

# GOUR METS METS DE FRANCE

EDITION GIRONDE

**DE SAISON**  
Le haricot-maïs,  
grain de tradition

**TENDANCES**  
Glaces et sorbets  
version salée !

**SPIRITUEUX**  
Armagnac,  
l'esprit gascon

*Sélection vins*  
Blancs et rosés de l'été

*La cuisine santé*  
de Michel Guérard

*L'huile d'olive*  
Elixir fruité

**HÉLÈNE  
DARROZE**  
REDACTRICE EN CHEF

**25** *recettes*  
*fraîches et faciles*

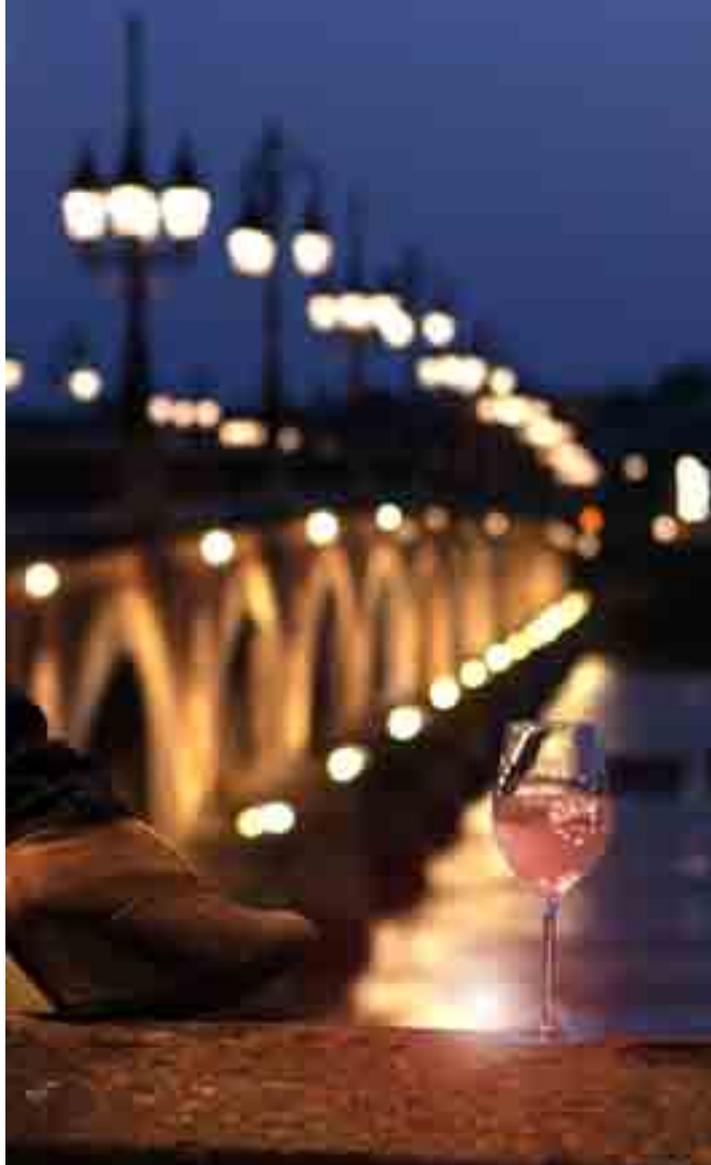


Hélène Darroze

BORDEAUX  
BORDEAUX SUPÉRIEUR

# *Bordeaux Rosé*

## *L'Autre Rosé*



*Night & Day*

*Bordeaux Rosé, L'Autre Rosé*

[planete-bordeaux.fr](http://planete-bordeaux.fr)

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTE - A CONSOMMER AVEC MODERATION



# MEUKOW

## Cognac

Plongez dans un univers **mystérieux** et **fascinant**

Fondée en 1862, la maison Meukow vous accueille en plein centre de Cognac pour une visite initiatique et gustative. Découvrez son histoire et son savoir faire à travers un parcours guidé qui vous offre une scénographie moderne et innovante. Du Paradis au maître de Chai jusqu'au produit final, laissez-vous envahir par l'émotion et la magie. Une dégustation comparée de 3 cognacs vous sera offerte à l'issue de la visite. Prolongez le plaisir en apéritif, en digestif ou associés aux spécialités lors d'un déjeuner au Chai MEUKOW. Le Chef Sabine Lambert vous fera découvrir le cognac sous toutes ses formes (flambée, sauce, marinade...) dans une atmosphère où modernité et tradition se rencontrent.

### Votre journée :

**Durée de la visite :** 45 minutes.

#### Tarifs

« Visite et dégustation de 3 cognacs » :

- > Individuel : **10€**
- > Jeunes de moins de 12 ans : **Gratuit**
- > Jeunes de 12 à 18 ans : **5€**
- > Groupe à partir de 20 personnes : **7€** /personne

#### Horaires d'ouverture

pendant la saison estivale :

Du 1er mai au 30 septembre du lundi au samedi,  
de 10h à 17h (départ de la dernière visite).

#### Déjeuner sur réservation

au Chai Meukow :

Menu à **26€** (entrée-plat-dessert)



[www.visitemeukow.com](http://www.visitemeukow.com)

**Cognac MEUKOW** : 26 rue Pascal Combeau - 16100 COGNAC - Parking au 7 rue François Porché 16100 Cognac  
Tel. : (0)5 45 82 32 10 - Email : [visite.meukow@cdgcognac.com](mailto:visite.meukow@cdgcognac.com)

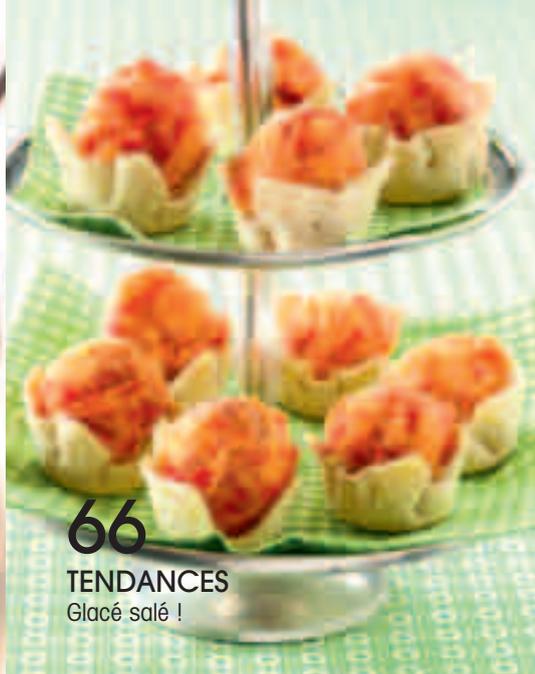
L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. A CONSOMMER AVEC MODÉRATION.



26

PÂTISSERIES

Trois recettes d'été



66

TENDANCES

Glacé salé !



38

ARMAGNAC

L'esprit gascon



20

LE GOÛT DU TERROIR

Le boeuf de Chalosse



08

ENTRETIEN

Dix choses à savoir sur Hélène Darroze

# Sommaire

## SAVEURS

- 06 **L'EDITO**  
d'Hélène Darroze
- 08 **ENTRETIEN**  
Dix choses à savoir sur Hélène Darroze
- 12 **DE SAISON**  
Actus à dévorer  
Les livres du chef
- 13 **PORTRAIT DE CHEF**  
Les sœurs Arangoïts
- 16 **C'EST LE MOMENT**  
Panier de saison
- 18 **LE GOÛT DU TERROIR**  
Le boeuf de Chalosse  
Pierre Oteiza, au pays du porc basque  
Le caillé de brebis  
La pêche
- 26 **PÂTISSERIES**  
L'été sucré
- 30 **GASTRONOMES EN CULOTTE COURTES**  
Nicolas Frion, chef de classe !
- 34 **RECETTES INCONTOURNABLES**  
Signées Hélène Darroze
- 50 **BIO**  
Le haricot-maïs, grain de tradition

## SPIRITUEUX & VINS

- 38 **GRAND ANGLE**  
Armagnac, l'esprit gascon
- 42 **CONFIDENCES DU SOMMELIER**  
La sélection des vins de l'été
- 54 **PORTRAIT**  
Darroze, de père en fils à Langon
- 56 **CUISINE SANTÉ**  
Michel Guérard, sans restriction de saveurs !

HÉLÈNE DARROZE  
REDACTRICE EN CHEF

ESCAPADES  
GOURMANDES

- 60 **LA CÔTE BASQUE**  
d'Hélène Darroze



77

PRATIQUE

Les fiches recette Gourmets

## IDEES NEWS

62

### BEAU ET BON

L'huile d'olive, élixir méconnu

66

### TENDANCES

Glacé salé !

## MATERIEL

70

### ARTS DE LA TABLE

Sélection shopping

72

### AVIS D'EXPERT

Sorbetière ou turbine à glace ?

## PRATIQUE

74

### AGENDA

76

### CARNET D'ADRESSES

77

### FICHES RECETTES

## Hélène Darroze

rédaCTRICE en chef invitée

Sa cuisine est une « cuisine d'émotions qui part du fond du ventre, du cœur ». Une cuisine instinctive, qu'elle dit tenir de sa jeunesse, dans les Landes. Hélène Darroze est une des rares femmes chefs étoilées en France, à la tête de trois établissements à Paris, Londres et plus récemment Moscou. Elle partage dans ce numéro ses recettes, ses adresses et ses coups de cœur, profondément ancrés dans le Sud-Ouest.

# Recettes

### ENTRÉES-PLATS

32 Nuggets de carottes

58 Gazpacho pícario de tomates et fraises

58 Hamburger de veau et crevettes à la vénitienne

66 Glace piquillos et chèvre frais

79 Tomates cœur de bœuf à la niçoise

77 Mini-pâtisseries farcies

### SIGNÉ DARROZE

23 Pêche de vigne à la crème d'amandes et fruits secs, rôtie au four

28 La tourtière landaise

36 Riz noir et crémeux, chipirons à la plancha, émulsion de parmesan Reggiano

35 Langoustine rôtie aux épices Tandoori

69 Crème glacée au foie gras

### DESSERTS

27 Pêche de vigne caramélisée au vin de Jurançon

77 Tarte aux pignons

81 Gâteau au turban d'Aladin

79 Cheese-cake aux pommes et au thé matcha

79 Crème mascarpone à la vanille, biscuit aux amandes

Retrouvez plus de recettes sur  
[www.gourmetsdefrance.fr](http://www.gourmetsdefrance.fr)

Gourmets de France est une publication trimestrielle gratuite, avec 4 numéros par an, éditée par la SAS Comevents, siège social 11 rue Lt Paul Dhalluin 19100 Brive. Dépôt légal à parution. La rédaction décline toute responsabilité pour tous les documents, quel qu'en soit le support, qui lui seraient spontanément confiés. Droits réservés, toute reproduction, même partielle interdite.

