avec détachement, qu'ils sont prêts à faire confiance à toutes les guérisseuses. Il n'y a pas de maladie qui attire autant de charlatans...

Je l'avais piquée au vif.

—Tu sauras que ce n'est pas une question de charlatanisme. C'est sérieux. Les statistiques le prouvent en tout cas.

—Quelles statistiques?

Elle lit tout haut une partie de l'article qu'elle parcourait déjà quand j'entrai dans la chambre. Selon ce papier, on aurait découvert par l'étude des sectes mormonnes américaines que les hommes y meurent du cancer en proportion infiniment plus réduite que partout ailleurs. Les Mormons, on le sait, pratiquent la polygamie qu'ils considèrent comme un devoir strict. Ils en ont fait une sorte de dogme religieux, croyant que chaque homme sera d'autant plus heureux et considéré dans l'autre monde qu'il aura eu dans celui-ci plus de femmes et plus d'enfants...

—Puis après? demandai-je en haussant les épaules comme elle attendait ma réaction à sa lecture.

—Fais donc pas l'idiot! Si tu fais les déductions qui s'imposent, c'est clair que nous devons dégager une espèce de fluide qui prévient le cancer chez les hommes.

—Je ne te suis pas.

—Les Mormons ayant droit à plusieurs femmes, disons qu'ils seraient soumis à une plus grande quantité de fluide que les autres hommes.

On a beau être en queue de chemise comme je l'étais, ça n'empêche pas de penser et de penser vite.

—Veux-tu que je te dise ce que j'en tire de cette découverte, hein?

—Si tu crois être plus fin que les chercheurs...

—D'après moi, ça ne prouve absolument pas que les femmes peuvent protéger du cancer, ça signifie seulement qu'un homme qui n'a pas droit comme moi à plus d'une femme finit par succomber à la maladie... tant il mène une vie terne et stressante...

Je tirai sur ma cravate pour en défaire le noeud et elle tira sur la chaînette de la Jampe!

# À TABLE

Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec

## QUE CE JEÛNE A BON GOÛT!

Des milliers et des milliers de vendredis, de jours d'abstinence ou de jeûne ont été gâchés parce que certaines générations ont eu le malheur d'oublier que poissons et fruits de mer savent être exquis.

Le malheur a voulu que, parce que le poisson était une obligation, on prenne d'emblée en grippe tout ce qui sortait de l'eau. Pourtant, l'Église n'était pas aussi sévère: elle

autorisait des excès, et même elle les bénissait. Imaginez le plaisir de ces pêcheurs rentrant chez eux, leur barque remplie de moules, de crabes, de pétoncles, de crevettes ou de homards! Imaginez-les, jeûnant dans une humble cuisine, devant une pleine assiettée de ce que l'Église et leur évêque leur recommandaient de manger!

Au XVII<sup>e</sup> siècle, on défendait la viande, mais on autorisait les bouillons de viande, le beurre et les oeufs. On était même parvenu à faire prendre le castor pour un

poisson, une identification officielle ayant même été produite à cet effet par la très savante faculté de Médecine de Paris et par la non moins savante Académie royale des sciences. Il faut regretter que le jeûne et l'abstinence ne nous aient pas été mieux expliqués, car il est certain que les joies de goûter poissons, mollusques et crustacés ne seraient pas, pour bon nombre d'entre nous, de récentes découvertes.

Le XX<sup>e</sup> siècle vit pourtant s'élargir le cercle des aliments autorisés. Les

escargots, les tortues, les homards, les crevettes, les huîtres, les moules, les crabes, les cuisses de grenouilles, la loutre, le rat musqué et le fameux castor étaient recommandés, ainsi que ces drôles d'animaux aquatiques et à plumes qu'on appelle huards, poules d'eau, sarcelles, canards sauvages... Voilà les poissons et les fruits de mer que l'on aurait dû mieux connaître pour trouver plus de charme aux vendredis et autres jours de jeûne!

**Hélène-Andrée Bizier  
Jacques Lacoursière**



## LANGOUSTINES AU BEURRE À L'AIL

Préparation: 20 minutes

Cuisson: 5 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Langoustines	36	36
Huile d'olive	30 ml	2 c. à table
Sel	4 ml	¼ c. à thé
Beurre	45 ml	3 c. à table
Ail haché	65 ml	¼ tasse
Persil haché	165 ml	¾ de tasse
Citrons	2	2
Riz	200 ml	¾ tasse
Eau	500 ml	2 tasses
Sel	5 ml	1 c. à thé

### MÉTHODE

ENLEVER la carapace des langoustines.

FAIRE CHAUFFER l'huile dans une poêle et y faire revenir les langoustines de 3 à 4 minutes.

SALER.

FAIRE CHAUFFER le beurre, et, lorsqu'il mousse, ajouter l'ail. Faire revenir pendant 2 minutes sans coloration.

AU MOMENT de servir, ajouter le persil au beurre. Disposer les langoustines dans un plat de service et les arroser de beurre à l'ail.

GARNIR tout autour de quartiers de citron.

SERVIR avec du riz.

## COQUILLE DE PÉTONCLES

Préparation: 30 minutes

Cuisson: 40 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Pétoncles	600 g	1 lb et 5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	1 pincée	1 pincée
Beurre	45 ml	3 c. à table
Échalotes hachées	30 ml	2 c. à table
Champignons frais émincés	200 ml	¾ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine	45 ml	3 c. à table
Crème 35%	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	½ c. à thé
Chapelure	45 ml	3 c. à table

## MÉTHODE

METTRE les pétoncles et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes. (On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

Laisser refroidir dans le jus de cuisson.

FAIRE FONDRE le beurre.

AJOUTER les échalotes et les champignons, et cuire pendant environ 7 minutes.

SALER et poivrer.

FAIRE un roux avec le beurre et la farine.

Cuire pendant 3 minutes.

AJOUTER la crème et laisser épaissir jusqu'à ébullition.

SALER et poivrer la sauce. Laisser tiédir.

Disposer en alternant les pétoncles et les champignons dans des coquilles, et napper avec la sauce tiède.

SAUPOUDRER de chapelure et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 10 minutes.

## TARTELETTES DE FRUITS DE MER

Préparation: 35 minutes

Cuisson: 25 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Crevettes de Matane	150 g	5 oz
Pétoncles	250 g	9 oz
Moules (sans coquille)	150 g	5 oz
Palourdes (sans coquille)	150 g	5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine tout usage	40 ml	8 c. à thé
Ail haché	1 gousse	1 gousse
Persil haché	20 ml	4 c. à thé
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
*Pâte Brisée:	500 g	1 lb et 2 oz
Graisse végétale	250 ml	1 tasse
Farine tout usage	400 ml	1½ tasse
Sel	5 ml	1 c. à thé
Eau froide	85 ml	⅓ tasse

## MÉTHODE

METTRE tous les fruits de mer et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes.

(On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

FAIRE UN ROUX blanc avec le beurre et la farine.

Ajouter le jus de cuisson des fruits de mer, amener à ébullition et laisser épaissir pendant environ 5 minutes. MÉLANGER l'ail et le persil, puis les ajouter au velouté.

Couper les fruits de mer en petits morceaux et ajouter au velouté.

SALER et poivrer. Rectifier l'assaisonnement.

RECOUVRIR de pâte Brisée 6 moules à tartelette de 10 cm de diamètre (4 po).

Y verser l'appareil aux fruits de mer.

Disposer les petits moules dans une plaque et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 20 minutes.

### \*PÂTE BRISÉE:

INCORPORER la graisse végétale à la farine.

AJOUTER le sel.

AJOUTER l'eau froide d'un seul coup et mélanger délicatement.

Faire une boule et mettre au réfrigérateur pendant 2 heures avant d'utiliser.

## QUOI CONCLURE?



—Ah! bien elle est merveilleuse celle-là...

Ma femme plissa les yeux au-dessus du magazine qu'elle lisait et jeta de mon côté un regard plein de malice. Le bas de

mon pantalon coincé sous le menton, je repliai soigneusement chaque jambe, lissant les plis entre le pouce et l'index, et déposai le pantalon sur le dossier qui me sert de valet de chambre.

—Et toi qui passes ton temps à écrire que nous sommes bonnes à rien!

D'abord, je n'ai jamais rien écrit de semblable même si j'aurais eu mille occasions de le faire. Je ne sais pourquoi, mais depuis un certain temps on dirait que ma femme prend plaisir à me contredire ou à me diminuer juste comme je vais me coucher. S'il est vrai qu'il faut avoir la décence de ne pas frapper une femme qui tombe, je trouve qu'il est aussi malhonnête pour une femme de profiter que son mari soit en queue de chemise pour amorcer une discussion. Est-ce à cause de la façon dont on découpe les queues de chemise, est-ce le fait que nos chaussettes arrivent à mi-jambe ou est-ce le caleçon boxeur qui rend un homme en queue de chemise aussi vulnérable? Chose certaine, les femmes ont dans leurs dessous plus d'assurance que les hommes et elles en profitent toujours. Je connais assez la mienne pour savoir qu'elle ne lèverait pas les yeux de sa lecture au moment où j'ai les culottes baissées si elle n'était pas sûre de me prendre au dépourvu.