Gourmets de France - édition Gironde  
81 Bd Pierre 1<sup>er</sup> 33110 Le Bouscat  
0 556 424 433 - [www.gourmetsdefrance.fr](http://www.gourmetsdefrance.fr)

**Directrice de la publication** : Françoise Malafosse  
**Responsable de rédaction** : Michel Malafosse  
**Conseillers éditoriaux** :  
Juliette Crémoux - Pauline Haussard  
**Responsable artistique** : Pauline Haussard



**Journaliste** : Audrey Marret - 0 556 424 433  
[redaction@gourmetsdefrance.fr](mailto:redaction@gourmetsdefrance.fr)

**Web éditorial et publiportages** : Céline Cordeau - 0 556 424 432  
[webmaster@gourmetsdefrance.fr](mailto:webmaster@gourmetsdefrance.fr)

**Abonnement gratuit** : [abonnement@gourmetsdefrance.fr](mailto:abonnement@gourmetsdefrance.fr)

**Publicité Gironde Ouest** : Brigitte Giraudeau 06 80 17 10 15

**Publicité Gironde Est** : Edouard Chapon 06 17 58 67 68

**Maquette** : Comevents

**Impression** : Campher Artes Graficas

**ISSN** : 2258-8655

**Distribution** : 3JDistribution

### Crédits photos

Une et portraits d'Hélène Darroze : DR, Jacques Baris pour « Personne ne me volera ce que j'ai dansé », éd. Le Cherche Midi. Actus : Philippe Exbrayat, [www.photographe-culinaire-philippe-exbrayat.com](http://www.photographe-culinaire-philippe-exbrayat.com). Portrait de chef : A. Marret. Terroir : association Bœuf de Chalosse. Claude Prigent pour Pierre Oteiza. Pâtisserie : Jérôme Delafosse pour « Personne ne me volera ce que j'ai dansé », éd. Le Cherche Midi. Gastronomes en culottes courtes : Philippe Exbrayat pour Nicolas Frion. Bio : Association des Producteurs de Haricot-Mais du Béarn. Grand angle Armagnac : DR, Francis Darroze. Michel Guérard : DR, Charlotte Lascève pour « Minceur essentielle », éd. Albin Michel. Escapades gourmandes : Mikel Alonso pour Elena Arzak, OT de Hendaye, DR. Tendances : Rina Nurra pour « Douceurs glacées », éd. Seb.



# « *Le Sud-Ouest ? Ce sont mes racines* »

« **J**e suis la quatrième génération d'une famille de cuisiniers et la gastronomie est l'occasion pour moi de tout mettre en œuvre pour donner du plaisir, pour donner du bonheur ! Ma cuisine est vivante et liée aux sentiments.

Le Sud-Ouest ? Ce sont mes racines. Mon nom, ma famille, mon terroir... Je suis faite de traditions, je me nourris de l'éducation que trois générations de cuisiniers m'ont inculquée, je respecte avec beaucoup d'humilité ce que la terre de mes ancêtres m'a légué. Le Sud-Ouest pour moi s'étend des Charentes jusqu'au Pays basque espagnol, en passant par le Périgord et Toulouse et en jouant avec les frontières du Languedoc. C'est dans

cette région que l'art du bien-manger m'a été inculqué, mais aussi celui du bien-recevoir, du bien-partager... L'art du bien-vivre tout simplement.

Alors oui, je suis attachée à mes racines, c'est vrai. Mon héritage, mes traditions sont importantes pour moi, c'est vrai également. Aujourd'hui dans ma cuisine, je revisite certes les valeurs classiques de mon enfance en retravaillant les plats de mon Sud-Ouest natal, mais je cherche avant tout à sublimer les produits avec un seul mot d'ordre : respect. Respect du produit, respect des saisons, respect du savoir-faire de mes fournisseurs. »

*Hélène Darroze*



## **Hélène Darroze en quelques dates**

1995 : Reprend l'auberge familiale à Villeneuve-de-Marsan (40)

1999 : Ouvre son restaurant, à Paris, rue d'Assas

2000 : Première étoile au Guide Michelin

2003 : Seconde étoile, gard e jusqu'en 2010

2008 : Prend la direction du Connaught,   Londres

2011 : Deuxième  toile Michelin pour le Connaught

2012 : Ouverture du Raff House,   Moscou

# *Hélène Darroze, la cuisine du cœur*

Elle revendique une « cuisine d'émotions ». « C'est une cuisine longuement cuisinée, qui part du fond du ventre, du cœur. » Une cuisine très instinctive, réalisée dans le silence et la concentration, qui « vient de mon éducation dans les Landes, de ce goût transmis en même temps que le respect du produit. » Hélène Darroze est une des rares femmes chefs étoilées en

France, qui partage son temps entre ses trois restaurants, à Paris, Londres et plus récemment Moscou. De la reprise de l'auberge familiale à Ville-neuve-de-Marsan jusqu'à ses premières étoiles gagnées à Paris, son parcours est un tourbillon. « Personne ne me volera ce que j'ai dansé », écrit-elle dans son très beau livre paru en 2005 (éd. du Cherche Midi).

# 10 choses à savoir sur Hélène Darroze

*Paris, Londres et Moscou : à 46 ans, Hélène Darroze vient d'ouvrir un troisième restaurant. Et refuse toujours de se faire appeler chef*

**A la tête d'une brigade de quinze personnes à Paris, cinquante à Londres et une vingtaine à Moscou, elle refuse toujours de se faire appeler chef.**

« C'est Hélène pour tout le monde. La hiérarchie en cuisine, c'est tout ce que je déteste. » Pas de « oui chef ! » à tout va criés dans ses cuisines : « Ce n'est pas par le diminutif de chef que l'on se fait respecter, mais par le travail et la communication. »

**C'est Alain Ducasse qui l'a poussée à passer en cuisine.**

Diplômée d'une école supérieure de commerce de Bordeaux, Hélène

Darroze se destinait à la gestion d'hôtellerie quand Alain Ducasse repère son talent lors d'un passage en cuisine dans son restaurant à Monte-Carlo. Le chef triplement étoilé l'incite alors à faire de la grande cuisine. Depuis dit Hélène Darroze, « nous restons toujours en contact et je l'appelle dès que j'ai un conseil à lui demander. »

**Elle n'a jamais connu de machisme dans sa profession.**

« Peut-être est-ce parce que j'ai été élevée dans le milieu, mais je n'ai jamais ressenti de machisme en cuisine, confie-t-elle. Mais d'un autre côté,

« je n'ai jamais eu peur de dire que je suis une femme ». Et de demander de l'aide devant une casserole trop lourde à porter.

**Le problème reste l'égalité entre hommes et femmes dans la vie personnelle et professionnelle.**

« Il y a plein de jeunes filles talentueuses dans mes équipes. Je me disais : la relève est assurée ! Puis elles ont raccroché quand elles ont voulu s'installer dans une relation. Quand j'avais 30 ans, j'étais amoureuse. Et si ça avait été assez fort pour que je m'engage, je ne sais pas si je serais aujourd'hui à ce niveau-là. »

**Chef étoilée et mère célibataire, c'est un combat quotidien ?**

*« C'est pas un choix, c'est la vie qui est comme ça. »*

**Originaire des Landes, elle se ressource au Pays basque.**

*« J'essaie d'y passer au moins huit ou dix jours pas an, pendant les vacances. Mais je ne fais plus les fêtes ! »* Et quand elle reçoit à la maison : *« C'est souvent un plat de partage, une grosse cocotte qu'on pose sur la table. »*

**Elle a créé avec Laeticia Hallyday une association, la Bonne Etoile, qui parraine des enfants vietnamiens malades ou orphelins.**

*« Laeticia est plus qu'une amie, c'est un peu ma petite sœur ».* Toutes les deux ont adopté leurs enfants au Vietnam. Avec Caroline Rostang, à la tête des établissements Rostang, elles ont créé en 2011 l'association caritative Bonne Etoile, qui œuvre pour construire des écoles et réhabiliter des orphelinats au Vietnam.

**A Londres, elle craque pour le tea time, pas pour le thé !**

*« Cette façon de le boire et de l'infuser, c'est tout ce que je déteste ! Mais le tea time, l'heure du thé, est quelque chose que j'ai adoré travailler, et que je travaille toujours au Connaught, à Londres. J'adore ce moment-là de la journée. »*

**Elle ne quitte jamais :**

*« La croix offerte par ma grand-mère et un chapelet de Jérusalem, cadeau de Laeticia Hallyday. Et j'ai aussi un flacon de fleurs de Bach Secours, contre le stress et les coups de fatigue. »*

**Parmi ses prochains projets :**

Pas d'autres ouvertures d'établissement en vue : *« Je travaille en accord avec moi, avec ce que je suis. Il y a des projets que j'ai refusé ».* Mais d'ici l'année prochaine, elle projette un relooking complet du restaurant parisien rue d'Assas, dont la décoration n'avait pas bougé depuis treize ans.



à dévorer !

# Actus



## Gourmets de France en Provence

Ça y est ! Gourmets de France publie le numéro d'une nouvelle édition en Provence. Un numéro pour l'instant annuel, dédié à la cuisine de Nice et de Provence, à trouver dès maintenant dans la région de Saint-Tropez. Avec les chefs de la région, Gourmets de France est parti à la découverte de la truffe du Haut-Var, de l'huile d'olive et de la tradition de la cuisine niçoise. Un numéro à recevoir en Gironde sur demande par courrier (Envoyez une enveloppe A4 timbrée à 3,15 euros avec votre adresse, à Gourmets de France, Centre Ateac, 81 bd Pierre 1er, 33110 Le Bouscat).



### La tomate s'éclate !

C'est le titre de cette photographie de Philippe Exbrayat, vainqueur de la dernière édition du Festival international de la photographie culinaire, à Oloron-Sainte-Marie (64). Du mouvement et de la mise en scène ! Le photographe bordelais, fin gourmet, aime d'abord saisir la transformation des produits, et expose ses prises de vue à Paris, jusqu'au 31 juin, à l'hôtel Lutécia.



### Bonnes feuilles

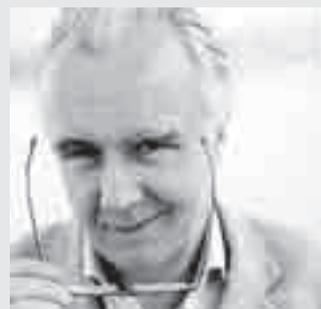
Parmi les nouveaux livres : « Système D » (éd. Flammarion) de Thierry Marx, qui compile des recettes réalisées avec les détenus du centre carcéral de Poissy. Et dans notre région, c'est le chef Vincent Lucas (photo), du restaurant Etincelles, à Sainte-Sabine Born, qui travaille sur « La Cuisine du Périgord, Inspirations d'aujourd'hui », sortie prévue à la rentrée (éd. Sud Ouest).

## Un nouveau label qui fait débat

Le Collège culinaire de France, qui regroupe une quinzaine de chefs sous la houlette d'Alain Ducasse (photo) et Joël Robuchon, a lancé en avril une appellation « Restaurant de qualité », qui veut différencier les « artisans restaurateurs » et leurs menus

« faits maison » des « commerçants restaurateurs » spécialistes du micro-onde. L'initiative a tout-de-suite fait débat : une appellation en plus (il existe déjà le titre de maîtres-restaurateurs, lancé en 2008 par le gouvernement) est-elle la solution face à l'industrie du

prêt-à-manger ? D'autant plus que pour obtenir l'appellation, le restaurateur candidat doit faire l'unanimité au Collège culinaire, payer 1 euro par jour et obtenir au minimum 75 % de satisfaction des clients, qui pourront voter sur internet.