Comme je n'ajoutais rien à ses deux commentaires, force lui fut de continuer:

—Tu ne peux pas savoir ce qu'on vient de découvrir...

Comment aurais-je pu le savoir, j'ignorais même de quoi elle parlait!

—On n'est pas encore certain mais on pense que les femmes peuvent prévenir le cancer!

Elle coiffa la nouvelle d'un grand sourire satisfait. Elle savait bien que je ne pourrais résister à la tentation d'en savoir plus, moi qui vis dans la

hantise de cette terrible maladie.

—Les gens ont tellement peur du cancer, dis-je avec détachement, qu'ils sont prêts à faire confiance à toutes les guérisseuses. Il n'y a pas de maladie qui attire autant de charlatans...

Je l'avais piquée au vif.

—Tu sauras que ce n'est pas une question de charlatanisme. C'est sérieux. Les statistiques le prouvent en tout cas.

—Quelles statistiques?

Elle lit tout haut une partie de l'article qu'elle parcourait déjà quand j'entrai dans la chambre. Selon ce papier, on aurait découvert par l'étude des sectes mormones américaines que les hommes y meurent du cancer en proportion infiniment plus réduite que partout ailleurs. Les Mormons, on le sait, pratiquent la polygamie qu'ils considèrent comme un devoir strict. Ils en ont fait une sorte de dogme religieux, croyant que chaque homme sera d'autant plus heureux et considéré dans l'autre monde qu'il aura eu dans celui-ci plus de femmes et plus d'enfants...

—Puis après? demandai-je en haussant les épaules comme elle attendait ma réaction à sa lecture.

—Fais donc pas l'idiot! Si tu fais les déductions qui s'imposent, c'est clair que nous devons dégager une espèce de fluide qui prévient le cancer chez les hommes.

—Je ne te suis pas.

—Les Mormons ayant droit à plusieurs femmes, disons qu'ils seraient soumis à une plus grande quantité de fluide que les autres hommes.

On a beau être en queue de chemise comme je l'étais, ça n'empêche pas de penser et de penser vite.

—Veux-tu que je te dise ce que j'en tire de cette découverte, hein?

—Si tu crois être plus fin que les chercheurs...

—D'après moi, ça ne prouve absolument pas que les femmes peuvent protéger du cancer, ça signifie seulement qu'un homme qui n'a pas droit comme moi à plus d'une femme finit par succomber à la maladie... tant il mène une vie terne et stressante...

Je tirai sur ma cravate pour en défaire le noeud et elle tira sur la chaînette de la Jampe!

# A TABLE

Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec

## QUE CE JEÛNE A BON GOÛT!

Des milliers et des milliers de vendredis, de jours d'abstinence ou de jeûne ont été gâchés parce que certaines générations ont eu le malheur d'oublier que poissons et fruits de mer savent être exquis.

Le malheur a voulu que, parce que le poisson était une obligation, on prenne d'emblée en grippe tout ce qui sortait de l'eau. Pourtant, l'Église n'était pas aussi sévère: elle

autorisait des excès, et même elle les bénissait. Imaginez le plaisir de ces pêcheurs rentrant chez eux, leur barque remplie de moules, de crabes, de pétoncles, de crevettes ou de homards! Imaginez-les, jeûnant dans une humble cuisine, devant une pleine assiettée de ce que l'Église et leur évêque leur recommandaient de manger!

Au XVII<sup>e</sup> siècle, on défendait la viande, mais on autorisait les bouillons de viande, le beurre et les oeufs. On était même parvenu à faire prendre le castor pour un

poisson, une identification officielle ayant même été produite à cet effet par la très savante faculté de Médecine de Paris et par la non moins savante Académie royale des sciences. Il faut regretter que le jeûne et l'abstinence ne nous aient pas été mieux expliqués, car il est certain que les joies de goûter poissons, mollusques et crustacés ne seraient pas, pour bon nombre d'entre nous, de récentes découvertes.

Le XX<sup>e</sup> siècle vit pourtant s'élargir le cercle des aliments autorisés. Les

escargots, les tortues, les homards, les crevettes, les huîtres, les moules, les crabes, les cuisses de grenouilles, la loutre, le rat musqué et le fameux castor étaient recommandés, ainsi que ces drôles d'animaux aquatiques et à plumes qu'on appelle huards, poules d'eau, sarcelles, canards sauvages... Voilà les poissons et les fruits de mer que l'on aurait dû mieux connaître pour trouver plus de charme aux vendredis et autres jours de jeûne!

**Hélène-Andrée Bizier  
Jacques Lacoursière**



## LANGOUSTINES AU BEURRE À L'AIL

Préparation: 20 minutes

Cuisson: 5 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Langoustines	36	36
Huile d'olive	30 ml	2 c. à table
Sel	4 ml	¼ c. à thé
Beurre	45 ml	3 c. à table
Ail haché	65 ml	¼ tasse
Persil haché	165 ml	¾ de tasse
Citrons	2	2
Riz	200 ml	¾ tasse
Eau	500 ml	2 tasses
Sel	5 ml	1 c. à thé

### MÉTHODE

ENLEVER la carapace des langoustines.

FAIRE CHAUFFER l'huile dans une poêle et y faire revenir les langoustines de 3 à 4 minutes.

SALER.

FAIRE CHAUFFER le beurre, et, lorsqu'il mousse, ajouter l'ail. Faire revenir pendant 2 minutes sans coloration.

AU MOMENT de servir, ajouter le persil au beurre. Disposer les langoustines dans un plat de service et les arroser de beurre à l'ail.

GARNIR tout autour de quartiers de citron.

SERVIR avec du riz.

## COQUILLE DE PÉTONCLES

Préparation: 30 minutes

Cuisson: 40 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Pétoncles	600 g	1 lb et 5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	1 pincée	1 pincée
Beurre	45 ml	3 c. à table
Échalotes hachées	30 ml	2 c. à table
Champignons frais émincés	200 ml	¾ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine	45 ml	3 c. à table
Crème 35%	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
Chapelure	45 ml	3 c. à table

## MÉTHODE

METTRE les pétoncles et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes. (On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

Laisser refroidir dans le jus de cuisson.

FAIRE FONDRE le beurre.

AJOUTER les échalotes et les champignons, et cuire pendant environ 7 minutes.

SALER et poivrer.

FAIRE un roux avec le beurre et la farine.

Cuire pendant 3 minutes.

AJOUTER la crème et laisser épaissir jusqu'à ébullition.

SALER et poivrer la sauce. Laisser tiédir.

Disposer en alternant les pétoncles et les champignons dans des coquilles, et napper avec la sauce tiède.

SAUPOUDRER de chapelure et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 10 minutes.

## TARTELETTES DE FRUITS DE MER

Préparation: 35 minutes

Cuisson: 25 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Crevettes de Matane	150 g	5 oz
Pétoncles	250 g	9 oz
Moules (sans coquille)	150 g	5 oz
Palourdes (sans coquille)	150 g	5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine tout usage	40 ml	8 c. à thé
Ail haché	1 gousse	1 gousse
Persil haché	20 ml	4 c. à thé
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
*Pâte Brisée:	500 g	1 lb et 2 oz
Graisse végétale	250 ml	1 tasse
Farine tout usage	400 ml	1½ tasse
Sel	5 ml	1 c. à thé
Eau froide	85 ml	⅓ tasse

## MÉTHODE

METTRE tous les fruits de mer et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes.

(On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

FAIRE UN ROUX blanc avec le beurre et la farine.

Ajouter le jus de cuisson des fruits de mer, amener à ébullition et laisser épaissir pendant environ 5 minutes. MÉLANGER l'ail et le persil, puis les ajouter au velouté.

Couper les fruits de mer en petits morceaux et ajouter au velouté.

SALER et poivrer. Rectifier l'assaisonnement.

RECOUVRIR de pâte Brisée 6 moules à tartelette de 10 cm de diamètre (4 po).

Y verser l'appareil aux fruits de mer.

Disposer les petits moules dans une plaque et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 20 minutes.

### \*PÂTE BRISÉE:

INCORPORER la graisse végétale à la farine.

AJOUTER le sel.

AJOUTER l'eau froide d'un seul coup et mélanger délicatement.

Faire une boule et mettre au réfrigérateur pendant 2 heures avant d'utiliser.

## QUOI CONCLURE?



—Ah! bien elle est merveilleuse celle-là...