# La bibliothèque

d'Hélène Darroze



« **Personne ne me volera ce que j'ai dansé** »  
Hélène Darroze

éd. du Cherche-midi

« Cet ouvrage représente beaucoup dans ma carrière : c'est un livre très personnel, qui m'a demandé beaucoup de travail. »



« **La Table au pays de Brillat-Savarin** »  
de Lucien Tendret,

éd. Parangon

« Un des livres préférés d'Alain Ducasse. On y parle de la cuisine bourgeoise de 1802 ; tout un art de vivre, de recevoir. On y trouve des recettes fabuleuses qui méritent d'être revisitées comme celle du gratin d'épinard qui demande trois heures de préparation. »



« **Le livre blanc** »  
d'Anne-Sophie Pic

éd. Hachette pratique

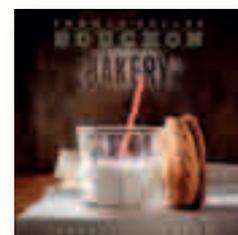
« Un livre avec de superbes photos. On y retrouve une vision de la cuisine très éloignée de la mienne. Y transparait une très grande maîtrise où tout est réfléchi, maîtrisé, rigoureux, alors que je fonctionne plutôt aux sentiments, aux émotions. »



« **La Riviera** »  
d'Alain Ducasse »

éd. Albin Michel

« Pour ses très belles photos et ses recettes méditerranéennes. J'ai beaucoup travaillé sur ce livre et je me suis fortement impliquée dans le projet. Ce livre représente trois années de ma vie professionnelle. »



« **Bouchon Bakery** »  
de Thomas Keller

avec Sébastien Rouxel,  
éd. Artisan

« Et tous les livres de Thomas Keller... J'aime son travail. Ce qu'il fait est très bien représenté dans ses livres. On y découvre une vraie philosophie. »

**GOURMETS**  
DE FRANCE  
EDITION GIRONDE



Retrouvez nos recettes  
en flashant ici

Retrouvez-nous sur

[www.gourmetsdefrance.fr](http://www.gourmetsdefrance.fr)







*Le choix d'Hélène Darroze*

« Ces filles-là font une vraie cuisine de bistrot, une cuisine du marché. »

Quatre

# SŒURS

## *et un bistrot*

*Au Pays basque, les sœurs Arangoits ont quitté Biarritz pour s'installer à Bidart. Une cuisine bistrot traditionnelle autour d'un bel esprit de famille*

**Y**énofa est en cuisine, Delphine, Nanou et Cécile en salle. Mais toutes -elles insistent- sont polyvalentes. Dans leur nouvelle adresse, inaugurée en avril à Bidart, au Pays basque, les quatre sœurs Arangoits font bloc et, sur quatre tons différents, ne parlent que d'une seule voix : Ahizpak n'est pas tout-à-fait comme les autres restaurants, chacune a ici sa place dans cette maison avant tout familiale. C'est là sa force et son charme. L'histoire commence il y a six ans à Biarritz : les sœurs (au début trois) ouvrent en ville un premier bistrot. Le restaurant gagne sa réputation, celle d'une adresse au rapport entre qualité et prix sans faille. Et voilà les sœurs tout juste installées à Bidart, dans un nouvel Ahizpak à la vue largement ouverte sur la mer. Et elles aimeraient bien qu'une bonne fois pour toute soit dépassé le phénomène familial qui cache parfois ce qu'est réellement leur restaurant : un bistrot gourmand à la cuisine française traditionnelle,

rendez-vous simple d'une clientèle d'habituez.

*Exercice de « remise en question »*

Ne cherchez pas les spécialités basques (juste un ragoût de seiches cuisinées à la basquaise sur la carte d'avril) : « le plat qui nous suit reste la crêpe soufflée à l'orange », assure Yénofa. C'est elle qui, au lycée, a été

*« L'une concentrée en cuisine, les autres assurant l'indispensable »*

poussée à s'orienter vers une école hôtelière, « parce qu'il fallait bien faire quelque chose ». Mais elle a eu « la chance », raconte-t-elle, d'être bien formée. « Ce sont les chefs avec qui vous travaillez qui vous font aimer votre métier ». Yénofa poursuit donc dans de grandes maisons : le Ritz et le Violon d'Ingres de Christian Constant, à Paris ; chez Michel Guérard à Eugé-

nie-les-Bains ou encore à l'Hôtel du Palais de Biarritz. Et de la capitale, elle garde le souvenir de ces bistrotis parisiens chez qui elle allait manger, « bons, pas trop chers et très bien fréquentés ». Ce sera donc une cuisine de bistrot qui sera à sa carte, merlu « pané tout simplement », fines lasagnes d'agneau au jus provençal ou pièce de bœuf tranchée avec palet dauphinois. La carte change d'ailleurs dans un perpétuel exercice

de « remise en question » qui révèle toute la difficulté de la bonne cuisine de bistrot : une formule à bon prix, des ingrédients simples, « mais il faut arriver à les revisiter

et cuisiner comme si vous prépariez des plats à 30 euros ! ». La saison à venir fait figure de test pour la nouvelle adresse des quatre sœurs, l'une concentrée en cuisine, les autres assurant l'indispensable. Au fait, Ahizpak, cela veut dire « sœurs » en basque, tout simplement. *♦ A.M.*



# Le panier de saison

d'Hélène Darroze

*Destination le Pays basque et les Pyrénées pour ce panier d'été !*

## 1/ La betterave

### Rouge croquant

Oubliez les betteraves d'hiver, la betterave crue arrive sur les marchés, prête à colorer les salades, râpée ou émincée. Les petites betteraves peuvent être épluchées et cuites au four dans une feuille d'aluminium 45 minutes à 1 heure, comme des pommes de terre. Et si vous les tentiez en chips ?



## 2/ Les fèves

### A croquer

Jeunes et tendres, les fèves se croquent crues au sel jusqu'en juin. Hélène Darroze les cuisine, plus mûres dans la saison, « comme au Pays basque », mijotées cinq à six minutes avec des poivrons, de la ventrèche en lardons et des olives noires, pour accompagner une belle viande rouge.



## 3/ Les amandes fraîches

### Douces et rares

Difficile de les trouver dans le Sud Ouest. Les amandes fraîches sont pourtant à la base du fameux ajo blanco : mixez 600 g d'amandes épluchées avec 100 g de mie de pain trempée dans 10 cl d'eau et égoutté, 2 gousses d'ail, 10 cl d'huile d'olive, 5 cl de vinaigre de Xérès. Filtrez et servez frais comme un gaspacho, avec des ventrèches de thon.



#### 4/ *Le chipiron*

##### Petit calamar

On l'appelle calamar ou calmar, et les plus petits s'achètent sous les noms de chipiron, encornet ou sypion. L'été, la période d'abondance du calamar court d'août à septembre, il faut le choisir brillant et bien ferme avec les tentacules nacrées. Et cuisiner les chipirons tout simplement à la plancha.



4



5

#### 5/ *Le merlu*

##### tend la joue !

Privilégiez toujours le merlu de ligne à celui pêché au chalut, qui à l'air de s'être noyé (chair molle et poisson courbé). Sous sa mâchoire se cache un morceau de choix : les joues du merlu, kokotxas (« menton ») en basque, revenues puis déglacées au vin blanc et au fumet de poisson pour une sauce onctueuse.

#### 6/ *Les cogollos*

##### Cœur vert

Ces cœurs de sucrine, typiques du Pays basque, ne font pas que des salades croquantes : ils peuvent aussi être grillés, saisis à la plancha ou confits au four. Faites-les revenir avant de les enrouler dans une fine tranche de jambon, et laissez fondre 30 minutes à 140°C sous un jus de tomate à l'ail.



7

#### 7/ *La myrtille*

##### Baie bleue

Pratiquement introuvable sur les marchés contrairement aux autres fruits rouges, fraises, framboises ou groseilles ! La myrtille sauvage se fait rare, on trouve plus facilement dans les Pyrénées la myrtille cultivée, à cueillir au peigne directement dans les exploitations, pour les confitures d'été.



6

# *Le caillé* *de brebis,*

moelleux du Pays basque

Par Florence des Grottes - Editrice de livres de cuisine\*

*Délicieux à savourer au printemps, ce caillé né dans les fermes du pays s'est popularisé dans les années 60*

Venir au Pays basque et parcourir les marchés pour acheter des pots de Mamia en terre cuite et retrouver ce goût aigrelet qui a bercé notre jeunesse, ce sont les prémises du bonheur. D'abord le bruit de la cuillère qui racle la terre vernissée, puis la couleur blanche et l'odeur fine, et enfin la texture souple de flan qui fond en bouche. Pour savourer les cuillerées de Mamia, il ne faut surtout pas remuer le pot qui se saupoudre de sucre ou, mieux encore, se couvre légèrement de miel. Dans les fermes du Pays basque et sur les chemins de transhumance, les caillés de brebis étaient fabriqués depuis des temps immémoriaux. On les nommait dans certaines vallées « mamia », ce qui veut dire en basque : moelleux et humide. C'était le petit dessert frais, agréable et facile à faire pour satisfaire les grandes tablées familiales. Aucun conservateur, rien de plus naturel puisque cela ne nécessite que du lait de brebis et de la présure.

## *Un petit goût de fumé*

Le caillé de brebis a été découvert il y a plus de 7000 ans avant JC. Au

fil du temps, les bergers ont progressivement amélioré la technique. Ils se sont aperçus que le lait caillait plus vite lorsqu'on le déposait dans l'estomac d'un animal sevré. Un compartiment de l'estomac qui sécrète du suc gastrique appelé la présure. Si elle est aujourd'hui fabriquée industriellement, elle est toujours composée de panse d'animal broyée.

Longtemps les bergers au Pays basque ont fabriqué le caillé dans les kaikus, ce récipient en bois qui servait à la traite. Autour du feu, on faisait chauffer des pierres que l'on jetait brûlantes dans le lait, ce qui donnait un petit goût de fumé ou grillé, qui a été évidemment perdu pour raisons sanitaires !

Grâce à Bernard Duinat, la Mamia va connaître un véritable succès. Dans les années 60, il a eu l'idée de créer une fabrique artisanale de caillés de brebis. Il les appelle Mamia en souvenir de ce nom si souvent entendu dans les fermes. Il dépose la marque et commence à les vendre dans les restaurants puis auprès des magasins d'alimentation et sur les marchés. La qualité assure une réussite locale et ce caillé de brebis devient à la mode sous le nom de Mamia.

\* Artza éditions, à Saint-Pée sur Nivelle





[www.foiegras-perigord.com](http://www.foiegras-perigord.com)



Exigez la qualité  
et l'origine certifiées Périgord



iPhone est une marque déposée d'Apple Inc.  
Tous droits réservés.

# *Le bœuf* *de Chalosse,* bœuf gras des Landes





La recette express

## FILET DE BŒUF SAUCE TAPENADE

Niveau : ultra-facile  
Préparation : 10 min  
Cuisson : 5 min

**Les ingrédients :** Pour 4 personnes  
**4 filets de bœuf de Chalosse de 160 g environ • 1 cuillère à soupe de tapenade • 20 cl de fond de veau**

**1/** Faites réduire le fond de veau de moitié dans une casserole. **2/** Hors du feu, ajoutez la tapenade et gardez la sauce au chaud sans la faire bouillir. **3/** Passez à la poêle les filets de bœuf avec un peu d'huile. **4/** Servez aussitôt avec la sauce. Accompagnez les filets avec des poivrons doucement confits à la poêle.

## *Sa petite production en fait une viande distribuée localement, et uniquement en boucherie*

**Q**ue l'on ne s'y trompe pas : le bœuf de Chalosse n'est pas une race. L'animal peut être issu d'une lignée de blondes d'Aquitaine, de limousines ou de bazadaises (dans une moindre mesure), il doit uniquement son nom à son terroir et à son mode d'élevage, protégé par un label rouge et une IGP (indication géographique protégée).