Ma femme plissa les yeux au-dessus du magazine qu'elle lisait et jeta de mon côté un regard plein de malice. Le bas de

mon pantalon coincé sous le menton, je repliai soigneusement chaque jambe, lissant les plis entre le pouce et l'index, et déposai le pantalon sur le dossier qui me sert de valet de chambre.

—Et toi qui passes ton temps à écrire que nous sommes bonnes à rien!

D'abord, je n'ai jamais rien écrit de semblable même si j'aurais eu mille occasions de le faire. Je ne sais pourquoi, mais depuis un certain temps on dirait que ma femme prend plaisir à me contredire ou à me diminuer juste comme je vais me coucher. S'il est vrai qu'il faut avoir la décence de ne pas frapper une femme qui tombe, je trouve qu'il est aussi malhonnête pour une femme de profiter que son mari soit en queue de chemise pour amorcer une discussion. Est-ce à cause de la façon dont on découpe les queues de chemise, est-ce le fait que nos chaussettes arrivent à mi-jambe ou est-ce le caleçon boxeur qui rend un homme en queue de chemise aussi vulnérable? Chose certaine, les femmes ont dans leurs dessous plus d'assurance que les hommes et elles en profitent toujours. Je connais assez la mienne pour savoir qu'elle ne lèverait pas les yeux de sa lecture au moment où j'ai les culottes baissées si elle n'était pas sûre de me prendre au dépourvu.

Comme je n'ajoutais rien à ses deux commentaires, force lui fut de continuer:

—Tu ne peux pas savoir ce qu'on vient de découvrir...

Comment aurais-je pu le savoir, j'ignorais même de quoi elle parlait!

—On n'est pas encore certain mais on pense que les femmes peuvent prévenir le cancer!

Elle coiffa la nouvelle d'un grand sourire satisfait. Elle savait bien que je ne pourrais résister à la tentation d'en savoir plus, moi qui vis dans la

hantise de cette terrible maladie.

—Les gens ont tellement peur du cancer, dis-je avec détachement, qu'ils sont prêts à faire confiance à toutes les guérisseuses. Il n'y a pas de maladie qui attire autant de charlatans...

Je l'avais piquée au vif.

—Tu sauras que ce n'est pas une question de charlatanisme. C'est sérieux. Les statistiques le prouvent en tout cas.

—Quelles statistiques?

Elle lit tout haut une partie de l'article qu'elle parcourait déjà quand j'entrai dans la chambre. Selon ce papier, on aurait découvert par l'étude des sectes mormones américaines que les hommes y meurent du cancer en proportion infiniment plus réduite que partout ailleurs. Les Mormons, on le sait, pratiquent la polygamie qu'ils considèrent comme un devoir strict. Ils en ont fait une sorte de dogme religieux, croyant que chaque homme sera d'autant plus heureux et considéré dans l'autre monde qu'il aura eu dans celui-ci plus de femmes et plus d'enfants...

—Puis après? demandai-je en haussant les épaules comme elle attendait ma réaction à sa lecture.

—Fais donc pas l'idiot! Si tu fais les déductions qui s'imposent, c'est clair que nous devons dégager une espèce de fluide qui prévient le cancer chez les hommes.

—Je ne te suis pas.

—Les Mormons ayant droit à plusieurs femmes, disons qu'ils seraient soumis à une plus grande quantité de fluide que les autres hommes.

On a beau être en queue de chemise comme je l'étais, ça n'empêche pas de penser et de penser vite.

—Veux-tu que je te dise ce que j'en tire de cette découverte, hein?

—Si tu crois être plus fin que les chercheurs...

—D'après moi, ça ne prouve absolument pas que les femmes peuvent protéger du cancer, ça signifie seulement qu'un homme qui n'a pas droit comme moi à plus d'une femme finit par succomber à la maladie... tant il mène une vie terne et stressante...

Je tirai sur ma cravate pour en défaire le noeud et elle tira sur la chaînette de la Jampe!

# A TABLE

Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec

## QUE CE JEÛNE A BON GOÛT!

Des milliers et des milliers de vendredis, de jours d'abstinence ou de jeûne ont été gâchés parce que certaines générations ont eu le malheur d'oublier que poissons et fruits de mer savent être exquis.

Le malheur a voulu que, parce que le poisson était une obligation, on prenne d'emblée en grippe tout ce qui sortait de l'eau. Pourtant, l'Église n'était pas aussi sévère: elle

autorisait des excès, et même elle les bénissait. Imaginez le plaisir de ces pêcheurs rentrant chez eux, leur barque remplie de moules, de crabes, de pétoncles, de crevettes ou de homards! Imaginez-les, jeûnant dans une humble cuisine, devant une pleine assiettée de ce que l'Église et leur évêque leur recommandaient de manger!

Au XVII<sup>e</sup> siècle, on défendait la viande, mais on autorisait les bouillons de viande, le beurre et les oeufs. On était même parvenu à faire prendre le castor pour un

poisson, une identification officielle ayant même été produite à cet effet par la très savante faculté de Médecine de Paris et par la non moins savante Académie royale des sciences. Il faut regretter que le jeûne et l'abstinence ne nous aient pas été mieux expliqués, car il est certain que les joies de goûter poissons, mollusques et crustacés ne seraient pas, pour bon nombre d'entre nous, de récentes découvertes.

Le XX<sup>e</sup> siècle vit pourtant s'élargir le cercle des aliments autorisés. Les

escargots, les tortues, les homards, les crevettes, les huîtres, les moules, les crabes, les cuisses de grenouilles, la loutre, le rat musqué et le fameux castor étaient recommandés, ainsi que ces drôles d'animaux aquatiques et à plumes qu'on appelle huards, poules d'eau, sarcelles, canards sauvages... Voilà les poissons et les fruits de mer que l'on aurait dû mieux connaître pour trouver plus de charme aux vendredis et autres jours de jeûne!

**Hélène-Andrée Bizier  
Jacques Lacoursière**



## LANGOUSTINES AU BEURRE À L'AIL

Préparation: 20 minutes

Cuisson: 5 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Langoustines	36	36
Huile d'olive	30 ml	2 c. à table
Sel	4 ml	¼ c. à thé
Beurre	45 ml	3 c. à table
Ail haché	65 ml	¼ tasse
Persil haché	165 ml	¾ de tasse
Citrons	2	2
Riz	200 ml	¾ tasse
Eau	500 ml	2 tasses
Sel	5 ml	1 c. à thé

### MÉTHODE

ENLEVER la carapace des langoustines.

FAIRE CHAUFFER l'huile dans une poêle et y faire revenir les langoustines de 3 à 4 minutes.

SALER.

FAIRE CHAUFFER le beurre, et, lorsqu'il mousse, ajouter l'ail. Faire revenir pendant 2 minutes sans coloration.

AU MOMENT de servir, ajouter le persil au beurre. Disposer les langoustines dans un plat de service et les arroser de beurre à l'ail.

GARNIR tout autour de quartiers de citron.

SERVIR avec du riz.

## COQUILLE DE PÉTONCLES

Préparation: 30 minutes

Cuisson: 40 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Pétoncles	600 g	1 lb et 5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	1 pincée	1 pincée
Beurre	45 ml	3 c. à table
Échalotes hachées	30 ml	2 c. à table
Champignons frais émincés	200 ml	¾ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine	45 ml	3 c. à table
Crème 35%	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	½ c. à thé
Chapelure	45 ml	3 c. à table

## MÉTHODE

METTRE les pétoncles et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes. (On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

Laisser refroidir dans le jus de cuisson.

FAIRE FONDRE le beurre.

AJOUTER les échalotes et les champignons, et cuire pendant environ 7 minutes.

SALER et poivrer.

FAIRE un roux avec le beurre et la farine.

Cuire pendant 3 minutes.

AJOUTER la crème et laisser épaissir jusqu'à ébullition.

SALER et poivrer la sauce. Laisser tiédir.

Disposer en alternant les pétoncles et les champignons dans des coquilles, et napper avec la sauce tiède.

SAUPOUDRER de chapelure et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 10 minutes.

## TARTELETTES DE FRUITS DE MER

Préparation: 35 minutes

Cuisson: 25 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Crevettes de Matane	150 g	5 oz
Pétoncles	250 g	9 oz
Moules (sans coquille)	150 g	5 oz
Palourdes (sans coquille)	150 g	5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine tout usage	40 ml	8 c. à thé
Ail haché	1 gousse	1 gousse
Persil haché	20 ml	4 c. à thé
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
*Pâte Brisée:	500 g	1 lb et 2 oz
Graisse végétale	250 ml	1 tasse
Farine tout usage	400 ml	1½ tasse
Sel	5 ml	1 c. à thé
Eau froide	85 ml	½ tasse

## MÉTHODE

METTRE tous les fruits de mer et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes.

(On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

FAIRE UN ROUX blanc avec le beurre et la farine.

Ajouter le jus de cuisson des fruits de mer, amener à ébullition et laisser épaissir pendant environ 5 minutes.

MÉLANGER l'ail et le persil, puis les ajouter au velouté.

Couper les fruits de mer en petits morceaux et ajouter au velouté.

SALER et poivrer. Rectifier l'assaisonnement.

RECOUVRIR de pâte Brisée 6 moules à tartelette de 10 cm de diamètre (4 po).

Y verser l'appareil aux fruits de mer.

Disposer les petits moules dans une plaque et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 20 minutes.

### \*PÂTE BRISÉE:

INCORPORER la graisse végétale à la farine.

AJOUTER le sel.

AJOUTER l'eau froide d'un seul coup et mélanger délicatement.

Faire une boule et mettre au réfrigérateur pendant 2 heures avant d'utiliser.

## QUOI CONCLURE?



—Ah! bien elle est merveilleuse celle-là...

Ma femme plissa les yeux au-dessus du magazine qu'elle lisait et jeta de mon côté un regard plein de malice. Le bas de

mon pantalon coincé sous le menton, je repliai soigneusement chaque jambe, lissant les plis entre le pouce et l'index, et déposai le pantalon sur le dossier qui me sert de valet de chambre.

—Et toi qui passes ton temps à écrire que nous sommes bonnes à rien!

D'abord, je n'ai jamais rien écrit de semblable même si j'aurais eu mille occasions de le faire. Je ne sais pourquoi, mais depuis un certain temps on dirait que ma femme prend plaisir à me contredire ou à me diminuer juste comme je vais me coucher. S'il est vrai qu'il faut avoir la décence de ne pas frapper une femme qui tombe, je trouve qu'il est aussi malhonnête pour une femme de profiter que son mari soit en queue de chemise pour amorcer une discussion. Est-ce à cause de la façon dont on découpe les queues de chemise, est-ce le fait que nos chaussettes arrivent à mi-jambe ou est-ce le caleçon boxeur qui rend un homme en queue de chemise aussi vulnérable? Chose certaine, les femmes ont dans leurs dessous plus d'assurance que les hommes et elles en profitent toujours. Je connais assez la mienne pour savoir qu'elle ne lèverait pas les yeux de sa lecture au moment où j'ai les culottes baissées si elle n'était pas sûre de me prendre au dépourvu.

Comme je n'ajoutais rien à ses deux commentaires, force lui fut de continuer:

—Tu ne peux pas savoir ce qu'on vient de découvrir...

Comment aurais-je pu le savoir, j'ignorais même de quoi elle parlait!

—On n'est pas encore certain mais on pense que les femmes peuvent prévenir le cancer!

Elle coiffa la nouvelle d'un grand sourire satisfait. Elle savait bien que je ne pourrais résister à la tentation d'en savoir plus, moi qui vis dans la

hantise de cette terrible maladie.

—Les gens ont tellement peur du cancer, dis-je avec détachement, qu'ils sont prêts à faire confiance à toutes les guérisseuses. Il n'y a pas de maladie qui attire autant de charlatans...

Je l'avais piquée au vif.

—Tu sauras que ce n'est pas une question de charlatanisme. C'est sérieux. Les statistiques le prouvent en tout cas.

—Quelles statistiques?

Elle lit tout haut une partie de l'article qu'elle parcourait déjà quand j'entrai dans la chambre. Selon ce papier, on aurait découvert par l'étude des sectes mormonnes américaines que les hommes y meurent du cancer en proportion infiniment plus réduite que partout ailleurs. Les Mormons, on le sait, pratiquent la polygamie qu'ils considèrent comme un devoir strict. Ils en ont fait une sorte de dogme religieux, croyant que chaque homme sera d'autant plus heureux et considéré dans l'autre monde qu'il aura eu dans celui-ci plus de femmes et plus d'enfants...

—Puis après? demandai-je en haussant les épaules comme elle attendait ma réaction à sa lecture.

—Fais donc pas l'idiot! Si tu fais les déductions qui s'imposent, c'est clair que nous devons dégager une espèce de fluide qui prévient le cancer chez les hommes.

—Je ne te suis pas.

—Les Mormons ayant droit à plusieurs femmes, disons qu'ils seraient soumis à une plus grande quantité de fluide que les autres hommes.

On a beau être en queue de chemise comme je l'étais, ça n'empêche pas de penser et de penser vite.

—Veux-tu que je te dise ce que j'en tire de cette découverte, hein?

—Si tu crois être plus fin que les chercheurs...

—D'après moi, ça ne prouve absolument pas que les femmes peuvent protéger du cancer, ça signifie seulement qu'un homme qui n'a pas droit comme moi à plus d'une femme finit par succomber à la maladie... tant il mène une vie terne et stressante...

Je tirai sur ma cravate pour en défaire le noeud et elle tira sur la chaînette de la Jampe!

# A TABLE

Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec

## QUE CE JEÛNE A BON GOÛT!

Des milliers et des milliers de vendredis, de jours d'abstinence ou de jeûne ont été gâchés parce que certaines générations ont eu le malheur d'oublier que poissons et fruits de mer savent être exquis.

Le malheur a voulu que, parce que le poisson était une obligation, on prenne d'emblée en grippe tout ce qui sortait de l'eau. Pourtant, l'Église n'était pas aussi sévère: elle

autorisait des excès, et même elle les bénissait. Imaginez le plaisir de ces pêcheurs rentrant chez eux, leur barque remplie de moules, de crabes, de pétoncles, de crevettes ou de homards! Imaginez-les, jeûnant dans une humble cuisine, devant une pleine assiettée de ce que l'Église et leur évêque leur recommandaient de manger!

Au XVIIe siècle, on défendait la viande, mais on autorisait les bouillons de viande, le beurre et les oeufs. On était même parvenu à faire prendre le castor pour un

poisson, une identification officielle ayant même été produite à cet effet par la très savante faculté de Médecine de Paris et par la non moins savante Académie royale des sciences. Il faut regretter que le jeûne et l'abstinence ne nous aient pas été mieux expliqués, car il est certain que les joies de goûter poissons, mollusques et crustacés ne seraient pas, pour bon nombre d'entre nous, de récentes découvertes.

Le XXe siècle vit pourtant s'élargir le cercle des aliments autorisés. Les

escargots, les tortues, les homards, les crevettes, les huîtres, les moules, les crabes, les cuisses de grenouilles, la loutre, le rat musqué et le fameux castor étaient recommandés, ainsi que ces drôles d'animaux aquatiques et à plumes qu'on appelle huards, poules d'eau, sarcelles, canards sauvages... Voilà les poissons et les fruits de mer que l'on aurait dû mieux connaître pour trouver plus de charme aux vendredis et autres jours de jeûne!

**Hélène-Andrée Bizier**  
**Jacques Lacoursière**



## LANGOUSTINES AU BEURRE À L'AIL

Préparation: 20 minutes

Cuisson: 5 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Langoustines	36	36
Huile d'olive	30 ml	2 c. à table
Sel	4 ml	¼ c. à thé
Beurre	45 ml	3 c. à table
Ail haché	65 ml	¼ tasse
Persil haché	165 ml	¾ de tasse
Citrons	2	2
Riz	200 ml	¾ tasse
Eau	500 ml	2 tasses
Sel	5 ml	1 c. à thé

### MÉTHODE

ENLEVER la carapace des langoustines.

FAIRE CHAUFFER l'huile dans une poêle et y faire revenir les langoustines de 3 à 4 minutes.

SALER.

FAIRE CHAUFFER le beurre, et, lorsqu'il mousse, ajouter l'ail. Faire revenir pendant 2 minutes sans coloration.

AU MOMENT de servir, ajouter le persil au beurre. Disposer les langoustines dans un plat de service et les arroser de beurre à l'ail.

GARNIR tout autour de quartiers de citron.

SERVIR avec du riz.

## COQUILLE DE PÉTONCLES

Préparation: 30 minutes

Cuisson: 40 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Pétoncles	600 g	1 lb et 5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	1 pincée	1 pincée
Beurre	45 ml	3 c. à table
Échalotes hachées	30 ml	2 c. à table
Champignons frais émincés	200 ml	¾ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine	45 ml	3 c. à table
Crème 35%	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	½ c. à thé
Chapelure	45 ml	3 c. à table

## MÉTHODE

METTRE les pétoncles et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes. (On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

Laisser refroidir dans le jus de cuisson.

FAIRE FONDRE le beurre.

AJOUTER les échalotes et les champignons, et cuire pendant environ 7 minutes.

SALER et poivrer.

FAIRE un roux avec le beurre et la farine.

Cuire pendant 3 minutes.

AJOUTER la crème et laisser épaissir jusqu'à ébullition.

SALER et poivrer la sauce. Laisser tiédir.

Disposer en alternant les pétoncles et les champignons dans des coquilles, et napper avec la sauce tiède.

SAUPOUDRER de chapelure et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 10 minutes.

## MÉTHODE

METTRE tous les fruits de mer et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes.