Pour le trouver, il faut donc aller en Chalosse, région vallonnée qui couvre le gave de Pau et l'Adour, et s'étend sur une vingtaine de cantons dans le sud des Landes et les Pyrénées-Atlantiques. Et il s'agit bien d'une petite aire de production, quasiment artisanale. L'association Bœuf de Chalosse compte près de 300 éleveurs suivant un strict cahier des charges. Vaches et bœufs passent obligatoirement six mois par an dans

les champs. La moitié de leur alimentation doit venir de l'exploitation : chaque éleveur fait donc son maïs ou ses foin. Il faudra attendre minimum deux ans et demi avant de songer à la boucherie et la bête a droit à six mois d'engraissement, en souvenir d'une époque où l'on faisait défiler les plus beaux bœufs gras les jours de carnaval. La viande s'en trouve persillée, le gras mêlé au muscle : Hélène Darroze en cuit longuement les joues marinées au vin, 8 heures au four à 80°C, avant de les effiloche dans un parmentier de bœuf braisé, coiffé d'une purée de topinambour.

### *Artisans bouchers certifiés*

Inutile de chercher en grande surface : la petite production de la filière ne lui permet pas d'entrer dans le cir-

cuit de la grande distribution et l'association a toujours préféré travailler avec des artisans bouchers certifiés, une soixantaine, qui respecteront minimum dix jours de maturation avant de travailler la viande (la liste est sur le site [www.qualitelandes.com](http://www.qualitelandes.com)). Parmi eux, la maison Aimé, reprise par Catherine à Dax, qui a contribué à la création de l'association dans les années 90. Les Landes gardent ainsi le privilège du bœuf de Chalosse, consommé d'abord dans la région (plus de 80 % de la production). Une vraie filière de proximité, qui ne compte que deux bouchers à Paris, et un seul à Bordeaux !♦ A.M.

# La pêche,

douceur d'été

*Dans la pêche, tout est dans la peau : les vitamines, mais aussi la différence avec le brugnion*

## *Les variétés*

La pêche blanche, fragile, représente la majorité de la production française, devant la pêche jaune, plus résistante mais moins juteuse, et la pêche rouge (dite sanguine ou vineuse). D'autres variétés ont été remises au goût du jour, comme les pêches plates, surtout cultivées dans le Sud et en Espagne.

## *Pêche, nectarine ou brugnion ?*

La pêche, venue de Chine, est bien l'ancêtre de la nectarine et du brugnion, deux variétés à la peau lisse qui ont « muté » au fil du temps. Pourquoi ? Comment ? Mystère... Dans les campagnes du Sud, relate Evelyne Leterme, directrice du Conservatoire végétal régional d'Aquitaine, le mot brugnion, d'origine occitane, désignait d'abord ces pêches à la peau

lisse. Et le brugnion se reconnaît à son noyau adhérent, tandis que la nectarine possède un noyau libre.

## *La pêche de vigne, rouge ou blanche ?*

Elle est charmante, l'histoire qui dit que l'on plantait des pêchers dans les vignobles pour détecter les premiers signes d'une maladie des vignes. Charmante mais pas tout-à-fait exacte. La pêche de vigne n'est pas une variété ; plutôt un type de pêche, à l'origine une pêche blanche. Quand les Romains ont amené les vignes dans toute l'Europe, précise Evelyne Leterme, ils y ont aussi importé des arbres comme les figuiers, plantés, c'était l'usage, dans les vignobles. La pêche s'est donc développée avec les vignes, jusqu'à finir par être appelée pêche de vigne. Mais -mystère génétique,

là encore !- les variétés de pêches blanches peuvent évoluer et devenir rouges (la pêche jaune plus rarement). Et la pêche de vigne rouge a ainsi été commercialisée surtout à partir des années 70 et 80, sous l'impulsion des producteurs de la région lyonnaise, qui ont sélectionné les fruits les plus colorés.

## *Choisir*

Une pêche est bien mûre lorsque sa chair est molle sous la pression du doigt, du côté de la queue. Achetés un peu fermes, les fruits peuvent évoluer deux à trois jours à l'air libre, jamais au réfrigérateur qui casse leurs arômes. Et la plupart des vitamines étant contenues dans la peau, mieux vaut privilégier les fruits bio à croquer non pelés. **◇ A.M.**



La pêche blanche, plus de 50 % de la production française



La pêche jaune, une chair plus ferme



La pêche rouge, dite sanguine ou vineuse

PRÉSENT À VINEXPO  
HALL 3, stand R 354



## PÊCHE DE VIGNE À LA CRÈME D'AMANDE ET FRUITS SECS RÔTIE AU FOUR

**Les ingrédients :** Pour 4 personnes

• 4 pêches de vigne • 20 g de beurre • 400 g de sucre • 50 cl d'eau • 50 cl de champagne

> Pour la farce

• 100 g de beurre pommade (ramolli) • 100 g de sucre en poudre • 100 g de poudre d'amandes • 2 œufs • 30 g de pistaches • 30 g de noisettes • 30 g d'amandes • 30 g de noix • 30 g de pignons de pin

**1/** Mélangez 100 g de beurre pommade, 100 g de sucre semoule et 100 g de poudre d'amande pour obtenir une crème épaisse. **2/** Incorporez les œufs un à un. **3/** Torréfiez les fruits secs au four à 180°C pendant 10 min, concassez-les grossièrement et ajoutez-les au mélange. **4/** Faites un sirop en faisant bouillir 50 cl d'eau avec 400 g de sucre. **5/** Laissez refroidir, divisez en deux parts égales. **6/** Dans la première moitié, ajoutez le champagne, versez dans un bac plat et placez au congélateur. **7/** Dès que le mélange est pris, grattez avec une fourchette pour obtenir un granité. Gardez au congélateur. **8/** Lavez les pêches, ne les pelez pas. **9/** Taillez le dessus pour faire un chapeau, dénoyotez-les délicatement avec une petite cuillère. **10/** Remplissez l'intérieur des pêches avec la crème d'amande et déposez-les dans un plat allant au four avec 20 g de beurre et deux cuillères à soupe de sirop. **11/** Laissez cuire 15 à 20 min à 200°C en arrosant régulièrement avec le sirop. **12/** Une fois les pêches cuites, récupérez le jus du plat de cuisson, déglacez avec un peu de sirop et laissez réduire pour avoir un jus sirupeux. **13/** Servez les pêches tièdes avec le jus bien chaud et le granité de champagne dans des petits verres glacés.



**SMS** le nouveau message  
des Caves Coopératives de Dordogne



**Vins Fins du Périgord**

« Les Séguinots » - Route de Marmande  
24100 Saint Laurent des Vignes

**Tél :** 05 53 63 78 50

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.



*Le choix d'Hélène Darroze*

« Pas uniquement pour la charcuterie : nous y prenons aussi tout le porc frais. »



# Au pays *du porc* basque

*Son nom est devenu la marque du porc basque :  
Pierre Oteiza est le premier à avoir réintroduit la race dans la  
vallée des Aldudes*

Le mot clef, c'est le temps ». Et  
« Pierre Oteiza prend tout son  
temps pour montrer le parcours  
découverte aménagé en face du  
siège de son entreprise. « Siège d'en-  
treprise » est d'ailleurs un mot qui le  
fait rigoler. « C'est la  
ferme de mes pa-  
rents, j'y habite en-  
core avec la famille ».  
Tout de même : une  
soixantaine de sala-  
riés, plus de 8 millions de chiffre  
d'affaires, et à quelques dizaine de  
mètres, un séchoir collectif d'une ca-  
pacité de 45000 pièces, créé en coo-  
pérative avec quatre autres artisans  
du pays « rassemblés autour du jam-

bon ». Et dans toute la France, une  
dizaine de boutiques qui assurent la  
vente directe de ses produits.

Dans cette vallée des Aldudes, petite  
avancée du Pays basque français  
en Espagne, du côté de Saint-Jean-

*« On a tout compliqué,  
alors que les choses les plus simples  
plaisent au gens »*

Pied-de-Port, Pierre Oteiza est l'arti-  
san de la renaissance du fameux  
porc basque, le pie noir ou « euskal  
xerria » dans la langue. Un porc de  
race ibérique dont il ne restait que  
quelques dizaine d'individus quand

Pierre Oteiza, alors boucher à Paris,  
tombe dessus au salon de l'agricul-  
ture. « Je me suis dis qu'il serait bien  
mieux à la maison qu'à Paris ». Dès  
1987, l'ancien boucher s'emploie  
donc à réimplanter l'animal dans  
sa vallée. Et « se fait  
tirer les oreilles » par  
ses banquiers les pre-  
mières années : « on  
avait beaucoup trop  
de stocks ». Mais il

n'en démord pas : le porc basque  
grandit un an minimum en liberté  
dans les pâturages des Pyrénées,  
et son jambon est affiné, selon son  
poids, de 16 à 18 mois à l'air libre.





## A déguster à température

Vendu déjà tranché sous vide, le jambon se garde au frais. Mais il doit être dégusté à température, voir un peu chauffé (en passage express à la poêle), pour révéler tout son goût.

### Un an de liberté

Tout est donc question de temps. Et Pierre Oteiza aime marquer la pause pour faire écouter le silence de la vallée aux visiteurs du parcours découverte, entre les parcs des porcs regroupés par âge. Une fois adulte, les bêtes ont droit à deux kilos de nourriture par jour, et trouvent le reste dans leur pâturage : car l'animal broute « comme une vraie vache ». Ces porcs-là feront des jambons du Kintoa, le nom basque de ce pays Quint datant du Moyen-Age. Un jambon salé au sel de Salies-de-Béarn et au piment d'Espelette, et séché un mois par kilo, soit un an à un an et demi. Construit en 2000 puis agrandi,

le séchoir collectif permet un affinage à l'air libre -il suffit d'en ouvrir les volets aux vents- et des innovations « faites maison » parent à tous rejets en assurant la récupération du sel (réutilisable jusqu'à deux fois) et de la graisse des jambons. On y affine également des jambons des Aldudes et des jambons de Bayonne (sous IGP). L'appellation Kintoa est quant à elle une marque déposée, en attendant l'AOC (l'appellation d'origine contrôlée), qui elle aussi prend tout son temps.

Moins d'une centaine de producteurs élèvent le porc basque, dans cette vallée où la brebis domine encore, et si l'objectif de Pierre Oteiza

est d'arriver à stabiliser le nombre des reproducteurs, l'idée est de rester dans une production artisanale. Cependant, en chef d'entreprise avisé, Pierre Oteiza a étendu sa gamme de produits vendus, conserves et plats cuisinés, à d'autres spécialités du pays (et d'un peu plus loin) : fromages de brebis, liqueurs et vins ou canards des Landes... Une touche du Pays basque et du Sud-Ouest que l'homme au béret exporte jusqu'au Canada et au Japon. « On a tout compliqué, dit-il en soupirant. Alors que finalement, ce sont les choses les plus simples qui plaisent au gens ».

◇ A.M.