(On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

FAIRE UN ROUX blanc avec le beurre et la farine.

Ajouter le jus de cuisson des fruits de mer, amener à ébullition et laisser épaissir pendant environ 5 minutes.

MÉLANGER l'ail et le persil, puis les ajouter au velouté.

Couper les fruits de mer en petits morceaux et ajouter au velouté.

SALER et poivrer. Rectifier l'assaisonnement.

RECOUVRIR de pâte Brisée 6 moules à tartelette de 10 cm de diamètre (4 po).

Y verser l'appareil aux fruits de mer.

Disposer les petits moules dans une plaque et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 20 minutes.

## \*PÂTE BRISÉE:

INCORPORER la graisse végétale à la farine.

AJOUTER le sel.

AJOUTER l'eau froide d'un seul coup et mélanger délicatement.

Faire une boule et mettre au réfrigérateur pendant 2 heures avant d'utiliser.

## TARTELETTES DE FRUITS DE MER

Préparation: 35 minutes

Cuisson: 25 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Crevettes de Matane	150 g	5 oz
Pétoncles	250 g	9 oz
Moules (sans coquille)	150 g	5 oz
Palourdes (sans coquille)	150 g	5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine tout usage	40 ml	8 c. à thé
Ail haché	1 gousse	1 gousse
Persil haché	20 ml	4 c. à thé
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
*Pâte Brisée:	500 g	1 lb et 2 oz
Graisse végétale	250 ml	1 tasse
Farine tout usage	400 ml	1½ tasse
Sel	5 ml	1 c. à thé
Eau froide	85 ml	½ tasse

## QUOI CONCLURE?



—Ah! bien elle est merveilleuse celle-là...

Ma femme plissa les yeux au-dessus du magazine qu'elle lisait et jeta de mon côté un regard plein de malice. Le bas de

mon pantalon coincé sous le menton, je repliai soigneusement chaque jambe, lissant les plis entre le pouce et l'index, et déposai le pantalon sur le dossier qui me sert de valet de chambre.

—Et toi qui passes ton temps à écrire que nous sommes bonnes à rien!

D'abord, je n'ai jamais rien écrit de semblable même si j'aurais eu mille occasions de le faire. Je ne sais pourquoi, mais depuis un certain temps on dirait que ma femme prend plaisir à me contredire ou à me diminuer juste comme je vais me coucher. S'il est vrai qu'il faut avoir la décence de ne pas frapper une femme qui tombe, je trouve qu'il est aussi malhonnête pour une femme de profiter que son mari soit en queue de chemise pour amorcer une discussion. Est-ce à cause de la façon dont on découpe les queues de chemise, est-ce le fait que nos chaussettes arrivent à mi-jambe ou est-ce le caleçon boxeur qui rend un homme en queue de chemise aussi vulnérable? Chose certaine, les femmes ont dans leurs dessous plus d'assurance que les hommes et elles en profitent toujours. Je connais assez la mienne pour savoir qu'elle ne lèverait pas les yeux de sa lecture au moment où j'ai les culottes baissées si elle n'était pas sûre de me prendre au dépourvu.

Comme je n'ajoutais rien à ses deux commentaires, force lui fut de continuer:

—Tu ne peux pas savoir ce qu'on vient de découvrir...

Comment aurais-je pu le savoir, j'ignorais même de quoi elle parlait!

—On n'est pas encore certain mais on pense que les femmes peuvent prévenir le cancer!

Elle coiffa la nouvelle d'un grand sourire satisfait. Elle savait bien que je ne pourrais résister à la tentation d'en savoir plus, moi qui vis dans la

hantise de cette terrible maladie.

—Les gens ont tellement peur du cancer, dis-je avec détachement, qu'ils sont prêts à faire confiance à toutes les guérisseuses. Il n'y a pas de maladie qui attire autant de charlatans...

Je l'avais piquée au vif.

—Tu sauras que ce n'est pas une question de charlatanisme. C'est sérieux. Les statistiques le prouvent en tout cas.

—Quelles statistiques?

Elle lit tout haut une partie de l'article qu'elle parcourait déjà quand j'entrai dans la chambre. Selon ce papier, on aurait découvert par l'étude des sectes mormonnes américaines que les hommes y meurent du cancer en proportion infiniment plus réduite que partout ailleurs. Les Mormons, on le sait, pratiquent la polygamie qu'ils considèrent comme un devoir strict. Ils en ont fait une sorte de dogme religieux, croyant que chaque homme sera d'autant plus heureux et considéré dans l'autre monde qu'il aura eu dans celui-ci plus de femmes et plus d'enfants...

—Puis après? demandai-je en haussant les épaules comme elle attendait ma réaction à sa lecture.

—Fais donc pas l'idiot! Si tu fais les déductions qui s'imposent, c'est clair que nous devons dégager une espèce de fluide qui prévient le cancer chez les hommes.

—Je ne te suis pas.

—Les Mormons ayant droit à plusieurs femmes, disons qu'ils seraient soumis à une plus grande quantité de fluide que les autres hommes.

On a beau être en queue de chemise comme je l'étais, ça n'empêche pas de penser et de penser vite.

—Veux-tu que je te dise ce que j'en tire de cette découverte, hein?

—Si tu crois être plus fin que les chercheurs...

—D'après moi, ça ne prouve absolument pas que les femmes peuvent protéger du cancer, ça signifie seulement qu'un homme qui n'a pas droit comme moi à plus d'une femme finit par succomber à la maladie... tant il mène une vie terne et stressante...

Je tirai sur ma cravate pour en défaire le noeud et elle tira sur la chaînette de la Jampe!

# A TABLE

Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec

## QUE CE JEÛNE A BON GOÛT!

Des milliers et des milliers de vendredis, de jours d'abstinence ou de jeûne ont été gâchés parce que certaines générations ont eu le malheur d'oublier que poissons et fruits de mer savent être exquis.

Le malheur a voulu que, parce que le poisson était une obligation, on prenne d'emblée en grippe tout ce qui sortait de l'eau. Pourtant, l'Église n'était pas aussi sévère: elle

autorisait des excès, et même elle les bénissait. Imaginez le plaisir de ces pêcheurs rentrant chez eux, leur barque remplie de moules, de crabes, de pétoncles, de crevettes ou de homards! Imaginez-les, jeûnant dans une humble cuisine, devant une pleine assiettée de ce que l'Église et leur évêque leur recommandaient de manger!

Au XVIIe siècle, on défendait la viande, mais on autorisait les bouillons de viande, le beurre et les oeufs. On était même parvenu à faire prendre le castor pour un

poisson, une identification officielle ayant même été produite à cet effet par la très savante faculté de Médecine de Paris et par la non moins savante Académie royale des sciences. Il faut regretter que le jeûne et l'abstinence ne nous aient pas été mieux expliqués, car il est certain que les joies de goûter poissons, mollusques et crustacés ne seraient pas, pour bon nombre d'entre nous, de récentes découvertes.

Le XXe siècle vit pourtant s'élargir le cercle des aliments autorisés. Les

escargots, les tortues, les homards, les crevettes, les huîtres, les moules, les crabes, les cuisses de grenouilles, la loutre, le rat musqué et le fameux castor étaient recommandés, ainsi que ces drôles d'animaux aquatiques et à plumes qu'on appelle huards, poules d'eau, sarcelles, canards sauvages... Voilà les poissons et les fruits de mer que l'on aurait dû mieux connaître pour trouver plus de charme aux vendredis et autres jours de jeûne!

**Hélène-Andrée Bizier  
Jacques Lacoursière**



## LANGOUSTINES AU BEURRE À L'AIL

Préparation: 20 minutes

Cuisson: 5 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Langoustines	36	36
Huile d'olive	30 ml	2 c. à table
Sel	4 ml	¼ c. à thé
Beurre	45 ml	3 c. à table
Ail haché	65 ml	¼ tasse
Persil haché	165 ml	⅔ de tasse
Citrons	2	2
Riz	200 ml	¾ tasse
Eau	500 ml	2 tasses
Sel	5 ml	1 c. à thé

### MÉTHODE

ENLEVER la carapace des langoustines.

FAIRE CHAUFFER l'huile dans une poêle et y faire revenir les langoustines de 3 à 4 minutes.

SALER.

FAIRE CHAUFFER le beurre, et, lorsqu'il mousse, ajouter l'ail. Faire revenir pendant 2 minutes sans coloration.

AU MOMENT de servir, ajouter le persil au beurre. Disposer les langoustines dans un plat de service et les arroser de beurre à l'ail.

GARNIR tout autour de quartiers de citron.

SERVIR avec du riz.

## COQUILLE DE PÉTONCLES

Préparation: 30 minutes

Cuisson: 40 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Pétoncles	600 g	1 lb et 5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	1 pincée	1 pincée
Beurre	45 ml	3 c. à table
Échalotes hachées	30 ml	2 c. à table
Champignons frais émincés	200 ml	¾ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine	45 ml	3 c. à table
Crème 35%	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
Chapelure	45 ml	3 c. à table

## MÉTHODE

METTRE les pétoncles et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler. Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes. (On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

Laisser refroidir dans le jus de cuisson.

FAIRE FONDRE le beurre.

AJOUTER les échalotes et les champignons, et cuire pendant environ 7 minutes.

SALER et poivrer.

FAIRE un roux avec le beurre et la farine.

Cuire pendant 3 minutes.

AJOUTER la crème et laisser épaissir jusqu'à ébullition.

SALER et poivrer la sauce. Laisser tiédir.

Disposer en alternant les pétoncles et les champignons dans des coquilles, et napper avec la sauce tiède.

SAUPOUDRER de chapelure et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 10 minutes.

## TARTELETTES DE FRUITS DE MER

Préparation: 35 minutes

Cuisson: 25 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Crevettes de Matane	150 g	5 oz
Pétoncles	250 g	9 oz
Moules (sans coquille)	150 g	5 oz
Palourdes (sans coquille)	150 g	5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine tout usage	40 ml	8 c. à thé
Ail haché	1 gousse	1 gousse
Persil haché	20 ml	4 c. à thé
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
*Pâte Brisée:	500 g	1 lb et 2 oz
Graisse végétale	250 ml	1 tasse
Farine tout usage	400 ml	1 ½ tasse
Sel	5 ml	1 c. à thé
Eau froide	85 ml	½ tasse

## MÉTHODE

METTRE tous les fruits de mer et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes.

(On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

FAIRE UN ROUX blanc avec le beurre et la farine.

Ajouter le jus de cuisson des fruits de mer, amener à ébullition et laisser épaissir pendant environ 5 minutes.

MÉLANGER l'ail et le persil, puis les ajouter au velouté.

Couper les fruits de mer en petits morceaux et ajouter au velouté.

SALER et poivrer. Rectifier l'assaisonnement.

RECOUVRIR de pâte Brisée 6 moules à tartelette de 10 cm de diamètre (4 po).

Y verser l'appareil aux fruits de mer.

Disposer les petits moules dans une plaque et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 20 minutes.

### \*PÂTE BRISÉE:

INCORPORER la graisse végétale à la farine.

AJOUTER le sel.

AJOUTER l'eau froide d'un seul coup et mélanger délicatement.

Faire une boule et mettre au réfrigérateur pendant 2 heures avant d'utiliser.

## QUOI CONCLURE?



— Ah! bien elle est merveilleuse celle-là...

Ma femme plissa les yeux au-dessus du magazine qu'elle lisait et jeta de mon côté un regard plein de malice. Le bas de

mon pantalon coincé sous le menton, je repliai soigneusement chaque jambe, lissant les plis entre le pouce et l'index, et déposai le pantalon sur le dossier qui me sert de valet de chambre.

— Et toi qui passes ton temps à écrire que nous sommes bonnes à rien!

D'abord, je n'ai jamais rien écrit de semblable même si j'aurais eu mille occasions de le faire. Je ne sais pourquoi, mais depuis un certain temps on dirait que ma femme prend plaisir à me contredire ou à me diminuer juste comme je vais me coucher. S'il est vrai qu'il faut avoir la décence de ne pas frapper une femme qui tombe, je trouve qu'il est aussi malhonnête pour une femme de profiter que son mari soit en queue de chemise pour amorcer une discussion. Est-ce à cause de la façon dont on découpe les queues de chemise, est-ce le fait que nos chaussettes arrivent à mi-jambe ou est-ce le caleçon boxeur qui rend un homme en queue de chemise aussi vulnérable? Chose certaine, les femmes ont dans leurs dessous plus d'assurance que les hommes et elles en profitent toujours. Je connais assez la mienne pour savoir qu'elle ne lèverait pas les yeux de sa lecture au moment où j'ai les culottes baissées si elle n'était pas sûre de me prendre au dépourvu.

Comme je n'ajoutais rien à ses deux commentaires, force lui fut de continuer:

— Tu ne peux pas savoir ce qu'on vient de découvrir...

Comment aurais-je pu le savoir, j'ignorais même de quoi elle parlait!

— On n'est pas encore certain mais on pense que les femmes peuvent prévenir le cancer!

Elle coiffa la nouvelle d'un grand sourire satisfait. Elle savait bien que je ne pourrais résister à la tentation d'en savoir plus, moi qui vis dans la

hantise de cette terrible maladie.

— Les gens ont tellement peur du cancer, dis-je avec détachement, qu'ils sont prêts à faire confiance à toutes les guérisseuses. Il n'y a pas de maladie qui attire autant de charlatans...

Je l'avais piquée au vif.

— Tu sauras que ce n'est pas une question de charlatanisme. C'est sérieux. Les statistiques le prouvent en tout cas.

— Quelles statistiques?

Elle lit tout haut une partie de l'article qu'elle parcourait déjà quand j'entrai dans la chambre. Selon ce papier, on aurait découvert par l'étude des sectes mormonnes américaines que les hommes y meurent du cancer en proportion infiniment plus réduite que partout ailleurs. Les Mormons, on le sait, pratiquent la polygamie qu'ils considèrent comme un devoir strict. Ils en ont fait une sorte de dogme religieux, croyant que chaque homme sera d'autant plus heureux et considéré dans l'autre monde qu'il aura eu dans celui-ci plus de femmes et plus d'enfants...

— Puis après? demandai-je en haussant les épaules comme elle attendait ma réaction à sa lecture.

— Fais donc pas l'idiot! Si tu fais les déductions qui s'imposent, c'est clair que nous devons dégager une espèce de fluide qui prévient le cancer chez les hommes.

— Je ne te suis pas.

— Les Mormons ayant droit à plusieurs femmes, disons qu'ils seraient soumis à une plus grande quantité de fluide que les autres hommes.

On a beau être en queue de chemise comme je l'étais, ça n'empêche pas de penser et de penser vite.

— Veux-tu que je te dise ce que j'en tire de cette découverte, hein?

— Si tu crois être plus fin que les chercheurs...

— D'après moi, ça ne prouve absolument pas que les femmes peuvent protéger du cancer, ça signifie seulement qu'un homme qui n'a pas droit comme moi à plus d'une femme finit par succomber à la maladie... tant il mène une vie terne et stressante...

Je tirai sur ma cravate pour en défaire le noeud et elle tira sur la chaînette de la Jampe!

# A TABLE

Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec

## QUE CE JEÛNE A BON GOÛT!

Des milliers et des milliers de vendredis, de jours d'abstinence ou de jeûne ont été gâchés parce que certaines générations ont eu le malheur d'oublier que poissons et fruits de mer savent être exquis.

Le malheur a voulu que, parce que le poisson était une obligation, on prenne d'emblée en grippe tout ce qui sortait de l'eau. Pourtant, l'Église n'était pas aussi sévère: elle

autorisait des excès, et même elle les bénissait. Imaginez le plaisir de ces pêcheurs rentrant chez eux, leur barque remplie de moules, de crabes, de pétoncles, de crevettes ou de homards! Imaginez-les, jeûnant dans une humble cuisine, devant une pleine assiettée de ce que l'Église et leur évêque leur recommandaient de manger!

Au XVII<sup>e</sup> siècle, on défendait la viande, mais on autorisait les bouillons de viande, le beurre et les oeufs. On était même parvenu à faire prendre le castor pour un

poisson, une identification officielle ayant même été produite à cet effet par la très savante faculté de Médecine de Paris et par la non moins savante Académie royale des sciences. Il faut regretter que le jeûne et l'abstinence ne nous aient pas été mieux expliqués, car il est certain que les joies de goûter poissons, mollusques et crustacés ne seraient pas, pour bon nombre d'entre nous, de récentes découvertes.

Le XX<sup>e</sup> siècle vit pourtant s'élargir le cercle des aliments autorisés. Les

escargots, les tortues, les homards, les crevettes, les huîtres, les moules, les crabes, les cuisses de grenouilles, la loutre, le rat musqué et le fameux castor étaient recommandés, ainsi que ces drôles d'animaux aquatiques et à plumes qu'on appelle huards, poules d'eau, sarcelles, canards sauvages... Voilà les poissons et les fruits de mer que l'on aurait dû mieux connaître pour trouver plus de charme aux vendredis et autres jours de jeûne!

**Hélène-Andrée Bizier**  
**Jacques Lacoursière**



## LANGOUSTINES AU BEURRE À L'AIL

Préparation: 20 minutes

Cuisson: 5 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Langoustines	36	36
Huile d'olive	30 ml	2 c. à table
Sel	4 ml	¼ c. à thé
Beurre	45 ml	3 c. à table
Ail haché	65 ml	¼ tasse
Persil haché	165 ml	¾ de tasse
Citrons	2	2
Riz	200 ml	¾ tasse
Eau	500 ml	2 tasses
Sel	5 ml	1 c. à thé

### MÉTHODE

ENLEVER la carapace des langoustines.