# L'été sucré



*Tous les desserts d'Hélène Darroze  
racontent une histoire : son enfance,  
les Landes, ou tout simplement  
le goût frais des crèmes glacées*

## PÊCHES DE VIGNE CARAMÉLISÉE AU VIN DE JURANÇON

Niveau : *moyen* - Réalisation : *la veille*

### Les ingrédients :

Pour 6 personnes

• Un demi pain d'épices

### Pour la glace à la vanille :

• 375 g de lait • 190 g de crème liquide • 2 gousses de vanille bourbon • 100 g de sucre semoule • 90 g de jaunes d'œuf

### Pour les pêches de vigne :

• 6 pêches de vigne • 90 g de sucre semoule • 60 g de beurre • 0,20 cl de vin moelleux de Jurançon • Jus de citron

### Matériel

• Une sorbetière ou turbine à glace

**1/** Emiettez le pain d'épices, faites-le sécher au four à 120°C jusqu'à ce que ce qu'il soit croquant. **2/** Réservez dans une boîte métallique. **3/** Préparez la glace : taillez les gousses de vanille dans le sens de la longueur. Ajoutez-les dans le mélange lait et crème et portez à ébullition. **4/** Retirez du feu, couvrez d'un film alimentaire, laissez infuser 6 heures. Puis portez à ébullition une nouvelle fois. **5/** Mélangez les œufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. **6/** Puis versez le mélange lait/crème sur les œufs, remettez dans une casserole et faites cuire sur feu doux comme une crème anglaise. **7/** Laissez refroidir, passez au chinois, puis versez dans la sorbetière et faites prendre pendant 20 à 30 min. Gardez au congélateur. **8/** Préparez les pêches : coupez-les en deux. Poêlez-les dans un peu de beurre. **9/** Versez le sucre dans la poêle pour caraméliser délicatement. Déglacez avec le vin. **10/** Déposez les pêches sur les assiettes avec un cordon de jus, une quenelle de glace à la vanille et quelques morceaux de pain d'épices.



## LA TOURTIÈRE LANDAISE

Niveau : *moyen*

Réalisation : *la veille*

### Les ingrédients :

Pour 6 personnes

• 1 rouleau de pâte filo • 200 g de beurre • 13 cl d'armagnac • 6 cl de rhum • 6 cl de vanille liquide • 90 g de sucre en poudre • 2 pommes • 160 g de sucre

### Pour les pruneaux :

• 10 cl d'eau • 100 g de sucre • 200 g de pruneaux d'Agen • 10 cl d'armagnac

### Pour la crème glacée :

• 0,5 l de lait • 0,25 l de crème fraîche liquide • 180 g de sucre en poudre • 6 cl d'armagnac

### Matériel

• Une sorbetière ou turbine à glace  
• 6 moules à tartelette

**1/** Préparez la glace la veille : faites un sirop en portant l'eau, le sucre et l'armagnac à ébullition. Laissez-y macérer, pendant 1 heure au moins, les pruneaux d'Agen. **2/** Puis préparez la base de la glace en faisant bouillir le lait, la crème liquide et le sucre. **3/** Laissez refroidir ce mélange et ajoutez l'armagnac. Passez à la sorbetière pendant 20 à 30 min. **4/** Pendant ce temps, taillez des copeaux dans les pruneaux. À la sortie de la sorbetière, mélangez-les délicatement à la crème glacée. Gardez au congélateur. **5/** Le jour même, préparez les tourtières : faites fondre le beurre dans une casserole. **6/** Ajoutez l'armagnac, le rhum et la vanille liquide. **7/** À l'aide d'un pinceau, badigeonnez la pâte à filo de ce mélange. **8/** Taillez cette pâte imbibée en carrés de 12 centimètres de côté. Déposez-les les uns après les autres en quinconce dans 6 petits moules à tartelette, en y intercalant 20 g de sucre et quelques lamelles de pomme. **9/** Faites ainsi 3 étages en utilisant 9 carrés de pâte filo par moule. **10/** Passez au four chauffé à 180 °C, pendant 12 min. **11/** Servez accompagné de crème glacée aux pruneaux et à l'armagnac.



## SORBET AU FROMAGE DE BREBIS ET DE CHÈVRE

Niveau : facile  
Réalisation : 40 min

### Ingrédients :

• 350 g d'eau minérale • 200 g de sucre • 125 g de fromage frais de chèvre • 125 g de caillé de brebis • 25 g de citron

### Matériel

• Une sorbetière ou turbine à glace

**1/** Portez l'eau et le sucre à ébullition. **2/** Mixez alors le fromage de chèvre et le caillé de brebis avec un peu de sirop chaud. **3/** Quand le mélange est homogène, ajoutez le restant de sirop et le jus de citron. **4/** Laissez refroidir puis passez à la sorbetière pendant 20 à 30 min. **5/** Réservez au congélateur et servez avec des fruits rouges.



Douceurs de Louise  
PAR PHILIPPE ANDRIEU

## Des pâtisseries poétiques qui mêlent fruits et fleurs avec gourmandise

**C**hef Pâtissier de la célèbre Maison Ladurée pendant 14 ans, Philippe Andrieu est désormais à la tête de sa propre enseigne en Aquitaine : les pâtisseries « Douceurs de Louise ». Ces boutiques toutes de rose vêtues, élégantes et féminines sont entièrement dédiées aux plaisirs sucrés : pâtisseries, chocolats, biscuits, confitures, guimauves et macarons attendent les gourmands. La particularité du Chef est d'allier fruits et fleurs créant de subtiles associations telles que pétales de rose et framboise, jasmin et mangue, coquelicot et fraise etc. Des créations gourmandes, raffinées et très poétiques.

Cet été, rendez-vous dans l'une des 4 boutiques du Chef, vous aurez l'occasion de découvrir des créations aux saveurs hors du commun...

### Adresses des boutiques Douceurs de Louise :

À Bordeaux, 10 place des Grands Hommes

À Léognan, 17 cours du Maréchal Leclerc

À Arcachon, 21 avenue Gambetta

Pains, Douceurs & Gourmandises - pains et viennoiseries de qualité :

À Cestas, 36 avenue Marc Nouaux et 19 place Chanoine Patry



# Les *carottes* sont cuites !

*Nicolas Frion en fait de drôles et délicieuses recettes pour enfants. Avec le chef du Chapon Fin, tout est permis !*

« Quand j'étais enfant, jamais vous ne m'auriez fait manger des carottes ». Pâtes, patates et jambon : le petit Nicolas était très difficile. La révélation a lieu à l'école hôtelière, lorsqu'il a fallu mettre la main à la pâte. Toucher, sentir, choisir, éplucher, découper... « Pour moi, tout s'est fait à travers les gestes de la cuisine ». Et ces gestes, Nicolas Frion commence par les réaliser en même temps qu'un certain Thierry Marx (tous deux débutent en 1991 au Cheval Blanc, à Nîmes), puis les affine chez Paul Bocuse, au ministère de la défense et chez Gérard Boyer, aux Crayères, la table triplement étoilée

de Reims. Nicolas Frion rejoint Thierry Marx en 1998 dans le Médoc, au château Cordeillan-Bages, et c'est en 2003 que le chef relève le challenge du Chapon Fin, à Bordeaux. Comment en effet reprendre les cuisines de l'adresse historique au surprenant décor de rocaille, qui a vu passer en salle Toulouse-Lautrec, Sacha Guitry ou encore Sarah Bernhardt ? Avec une cuisine d'alliances subtiles et originales, profondément enracinée dans le Sud Ouest mais sans cesse remise au goût du jour. Des bases de la cuisine traditionnelle au terroir retravaillé, Nicolas Frion apporte son étoile à l'établissement

bordelais en quête d'ouverture (formule à moins de 30 euros à midi et menu sur tablette tactile !). Le chef n'a pas oublié ses premiers gestes, qu'il partage lors des cours de l'école de cuisine du Chapon Fin. Et le voilà de retour dans deux classes de CP de l'école primaire Pierre Castaing, à Pessac, où depuis plusieurs années il participe à sa façon à un programme d'éveil mené par les maîtresses de sa fille. La touche du chef ? Intervenir en tant que papa concerné : « Comme on fait ses premiers pas, il y a les premiers gestes en cuisine, tout aussi importants ». ♦

## BATEAU-TARTINE AUX OLIVES NOIRES, FROMAGE FRAIS ET CAROTTES RÂPÉE

**Les ingrédients :** Pour 6 à 8 tartines  
**Pain frais aux olives acheté chez le boulanger • Fromage frais aux herbes (style Saint-Môret) • Quelques herbes fraîches : ciboulette ou persil • 6 à 8 bâtonnets de surimi • Deux ou trois carottes jaunes**

**1/** Coupez le pain aux olives en grandes tranches. **2/** Toastez les tranches de pain au grille-pain. Laissez-les refroidir. **3/** Tartinez les tranches de fromage frais aux herbes. **4/** Parsemez dessus ensuite des herbes fraîches finement coupées. **5/** Coupez en petits morceaux les bâtonnets de surimi. **6/** Epluchez les carottes jaunes, lavez-les et râpez-les. **7/** Disposez quelques carottes râpées sur la tartine. **8/** Dégustez avec les doigts !

**L'astuce de Nicolas Frion :** Tu peux rajouter pleins de petits légumes sur ces tartines !

## NUGGETS DE CAROTTES

### Les ingrédients :

Pour environ 100 nuggets

- 1 kg de carottes
- Bouillon de volaille (en cube)
- 100 g de beurre
- Curry en poudre
- Sel, poivre
- Farine
- Jaunes d'œufs battus (au moins 3)
- Chapelure
- Huile pour friture

### Matériel :

- Plaque et papier sulfurisé
- Poche à douille

**1/** Epluchez et lavez les carottes.  
**2/** Faites-les cuire dans de l'eau avec un cube de bouillon de volaille (1 cube par demi-litre d'eau). **3/** Ajoutez 3 pincées de curry. **4/** Une fois cuites, égouttez les carottes, mixez-les en purée. **5/** Ajoutez le beurre. Salez et poivrez. **6/** Sur une plaque recouverte de papier sulfurisé, étalez, à l'aide d'une poche à douille, la purée de carottes en forme de cylindre de 5 cm de longueur. Placez le tout au congélateur. **7/** Pour paner les bâtonnets, préparez trois assiettes : une assiette de la farine, une assiette de jaunes d'œufs battus, une assiette de chapelure. **8/** Passez les bâtonnets dans la farine, puis dans l'œuf battu et enfin dans la chapelure. Répétez deux fois l'opération. Et remettez les nuggets au congélateur. **9/** Sortez les nuggets du congélateur. Faites-les cuire congelés dans l'huile bien chaude pour les dorer et égouttez-les sur du papier absorbant.

**L'astuce de Nicolas Frion :** Sert tes nuggets dans des cornets en papier comme à la fête foraine.





## SOUPE DE CAROTTES À L'ORANGE DANS DES OEUFS TOQUÉS !

### Les ingrédients :

Pour 4 personnes

- 500 g de carottes
- 1 noix de beurre
- 6 oranges à jus
- 25 cl d'eau
- Pour la décoration :
- 4 asperges vertes (une par personne)
- 4 œufs vidés

**1/** Pressez les oranges pour en extraire le jus dans un bol. **2/** Epluchez les carottes, et lavez-les. **3/** Coupez à l'aide d'un couteau les carottes en rondelles. **4/** Dans une casserole, faites chauffer un morceau de beurre. **5/** Faites revenir les carottes sans coloration pendant 3-4 minutes. Salez. Poivrez. **6/** Ajoutez le jus d'orange (recouvrez les carottes) et versez un peu d'eau. **7/** Laissez mijoter pendant environ 30 min : il faut que les carottes soient bien cuites. **8/** Mixez le tout afin d'obtenir une soupe. **9/** Faites cuire les asperges vertes à l'eau salée et servez avec la soupe.