FAIRE CHAUFFER l'huile dans une poêle et y faire revenir les langoustines de 3 à 4 minutes.

SALER.

FAIRE CHAUFFER le beurre, et, lorsqu'il mousse, ajouter l'ail. Faire revenir pendant 2 minutes sans coloration.

AU MOMENT de servir, ajouter le persil au beurre. Disposer les langoustines dans un plat de service et les arroser de beurre à l'ail.

GARNIR tout autour de quartiers de citron.

SERVIR avec du riz.

## COQUILLE DE PÉTONCLES

Préparation: 30 minutes

Cuisson: 40 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Pétoncles	600 g	1 lb et 5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	1 pincée	1 pincée
Beurre	45 ml	3 c. à table
Échalotes hachées	30 ml	2 c. à table
Champignons frais émincés	200 ml	¼ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine	45 ml	3 c. à table
Crème 35%	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	½ c. à thé
Chapelure	45 ml	3 c. à table

## MÉTHODE

METTRE les pétoncles et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes. (On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

Laisser refroidir dans le jus de cuisson.

FAIRE FONDRE le beurre.

AJOUTER les échalotes et les champignons, et cuire pendant environ 7 minutes.

SALER et poivrer.

FAIRE un roux avec le beurre et la farine.

Cuire pendant 3 minutes.

AJOUTER la crème et laisser épaissir jusqu'à ébullition.

SALER et poivrer la sauce. Laisser tiédir.

Disposer en alternant les pétoncles et les champignons dans des coquilles, et napper avec la sauce tiède.

SAUPOUDRER de chapelure et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 10 minutes.

## TARTELETTES DE FRUITS DE MER

Préparation: 35 minutes

Cuisson: 25 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Crevettes de Matane	150 g	5 oz
Pétoncles	250 g	9 oz
Moules (sans coquille)	150 g	5 oz
Palourdes (sans coquille)	150 g	5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine tout usage	40 ml	8 c. à thé
Ail haché	1 gousse	1 gousse
Persil haché	20 ml	4 c. à thé
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
*Pâte Brisée:	500 g	1 lb et 2 oz
Graisse végétale	250 ml	1 tasse
Farine tout usage	400 ml	1½ tasse
Sel	5 ml	1 c. à thé
Eau froide	85 ml	½ tasse

## MÉTHODE

METTRE tous les fruits de mer et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes.

(On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

FAIRE UN ROUX blanc avec le beurre et la farine.

Ajouter le jus de cuisson des fruits de mer, amener à ébullition et laisser épaissir pendant environ 5 minutes.

MÉLANGER l'ail et le persil, puis les ajouter au velouté.

Couper les fruits de mer en petits morceaux et ajouter au velouté.

SALER et poivrer. Rectifier l'assaisonnement.

RECOUVRIR de pâte Brisée 6 moules à tartelette de 10 cm de diamètre (4 po).

Y verser l'appareil aux fruits de mer.

Disposer les petits moules dans une plaque et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 20 minutes.

### \*PÂTE BRISÉE:

INCORPORER la graisse végétale à la farine.

AJOUTER le sel.

AJOUTER l'eau froide d'un seul coup et mélanger délicatement.

Faire une boule et mettre au réfrigérateur pendant 2 heures avant d'utiliser.

## QUOI CONCLURE?



—Ah! bien elle est merveilleuse celle-là...

Ma femme plissa les yeux au-dessus du magazine qu'elle lisait et jeta de mon côté un regard plein de malice. Le bas de

mon pantalon coincé sous le menton, je repliai soigneusement chaque jambe, lissant les plis entre le pouce et l'index, et déposai le pantalon sur le dossier qui me sert de valet de chambre.

—Et toi qui passes ton temps à écrire que nous sommes bonnes à rien!

D'abord, je n'ai jamais rien écrit de semblable même si j'aurais eu mille occasions de le faire. Je ne sais pourquoi, mais depuis un certain temps on dirait que ma femme prend plaisir à me contredire ou à me diminuer juste comme je vais me coucher. S'il est vrai qu'il faut avoir la décence de ne pas frapper une femme qui tombe, je trouve qu'il est aussi malhonnête pour une femme de profiter que son mari soit en queue de chemise pour amorcer une discussion. Est-ce à cause de la façon dont on découpe les queues de chemise, est-ce le fait que nos chaussettes arrivent à mi-jambe ou est-ce le caleçon boxeur qui rend un homme en queue de chemise aussi vulnérable? Chose certaine, les femmes ont dans leurs dessous plus d'assurance que les hommes et elles en profitent toujours. Je connais assez la mienne pour savoir qu'elle ne lèverait pas les yeux de sa lecture au moment où j'ai les culottes baissées si elle n'était pas sûre de me prendre au dépourvu.

Comme je n'ajoutais rien à ses deux commentaires, force lui fut de continuer:

—Tu ne peux pas savoir ce qu'on vient de découvrir...

Comment aurais-je pu le savoir, j'ignorais même de quoi elle parlait!

—On n'est pas encore certain mais on pense que les femmes peuvent prévenir le cancer!

Elle coiffa la nouvelle d'un grand sourire satisfait. Elle savait bien que je ne pourrais résister à la tentation d'en savoir plus, moi qui vis dans la

hantise de cette terrible maladie.

—Les gens ont tellement peur du cancer, dis-je avec détachement, qu'ils sont prêts à faire confiance à toutes les guérisseuses. Il n'y a pas de maladie qui attire autant de charlatans...

Je l'avais piquée au vif.

—Tu sauras que ce n'est pas une question de charlatanisme. C'est sérieux. Les statistiques le prouvent en tout cas.

—Quelles statistiques?

Elle lit tout haut une partie de l'article qu'elle parcourait déjà quand j'entrai dans la chambre. Selon ce papier, on aurait découvert par l'étude des sectes mormones américaines que les hommes y meurent du cancer en proportion infiniment plus réduite que partout ailleurs. Les Mormons, on le sait, pratiquent la polygamie qu'ils considèrent comme un devoir strict. Ils en ont fait une sorte de dogme religieux, croyant que chaque homme sera d'autant plus heureux et considéré dans l'autre monde qu'il aura eu dans celui-ci plus de femmes et plus d'enfants...

—Puis après? demandai-je en haussant les épaules comme elle attendait ma réaction à sa lecture.

—Fais donc pas l'idiot! Si tu fais les déductions qui s'imposent, c'est clair que nous devons dégager une espèce de fluide qui prévient le cancer chez les hommes.

—Je ne te suis pas.

—Les Mormons ayant droit à plusieurs femmes, disons qu'ils seraient soumis à une plus grande quantité de fluide que les autres hommes.

On a beau être en queue de chemise comme je l'étais, ça n'empêche pas de penser et de penser vite.

—Veux-tu que je te dise ce que j'en tire de cette découverte, hein?

—Si tu crois être plus fin que les chercheurs...

—D'après moi, ça ne prouve absolument pas que les femmes peuvent protéger du cancer, ça signifie seulement qu'un homme qui n'a pas droit comme moi à plus d'une femme finit par succomber à la maladie... tant il mène une vie terne et stressante...

Je tirai sur ma cravate pour en défaire le noeud et elle tira sur la chaînette de la jampe!

# À TABLE

Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec

## QUE CE JEÛNE A BON GOÛT!

Des milliers et des milliers de vendredis, de jours d'abstinence ou de jeûne ont été gâchés parce que certaines générations ont eu le malheur d'oublier que poissons et fruits de mer savent être exquis.

Le malheur a voulu que, parce que le poisson était une obligation, on prenne d'emblée en grippe tout ce qui sortait de l'eau. Pourtant, l'Église n'était pas aussi sévère: elle

autorisait des excès, et même elle les bénissait. Imaginez le plaisir de ces pêcheurs rentrant chez eux, leur barque remplie de moules, de crabes, de pétoncles, de crevettes ou de homards! Imaginez-les, jeûnant dans une humble cuisine, devant une pleine assiettée de ce que l'Église et leur évêque leur recommandaient de manger!

Au XVIII<sup>e</sup> siècle, on défendait la viande, mais on autorisait les bouillons de viande, le beurre et les oeufs. On était même parvenu à faire prendre le castor pour un

poisson, une identification officielle ayant même été produite à cet effet par la très savante faculté de Médecine de Paris et par la non moins savante Académie royale des sciences. Il faut regretter que le jeûne et l'abstinence ne nous aient pas été mieux expliqués, car il est certain que les joies de goûter poissons, mollusques et crustacés ne seraient pas, pour bon nombre d'entre nous, de récentes découvertes.