**L'astuce de Nicolas Frion :** Présente la soupe dans des œufs « toqués » : des œufs vidés et placés dans des coquetiers, avec une asperge comme mouillette.



*A la table*  
**d'Hélène**

*Enfin le temps des dîners au jardin ! Deux recettes épatantes  
à la plancha, signées Hélène Darroze*



## LANGOUSTINE RÔTIE AUX ÉPICES TANDOORI

### Les ingrédients :

Pour 4 personnes

### Pour le jus :

- 1 cébette • 1 échalote • 1,5 cl de vinaigre de cidre • 1 trait de jus de citron • 1 g de poivres rares • 70 cl de jus poulet • 10 g de beurre noisette
- 1 branche de coriandre

### Pour les langoustines :

- 4 langoustines • 5 g d'épices Tandoori • 5 g de farine de riz • Sel, piment d'Espelette • 20 g de graisse de canard

### Pour la purée de carottes :

- 250 g de carottes • 50 g de beurre doux • Sel, piment d'Espelette • Zestes d'une orange et d'un citron

**1/** Commencez par la purée de carottes : faites cuire les carottes à la vapeur, puis mixez-les, roulez-les dans un torchon et laissez égoutter une nuit. **2/** Au moment de servir, montez la purée de carottes avec le beurre et ajoutez les zestes d'une orange et d'un citron. Rectifiez l'assaisonnement en sel et piment d'Espelette.

**3/** Pour le jus : dans un petit sautoir, versez l'échalote ciselée, le poivre et le vinaigre. Laissez réduire à sec.

**4/** Mouillez avec le jus de poulet et le trait de jus de citron. Laissez réduire quelques instants. **5/** Au moment de servir, ajoutez le beurre noisette, la coriandre et la cébette ciselées.

**6/** Pour les langoustines : décortiquez-les en découpant les membranes du ventre, de manière à laisser la carapace et le dernier anneau.

**7/** Assaisonnez les langoustines de sel et piment d'Espelette, puis roulez-les dans le mélange farine de riz et épices Tandoori. **8/** Poêlez les langoustines à la graisse de canard.

**9/** Déposez une quenelle de purée de carottes au milieu de l'assiette, posez la langoustine, et versez un cordon de vinaigrette de cébette.



## RIZ NOIR ET CRÉMEUX, CHIPIRONS À LA PLANCHA, ÉMULSION DE PARMESAN REGGIANO

### Les ingrédients :

Pour 6 personnes

#### Pour le riz :

• 1 échalote • 180 g de riz • 2 dl de vin blanc sec • 20 g de graisse de canard • 0,5 l de bouillon de volaille • 5 g d'encre de seiche • 1 dl de crème montée

#### Pour l'émulsion de parmesan :

• 0,25 l de fumet de poisson • 0,25 l de crème fraîche liquide • 200 g de parmesan reggiano râpé • 5 cl de crème montée • 30 g de beurre

#### Pour les chipirons :

• 720 g de chipirons (poids net) • 70 g de graisse de canard • 2 branches de persil • Sel, piment d'Espelette • 60 g de chorizo • 12 pétales de tomate confite • 25 cl de fond blanc • 15 g de beurre • 5 ml d'huile d'olive

**1/** Ciselez l'échalote et faites-la fondre sans coloration dans un sautoir avec un peu de graisse de canard. **2/** Jetez-y le riz, laissez-le nacrer, puis versez le bouillon de volaille à hauteur. Une fois qu'il est absorbé, ajoutez régulièrement du bouillon jusqu'à ce que le riz soit cuit (20 minutes environ). **3/** Assaisonnez de sel, de poivre et de piment d'Espelette, ajoutez l'encre de seiche, puis la crème montée. **4/** Préparez l'émulsion de parmesan : versez le fumet de poisson, la crème fleurette et le parmesan dans une casserole puis portez à ébullition. **5/** Laissez infuser pendant quelques heures avant de filtrer la sauce. **6/** Assaisonnez les chipirons. Saisissez-les à la graisse de canard dans une grande poêle ou à la plancha. **7/** Ajoutez le chorizo taillé en dés, puis les tomates confites taillées de la même manière. Ajoutez enfin le persil. **8/** Débarrassez, puis déglacez la poêle avec le jus de citron et le fond blanc. Laissez réduire, puis montez au beurre et à l'huile d'olive. **9/** Servez les chipirons sur le riz, avec l'émulsion de parmesan.

# FRANCE BOISSONS



*servir, animer, réussir*

## Un vin AOP Bordeaux Rosé, en exclusivité pour France Boissons

« **M**ade in Bordeaux », c'est un vin rosé élégant, exclusivement produit par un vigneron indépendant pour France Boissons, en édition limitée.

Accompagnez vos repas d'été de « Made in Bordeaux » (25% cabernet sauvignon, 55% merlot noir), une cuvée à la robe rose orangée assez soutenue, au nez de fruits rouges, d'une très belle forme en bouche sur des nuances d'agrumes, toute en finesse. Ni trop léger, ni trop vineux, « Made in Bordeaux » réveillera en douceur poissons et crustacés et s'adaptera à tous les instants conviviaux de l'été.

France Boissons démontre encore une fois sa force de proposition et son ingéniosité dans le monde du vin, au travers de la création de cette marque.

France Boissons est l'interlocuteur privilégié des brasseries, hôtels et restaurants. Distributeur de marques nationales et internationales de boissons, France Boissons offre



une gamme de vins sélectionnée pour un rapport prix, plaisir et provenance optimal. Ce sont des produits exclusifs issus de vins de vigneron indépendants ou de marques de maisons à forte notoriété, plébiscitées par professionnels et consommateurs, contrôlés par des œnologues. En 2012, France Boissons Bordeaux a investi un nouveau dépôt sur Beychac-et-Caillau, parfaitement adapté au stockage des vins et doté d'un show-room pour leur dégustation.

France Boissons est partenaire de l'événement Bordeaux Fête le Fleuve, du 24 mai au 2 juin 2013 avec le départ de la Solitaire du Figaro Eric Bompard Cachemire. Retrouvez le vin « Made in Bordeaux » chez les clients partenaires de France Boissons lors de ces manifestations : aux Epicuriales, le rendez-vous des cuisines nomades, allées de Tourny, du 13 au 20 juin, et à Vinexpo 2013, le salon international du vin et du spiritueux qui se tient au parc des expositions de Bordeaux, du 16 au 20 juin.

**France Boissons Sud Ouest**  
22, PEP du Bos Plan CS 20101  
33750 Beychac et Caillau  
Tél : 05.57.77.54.50  
[www.france-boissons.fr](http://www.france-boissons.fr)



*Le choix d'Hélène Darroze*

« De nouveaux accords avec l'armagnac ? Sincèrement non. Ça n'a pas de sens. Il faut déguster les eaux-de-vie exceptionnelles telles quelles, puis en parler. »

# Armagnac,

l'esprit gascon



Marc Darroze



## *Dans le Bas-Armagnac, la maison Darroze s'est fait une spécialité des eaux-de-vie millésimées, qui préservent la typicité des domaines et des années*

La force de l'armagnac est dans son humilité, dans ces petits domaines, souvent familiaux, qui travaillent un vignoble réparti sur trois départements, le Gers, les Landes et le Lot-et-Garonne. Des fermes où l'on « fait » parfois des céréales et de l'élevage, en plus de la vigne. Dès les vendanges et jusqu'au printemps, les « chaudières » y distillent le vin blanc de l'année en eau-de-vie blanche. Le pays d'Armagnac s'embrace alors à cette flamme, les chais ouvrent leurs portes et c'est le temps des soirs de fête. Ici, pas de groupe coté en bourse comme en terre de cognac, où la production reste dominée par une poignée de grandes marques. L'armagnac, plus vieille eau-de-vie de France (elle a fêté ses 700 ans en

2010), est produit par quelques 900 domaines, qui lui consacrent moins de 3000 hectares de vignes sur une surface de vignoble qui en couvre 15000. Plus de 5 millions de bouteilles sont produites par an, très loin des exportations de cognac équivalentes à près de 168 millions de bouteilles. L'armagnac est une eau-de-vie d'artisan, une eau-de-vie d'auteur, revendique Marc Darroze, à la tête de la maison de négoce familiale, fondée par son père Francis Darroze. « Et cela nous convient assez bien. Je dirais, assez prétentieusement peut-être, que nous sommes des artisans d'excellence. On nous livre une eau-de-vie blanche, brute ; nous allons la façonner comme un ébéniste façonne un meuble. »

### *Reflét d'un terroir*

L'histoire des armagnacs Darroze commence en plein cœur du Bas-Armagnac, dans les Landes, au restaurant familial de Villeneuve-de-Marsan. Dans les années 60, Francis Darroze, le père de Marc et d'Hélène, s'occupe de la carte des vins et de la salle. « En allant dans les fermes avec mon grand-père, mon père goûtait à des trésors vieillissant doucement. Il achetait alors douze bouteilles par-ci et par-là, pour les servir au verre au restaurant ». Francis Darroze finira par acheter des pièces (des barriques de 400 litres) pour assurer lui-même la mise en bouteille. « Mais jamais, reprend Marc, il n'aurait eu l'idée



de mélanger une barrique avec une autre ou un millésime avec un autre ».

La patte de la maison Darroze est là : dans une sélection d'eaux-de-vie millésimées, produites par une trentaine de domaines, qui gardent la typicité et l'originalité d'un terroir et d'une année. Pas de mélange, pas d'assemblage dans cette collection. Pas non plus d'ajout d'eau ou de sucre pour rééquilibrer l'alcool et la couleur, même si la législation le permet. Chaque armagnac est mis en bouteille « sans artifice », sous une étiquette qui précise le nom du domaine, l'année de distillation et l'année de mise en bouteille, fruit préservé d'un terroir et d'un patient élevage en fût de chêne.

### *Respiration à travers le bois*

Car juste après les vendanges, un bouilleur de cru ambulante assure la distillation des vins blancs dans les propriétés. Il faudra ensuite décider de la durée du vieillissement, du choix des barriques, des aérations... Sur les premières années, les eaux-de-vie gardées en fûts neufs prennent un maximum de couleur et de tanins. « Une barrique neuve, dit sérieusement Marc Darroze, c'est un peu comme un pull rouge qui déteint beaucoup au début. » Dans les fûts plus âgés (au-delà de dix ans) est recherché le côté « oxydatif », « en quelque sorte la respiration à travers le bois poreux », qui mènera l'armagnac jusqu'à maturité.