Le XX<sup>e</sup> siècle vit pourtant s'élargir le cercle des aliments autorisés. Les

escargots, les tortues, les homards, les crevettes, les huîtres, les moules, les crabes, les cuisses de grenouilles, la loutre, le rat musqué et le fameux castor étaient recommandés, ainsi que ces drôles d'animaux aquatiques et à plumes qu'on appelle huards, poules d'eau, sarcelles, canards sauvages... Voilà les poissons et les fruits de mer que l'on aurait dû mieux connaître pour trouver plus de charme aux vendredis et autres jours de jeûne!

**Hélène-Andrée Bizier**  
**Jacques Lacoursière**



## LANGOUSTINES AU BEURRE À L'AIL

Préparation: 20 minutes

Cuisson: 5 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Langoustines	36	36
Huile d'olive	30 ml	2 c. à table
Sel	4 ml	1/4 c. à thé
Beurre	45 ml	3 c. à table
Ail haché	65 ml	1/2 tasse
Persil haché	165 ml	2/3 de tasse
Citrons	2	2
Riz	200 ml	1/2 tasse
Eau	500 ml	2 tasses
Sel	5 ml	1 c. à thé

### MÉTHODE

ENLEVER la carapace des langoustines.

FAIRE CHAUFFER l'huile dans une poêle et y faire revenir les langoustines de 3 à 4 minutes.

SALER.

FAIRE CHAUFFER le beurre, et lorsqu'il mousse, ajouter l'ail. Faire revenir pendant 2 minutes sans coloration.

AU MOMENT de servir, ajouter le persil au beurre. Disposer les langoustines dans un plat de service et les arroser de beurre à l'ail.

GARNIR tout autour de quartiers de citron.

SERVIR avec du riz.

## COQUILLE DE PÉTONCLES

Préparation: 30 minutes

Cuisson: 40 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Pétoncles	600 g	1 lb et 5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	1 pincée	1 pincée
Beurre	45 ml	3 c. à table
Échalotes hachées	30 ml	2 c. à table
Champignons frais émincés	200 ml	¾ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine	45 ml	3 c. à table
Crème 35%	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	½ c. à thé
Chapelure	45 ml	3 c. à table

## MÉTHODE

METTRE les pétoncles et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler. Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes. (On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

Laisser refroidir dans le jus de cuisson.

FAIRE FONDRE le beurre. AJOUTER les échalotes et les champignons, et cuire pendant environ 7 minutes.

SALER et poivrer.

FAIRE un roux avec le beurre et la farine.

Cuire pendant 3 minutes.

AJOUTER la crème et laisser épaissir jusqu'à ébullition.

SALER et poivrer la sauce. Laisser tiédir.

Disposer en alternant les pétoncles et les champignons dans des coquilles, et napper avec la sauce tiède.

SAUPOUDRER de chapelure et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 10 minutes.

## TARTELETTES DE FRUITS DE MER

Préparation: 35 minutes

Cuisson: 25 minutes

6 PORTIONS

INGRÉDIENTS	métrique	impérial
Crevettes de Matane	150 g	5 oz
Pétoncles	250 g	9 oz
Moules (sans coquille)	150 g	5 oz
Palourdes (sans coquille)	150 g	5 oz
Vin blanc sec	125 ml	½ tasse
Sel	3 ml	½ c. à thé
Beurre	30 ml	2 c. à table
Farine tout usage	40 ml	8 c. à thé
Ail haché	1 gousse	1 gousse
Persil haché	20 ml	4 c. à thé
Sel	3 ml	½ c. à thé
Poivre	1 ml	¼ c. à thé
*Pâte Brisée:	500 g	1 lb et 2 oz
Graisse végétale	250 ml	1 tasse
Farine tout usage	400 ml	1½ tasse
Sel	5 ml	1 c. à thé
Eau froide	85 ml	⅓ tasse

## MÉTHODE

METTRE tous les fruits de mer et le vin blanc dans une casserole.

COUVRIR d'eau froide et saler.

Amener à ébullition et cuire pendant 10 minutes.

(On peut remplacer le vin blanc et l'eau par un fumet de poisson.)

FAIRE UN ROUX blanc avec le beurre et la farine.

Ajouter le jus de cuisson des fruits de mer, amener à ébullition et laisser épaissir pendant environ 5 minutes. MÉLANGER l'ail et le persil, puis les ajouter au velouté.

Couper les fruits de mer en petits morceaux et ajouter au velouté.

SALER et poivrer. Rectifier l'assaisonnement.

RECOUVRIR de pâte Brisée 6 moules à tartelette de 10 cm de diamètre (4 po).

Y verser l'appareil aux fruits de mer.

Disposer les petits moules dans une plaque et gratiner au four à 200°C (400°F) pendant 20 minutes.

### \*PÂTE BRISÉE:

INCORPORER la graisse végétale à la farine.

AJOUTER le sel.

AJOUTER l'eau froide d'un seul coup et mélanger délicatement.

Faire une boule et mettre au réfrigérateur pendant 2 heures avant d'utiliser.

## QUOI CONCLURE?



—Ah! bien elle est merveilleuse celle-là...

Ma femme plissa les yeux au-dessus du magazine qu'elle lisait et jeta de mon côté un regard plein de malice. Le bas de

mon pantalon coincé sous le menton, je repliai soigneusement chaque jambe, lissant les plis entre le pouce et l'index, et déposai le pantalon sur le dossier qui me sert de valet de chambre.

—Et toi qui passes ton temps à écrire que nous sommes bonnes à rien!

D'abord, je n'ai jamais rien écrit de semblable même si j'aurais eu mille occasions de le faire. Je ne sais pourquoi, mais depuis un certain temps on dirait que ma femme prend plaisir à me contredire ou à me diminuer juste comme je vais me coucher. S'il est vrai qu'il faut avoir la décence de ne pas frapper une femme qui tombe, je trouve qu'il est aussi malhonnête pour une femme de profiter que son mari soit en queue de chemise pour amorcer une discussion. Est-ce à cause de la façon dont on découpe les queues de chemise, est-ce le fait que nos chaussettes arrivent à mi-jambe ou est-ce le caleçon boxeur qui rend un homme en queue de chemise aussi vulnérable? Chose certaine, les femmes ont dans leurs dessous plus d'assurance que les hommes et elles en profitent toujours. Je connais assez la mienne pour savoir qu'elle ne lèverait pas les yeux de sa lecture au moment où j'ai les culottes baissées si elle n'était pas sûre de me prendre au dépourvu.

Comme je n'ajoutais rien à ses deux commentaires, force lui fut de continuer:

—Tu ne peux pas savoir ce qu'on vient de découvrir...

Comment aurais-je pu le savoir, j'ignorais même de quoi elle parlait!

—On n'est pas encore certain mais on pense que les femmes peuvent prévenir le cancer!

Elle coiffa la nouvelle d'un grand sourire satisfait. Elle savait bien que je ne pourrais résister à la tentation d'en savoir plus, moi qui vis dans la

hantise de cette terrible maladie.

—Les gens ont tellement peur du cancer, dis-je avec détachement, qu'ils sont prêts à faire confiance à toutes les guérisseuses. Il n'y a pas de maladie qui attire autant de charlatans...

Je l'avais piquée au vif.

—Tu sauras que ce n'est pas une question de charlatanisme. C'est sérieux. Les statistiques le prouvent en tout cas.

—Quelles statistiques?

Elle lit tout haut une partie de l'article qu'elle parcourait déjà quand j'entrai dans la chambre. Selon ce papier, on aurait découvert par l'étude des sectes mormonnes américaines que les hommes y meurent du cancer en proportion infiniment plus réduite que partout ailleurs. Les Mormons, on le sait, pratiquent la polygamie qu'ils considèrent comme un devoir strict. Ils en ont fait une sorte de dogme religieux, croyant que chaque homme sera d'autant plus heureux et considéré dans l'autre monde qu'il aura eu dans celui-ci plus de femmes et plus d'enfants...

—Puis après? demandai-je en haussant les épaules comme elle attendait ma réaction à sa lecture.

—Fais donc pas l'idiot! Si tu fais les déductions qui s'imposent, c'est clair que nous devons dégager une espèce de fluide qui prévient le cancer chez les hommes.

—Je ne te suis pas.

—Les Mormons ayant droit à plusieurs femmes, disons qu'ils seraient soumis à une plus grande quantité de fluide que les autres hommes.

On a beau être en queue de chemise comme je l'étais, ça n'empêche pas de penser et de penser vite.

—Veux-tu que je te dise ce que j'en tire de cette découverte, hein?

—Si tu crois être plus fin que les chercheurs...

—D'après moi, ça ne prouve absolument pas que les femmes peuvent protéger du cancer, ça signifie seulement qu'un homme qui n'a pas droit comme moi à plus d'une femme finit par succomber à la maladie... tant il mène une vie terne et stressante...

Je tirai sur ma cravate pour en défaire le noeud et elle tira sur la chaînette de la Jampe!