Et comment déguster ces eaux-de-vie, dont les plus vieilles atteignent 70 ans ? « A n'importe quel moment de la journée, à part à table ! Sauf, peut-être, sur des fromages très forts, maroilles ou époisses. » L'armagnac s'accorde également très bien avec le chocolat et les fruits cuits. Les pays anglo-saxons, passés maîtres en matière de mixologie, en font des cocktails. A côté des armagnacs millésimés, la maison Darroze a créé il

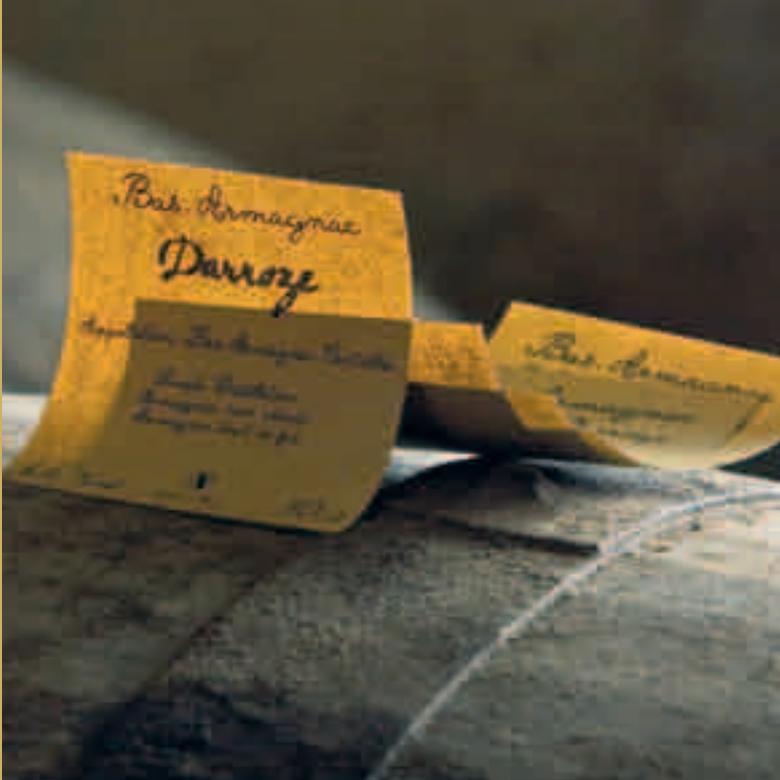
à quelques années une gamme d'assemblages, des eaux-de-vie moins typiques mais plus accessibles, notamment pour les marchés étrangers. Les plus jeunes (8 ans d'âge) se prêteront peut-être aux mélanges anglais, « mais ça n'est pas notre tasse de thé », avoue Marc Darroze. « Un dimanche après-midi, prenez un bon livre et tout votre temps pour laissez évoluer votre armagnac, verre en main. Notre idée n'est pas de faire une eau-de-vie qui plaise à tout le monde, mais que chacun puisse se retrouver dans un armagnac qui lui plaise. » ♦ A.M.

### Trois terroirs et onze cépages

Le vignoble d'Armagnac s'étend sur trois départements, le Gers principalement, les Landes et le Lot-et-Garonne. On y distingue trois terroirs en fonction des sols : le Bas-Armagnac (plus de 60 % des armagnacs distillés), l'Armagnac-Ténarèze et le Haut-Armagnac, au sud.

Onze cépages sont autorisés à la distillation : les plus utilisés restent dans l'ordre l'ugni blanc, au caractère sec et élégant, le colombard, le baco 22A, qui donne des eaux-de-vie riches et grasses, à faire vieillir 15 ou 20 ans, et la folle blanche (ou piquepout).





# Faites entrer vos cinq sens

au cœur du vignoble saintongeais !



ENTRÉE GRATUITE

## La Maison de la Vigne et des Saveurs

**T**erre de saveurs, la Haute-Saintonge est riche de produits typiques parfois méconnus et aux arômes envoûtants que vous propose de découvrir la Maison de la Vigne et des Saveurs.

Au travers d'une scénographie interactive, la Maison de la Vigne et des Saveurs vous invite à comprendre l'origine de produits prestigieux comme le cognac et le pineau, l'essor du vignoble, le travail quotidien des viticulteurs de la région, ainsi que le monde artisanal et industriel qui se développe autour des vignes. De nombreuses animations viendront rythmer votre visite : ateliers de dégustations, cours de cuisine, espace produits du terroir, boutique.

Située au cœur de la Petite Champagne, un des six crus de l'appellation contrôlée des eaux-de-vie charentaises, la Maison de la Vigne et des Saveurs est un lieu d'accueil pour les professionnels et les amateurs de la gastronomie.



## Maison de la Vigne et des Saveurs

*Archiac*

MAISON DE LA VIGNE ET DES SAVEURS

La Pierre brune - 17520 Archiac

Tel : 05 46 49 57 11

mvs@haute-saintonge.net

Retrouvez le programme des animations et les horaires d'ouverture sur : [www.maisondelavigneetdessaveurs.com](http://www.maisondelavigneetdessaveurs.com)

### L'âge de l'armagnac

C'est la date de mise en bouteille qui donne l'âge d'un armagnac. Une fois en flacon, l'eau-de-vie cesse de vieillir. Un armagnac distillé en 1950 et mis en bouteille en 1990, et un armagnac distillé en 1970 et mis en bouteille en 2010 ont tous deux le même âge : 40 ans. Comme la maison Francis Darroze, les négociants peuvent ainsi proposer deux gammes d'armagnacs : des millésimés (une seule eau-de-vie distillée et mise en bouteille) et des assemblages (composés de plusieurs eaux-de-vie d'âge différent). C'est alors l'âge de l'eau-de-vie la plus jeune qui donne l'âge de l'assemblage.

# Les vins

## aux couleurs de l'été



Sol Ethier et Antoine Pujol-Dorey

### LE TERROIR, TOUT NATURELLEMENT

*Loin d'être un argument marketing, la production de vins bios ou en biodynamie engage une autre vision du terroir : la sélection des cavistes Antoine Pujol-Dorey, chroniqueur de « la bouteille du dimanche » sur France Bleu Gironde, et de Sol Ethier*



**Pink 2012**  
**Nicole Tapon**  
**AOP Bordeaux Clairet**  
Merlot, cabernet franc

Ce rosé à la mode d'autrefois a de la tenue, un joli fruit, une matière dense et fruitée rappelant ses cousins du Beaujolais ; il se montrera impeccable sur des langoustines juste poêlées et relevées d'épices, en apéritif ou avec un pain de lotte à la tomate. A servir autour de 12°C.

9,20 € prix distributeur  
[tapon.over-blog.com](http://tapon.over-blog.com)



**Les Fleurs Sauvages 2012**  
**Mas Gabriel**  
**Vin de pays de l'Hérault**  
Carignan, cinsault

Un rosé de presse, robe pâle, arômes de petits fruits rouges (fraises des bois, framboises), original et gastronomique pour les plats d'été. En bouche, toujours sur les notes de fruits rouges, il est ample avec une minéralité rafraîchissante. Servir autour de 8°C.

9,50 € prix distributeur  
[www.mas-gabriel.co.uk](http://www.mas-gabriel.co.uk)



**Les Collines 2012**  
**Domaine Ollier Taillefer**  
**AOP Faugères**  
Cinsault, syrah, grenache et mourvèdre

Lorsque le domaine a été créé en 1977, l'appellation Faugères n'existait pas encore. Elle est aujourd'hui reconnue pour sa qualité, et notamment ce rosé de terroir fruité et légèrement épicé. A déguster tout simplement à l'apéritif avec quelques tapas, et sur les repas d'été en accompagnement de grillades, charcuteries de pays, gaspacho de tomates. Servir entre 9 et 11°C.

8,50 € prix distributeur  
[www.olliertaillefer.com](http://www.olliertaillefer.com)



**Floyd 2012**  
**Château Beynat**  
**AOP Bordeaux rosé**  
Malbec

Produit à deux pas de Saint-Emilion, ce rosé cache sous une robe très claire un fort caractère. Des parfums de fruits bien mûrs, des notes florales, pamplemousse, bouche charnue et franche, avec une belle texture complexe et de la vivacité. Equilibré et agréable. A marier sur une salade de crevettes et de fèves fraîches, un bar grillé ou un tajine au poulet et citron confit. Servir entre 7 et 9°C.

6 € prix distributeur  
[www.chateaubeynat.com](http://www.chateaubeynat.com)



Max Bordeaux /  
Wine Gallery & Cellar

## LES GRANDS VINS DE BORDEAUX AU VERRE !



**Blanc de Poï 2011**  
**Vignoble Réveille**  
**Vin de pays des Côtes Catalanes**  
Carignan blanc, macabeu

France Crispeels a signé son premier millésime en 2006. Les vignes se situent à 550 m d'altitude, d'où une belle fraîcheur pour ce vin blanc du Roussillon. Une palette aromatique riche sur des notes d'agrumes, d'aubépine ou encore d'acacia. Il est recommandé de l'ouvrir 1 heure à l'avance. Servir autour de 11°C, avec des langoustines à la plancha ou un filet d'espadon mariné au poivre.

12,50 € prix distributeur  
[www.vignoble-reveille.fr](http://www.vignoble-reveille.fr)



**Château Couronneau 2012**  
**Bordeaux blanc**  
**AOP Bordeaux**  
Sauvignon gris, sauvignon blanc

La propriété de Couronneau domine à l'ouest le Bergeracois et au sud-est le vignoble des Côtes de Duras. Un vin blanc atypique pour l'appellation où le sauvignon blanc est ici assemblé au sauvignon gris qui apporte structure et concentration. Une complexité sur l'amande, l'orange confite, le fruit de la passion permet un accord avec une assiette nordique et bien sûr à l'apéritif.

7,50 € prix distributeur  
[www.chateau-couronneau.fr](http://www.chateau-couronneau.fr)



**Pérette et les Noisetiers 2009**  
**Domaine Mouthes Le Bihan**  
**AOC Côtes de Duras**  
Semillon, sauvignon blanc, muscadelle

C'est notamment avec cette cuvée que Cathy et Jean-Mary Le Bihan ont placé leurs vins sur les plus grandes tables de France. Un grand vin taillé pour la garde, qui développe dans sa jeunesse une bouche où se marient les agrumes, les fruits jaunes et des notes beurrées et vanillées apportées par l'élevage en fûts. Parfait servi entre 12 et 14°C sur un risotto aux crevettes.

29 € prix distributeur  
[www.mouthes-le-bihan.com](http://www.mouthes-le-bihan.com)



**La Part Davant 2011**  
**Camin Larredya**  
**AOC Jurançon sec**  
Gros manseng, petit manseng, courbu

Ce domaine perpétue la tradition des jurançons nets et fruités. On y retrouve la grande fraîcheur et l'aspect aromatique du manseng. Au nez comme en bouche, on retrouve des notes de fleurs blanches puis un léger aspect de miel et de boisé. A boire sur un carpaccio de thon, des chipirons, ou encore un fromage tel qu'un banon ou un chèvre sec.

14,90 € prix distributeur  
[www.caminlarredya.fr](http://www.caminlarredya.fr)



## 14 COURS DE L'INTENDANCE / BORDEAUX Lundi - Samedi / 11h-20h

**48 Références à déguster & emporter :**  
**Latour - Yquem - Angélus - Margaux - Haut-Brion...**  
**Et aussi La Fleur de Boüard - De Ferrand - Le Sartre...**

**Programme des Ateliers Dégustation :**  
**[www.maxbordeaux.com](http://www.maxbordeaux.com)**  
**Tel: 05 57 29 23 81**  
**Suivez Max Bordeaux sur Facebook !**

Max Bordeaux / Wine Gallery & Cellar  
14 cours de l'Intendance - 33000 Bordeaux - Tel: 05.57.29.23.81





Jean-Christophe Ollivier

## PALETTE DE ROSÉS

*Quatre vins sélectionnés par Jean-Christophe Ollivier, maître sommelier de l'Union de la sommellerie de France (UDSF) et propriétaire du Pont Bernet. A vos barbecues !*



**Cuvée « Roumery » 2012**  
**Château des Ferrages**  
**AOC Côtes de Provence**  
Cinsault, grenache, syrah

Ce vin du vignoble José Garcia est composé de cinsault, de grenache et de syrah : d'une couleur pétale de rose, son nez est frais et fruité. C'est le vin idéal pour accompagner votre apéritif. Vous finirez la bouteille sans même vous en apercevoir !

6,80 € au domaine

[www.chateaudesferrages.com](http://www.chateaudesferrages.com)



**Le Rosé de Desmirail 2011**  
**Château Desmirail**  
**AOC rosé de Bordeaux**  
Cabernet-sauvignon, merlot

Propriété de Denis Lurton, ce Rosé de Desmirail est un rosé de saignée. Celui-ci est frais et fruité. Excellent pour accompagner vos plats estivaux tels qu'une belle salade avec des blancs de poulets fumés.

5 € prix distributeur

[www.desmirail.com](http://www.desmirail.com)



**Les Galets rosés 2012**  
**Château Mourgues du Grés**  
**AOC Costières de Nîmes**  
Syrah, grenache

Syrah et grenache avec une touche de mourvèdre. Ce vin d'Anne et François Collard est un vin d'une belle couleur grenadine à l'attaque vive, minérale et fruitée. Le côté fraise poivrée me surprend toujours. Beaucoup d'ampleur et de profondeur. Grande persistance aromatique. J'apprécie ce vin avec des filets de rougets, des petits calamars poêlés à la tomate, ou même des fraises au sucre.

6,50 € prix distributeur

[www.mourguesdugres.com](http://www.mourguesdugres.com)



**Cuvée Symphonie 2012**  
**Château Sainte Marguerite**  
**Cru classé Côtes de Provence**  
Grenache, cinsault, rolle

Le vignoble de la famille Fayard se situe face à la mer sur le terroir de la Londe-Les-Maures, entre Toulon et Saint-Tropez. C'est pour moi l'un des meilleurs rosés de France. On est ici sur un vin puissant et long en bouche avec un côté pêche et abricot et des notes d'agrumes. On reste ensuite sur une belle fraîcheur minérale. Ce vin accompagnera tout votre repas estival : poissons grillés, viandes blanches, desserts aux fruits....

15,50 € prix distributeur

[www.chateausaintemarguerite.com](http://www.chateausaintemarguerite.com)

# Château La Fleur Morange

Petit château devenu grand



Du 16 au 20 juin 2013, retrouvez le Château La Fleur Morange à VINEXPO 2013, Hall 2 - stand Q24.

Né il y a plus de 13 ans dans un garage à Saint-Pey-d'Armens, le Château de La Fleur Morange connaît une histoire peu commune et pleine d'audace, récemment récompensée. Pour Véronique et Jean-François Julien tout a commencé en 1999 avec 0,14 hectares de vignes centenaires, sans matériel viticole, les raisins ont été égrainés à la main, et sans chai, la vinification s'est faite dans le garage de la maison. Convaincus de la qualité unique du terroir de Saint-Pey-d'Armens, M. et Mme Julien ont voulu montrer qu'il était possible d'y produire

un vin haut de gamme. En effet, le lieu-dit la Clotte regroupe à lui seul tous les types de sols de l'appellation Saint-Émilion sur 4 ha (sable, argile, calcaire, crasse de fer). Un chai ultramoderne est installé et le fruit de leurs efforts ne tarde pas à être reconnu. La cuvée 2000 du Château de La Fleur Morange est dégustée par Robert Parker, qui lui attribue un 92. Le succès grandissant, au côté de La Fleur Morange, M. et Mme Julien créent en 2004 la cuvée Mathilde (du prénom de leur fille), un vin pensé pour ceux qui apprécient le vin en primeur et qui préfèrent

un vin moderne. 50 caisses de 12 bouteilles de la cuvée Mathilde se vendront en 10 minutes au Japon ! Et les récompenses ne cessent de tomber : 93 de moyenne chez Parker, médaille d'Or 2006 du meilleur vin du monde sur 14000 châteaux, coup de cœur du Guide Hachette 2010,... Quand arrive la reconnaissance absolue : en 2012 le Château La Fleur Morange devient l'un des 82 châteaux grands crus classés de Saint-Émilion, une exception remarquable pour le plus jeune château jamais distingué, qui plus est dès la première candidature.

## Récompenses :

### Robert Parker :

2012 : 92/94+,  
2011 : 94+/100,  
2010 : 94+/100,  
2009 : 96+/100,  
2008 : 94,2 /100,  
2007 : 93,2/100,  
2005 : 96/100,  
2001 : 92/100,  
2000 : 93.

### Janci Robinson :

2012 : 16.5/20 ;  
2009 : 17/20, 17.5/20 ;  
2008 : 17.5/20 ;  
2007 : 17/20 ;  
2005 : 19/20 ;  
2004 : 17.5 /20 ;  
2003 : 17/20.

### Decanter :

La Fleur Morange 2005 :  
19/20, Meilleur vin  
de Saint-Émilion,  
premiers Grands Crus  
Classe A compris.

Château La Fleur Morange - Ferrachat - 33330 Saint Pey d'Armens - Tél : 06 62 40 37 86 - [www.lafleurmorange.com](http://www.lafleurmorange.com)

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.



# Château de Landiras

## Passion et histoire donnent vie à de grands vins de Bordeaux

Quand en 2007 Michel Pélissié découvre pour la première fois le domaine majestueux qui entoure le Château de Landiras, il en est tout de suite tombé amoureux et a voulu lui redonner vie. Après une rénovation réussie, Michel Pélissié a su doter le Château de Landiras d'outils sophistiqués pour élaborer ses vins et rendre au domaine son prestige historique.

### Un domaine chargé d'histoire dirigé par des passionnés

Née à Bordeaux en 1556, et nièce de Michel de Montaigne, Jeanne de Lestonnac est la propriétaire la plus significative de l'histoire du Château de Landiras. Épouse de Gaston de Montferand, baron de Landiras et héritier d'une importante dynastie catholique, Jeanne décide, après le décès de son mari, de créer une institution pour aider les jeunes personnes dans le besoin : la Compagnie Marie Notre-Dame. Sur le site du Château

de Landiras, aujourd'hui lieu de pèlerinage, Michel Pélissié a fait construire la Maison Jeanne de Montferand-Lestonnac. Ce centre culturel et historique, témoin de la vie de Jeanne.

Propriétaire du Château de Landiras et fondateur du groupe d'architecture Ateliers Jean Nouvel, Michel Pélissié est un homme authentique et passionné qui a réussi son double projet, viticole et architectural. Œnologue de formation, François Puerta a été désigné par M. Pélissié pour diriger les vignobles, grâce à ses capacités techniques et sa vision du marché viticole. Originaire des graves, François est secondé par un chef de culture et un maître de chai, pour apporter son expertise à l'élaboration de vins de grande qualité. Passionné comme son père, Adrien Pélissié est le responsable du développement de l'entreprise familiale en France et à l'international.

### De la vinification traditionnelle à l'excellence

Situé au cœur des Graves, le domaine du Château de Landiras s'étend sur 70 hectares, dont 50 sont classés en A.O.C. Les vignes sont cultivées en agriculture raisonnée, sans pesticides ni engrais chimiques. Le Château de Landiras est l'une des seules propriétés de l'appellation à être plantée à 9 000 pieds par hectare. Cette particularité permet une sélection rigoureuse, offrant aux vins rouges une forte concentration aromatique. Les principes de vinification s'inscrivent dans la pure tradition bordelaise. Les vins rouges sont élevés en barriques de chênes français durant 12 mois. Les vins blancs commencent leurs fermentations en cuves inox thermorégulées pour concentrer un maximum d'arômes. Ensuite, une partie de ces vins fermente en barriques, bâtonnée deux fois par jour, sur lies fines, pendant 10 mois, apportant gras et rondeur aux vins.



## Découvrez les vins du Domaine

Château de Landiras - Graves Rouge 2010 est un vin fin, mêlant des arômes de fruit noir, de fumée avec une pointe de sous-bois. D'une finale fraîche et mentholée, il accompagne à merveille viandes rouges, plats en sauce et fromages. Médaille d'Or 2012 du Concours des Grands Vins de France à Mâcon, Château de Landiras Rouge 2010 détient une étoile au guide Hachette 2013. Château de Landiras - Graves Blanc 2011 est un vin frais et délicat, aux notes de fruits exotiques, de fruit blanc et floral. Ce vin, récompensé par une Médaille de Bronze au Concours des Grands Vins de France en 2012, se marie idéalement avec des viandes blanches, poissons ou crustacés. La Cuvée Jeanne de Lestonnac, élixir du château de Landiras. Est une micro-cuvée produite selon des techniques traditionnelles, dans un chai souterrain, situé sous les fondations de la Maison Jeanne de Montferand-Lestonnac. La Cuvée Jeanne de Lestonnac rouge est vinifiée en fûts de chêne neuf, quand les cépages de la Cuvée Jeanne de Lestonnac Blanc sont vinifiés séparément pour complexifier la dégustation finale à l'assemblage. Jean-Michel Wilmotte, designer français et ami de Michel Péliissié, a signé l'ensemble des lignes de la Cuvée Jeanne de Lestonnac. Une partie des recettes de la cuvée est reversée aux œuvres humanitaires et culturelles de la Compagnie de Marie Notre Dame.



# Vignables MICHEL GONET

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.



[www.gonet.fr](http://www.gonet.fr) - [info@gonet.fr](mailto:info@gonet.fr)

## SOUS LE SOLEIL DU SUD-OUEST

*Cap vers les terroirs intérieurs pour la sélection d'été de Céline Strenta, chef sommelier d'Hélène Darroze*

SUD



**La Côte d'Heux 2011**  
**Domaine Chiroulet**  
**Vin de pays des Côtes de Gascogne**

Gros manseng

Vin blanc issu du cépage gros manseng, d'une grande complexité et beau de caractère ; puissant et doté d'un beau gras en bouche. Ce vin est porté sur des arômes d'agrumes et de fruits exotiques et s'associe facilement à un foie gras confit ou un poisson en papillote avec légumes primeurs.

8,40 € au domaine

[www.chiroulet.com](http://www.chiroulet.com)

**Odé d'Aydie 2010**  
**Domaine Laplace**  
**AOC Pacherenc du Vic-Bihl**

Petit manseng, gros manseng

Vin blanc tout en fraîcheur avec des notes citronnées. Attaque en bouche d'une belle vivacité avec des saveurs sur les fruits de la passion et fleurs blanches. Agréable à déguster sur un saumon de l'Adour préparé en ceviche (marinade à base d'agrumes).

10 € au domaine

[www.famillelaplace.com](http://www.famillelaplace.com)



**Conti-ne Périgourdine 2009**  
**Château Tour des gendres**  
**AOC Bergerac sec**  
 Muscadelle

Sur la fraîcheur, ce vin du domaine Luc de Conti offre un mélange savoureux d'agrumes et de notes légèrement mentholées. Gourmand en bouche, il peut être le compagnon idéal d'un apéritif, de cuisine asiatique ou d'une belle pâtisserie : tarte abricot, dessert à la pistache.  
 15 € au domaine  
[www.chateautourdesgendres.com](http://www.chateautourdesgendres.com)

**Expression 2002**  
**Château Lamartine**  
**AOC Cahors**  
 Malbec

Beau nez qui offre des notes fruitées, mûres, myrtilles et légèrement épicées (vanille). Ce vin présente une belle concentration, avec des tanins fermes mais savoureux. Excellent sur une côte de bœuf de Chalosse lardée et grillée au feu de bois.  
 22 € au domaine  
[www.cahorslamartine.com](http://www.cahorslamartine.com)



# Château de Chantegrive, grand vin de Graves

**50 ans de passion pour un terroir d'exception**

Propriété familiale, le Château de Chantegrive est devenu l'un des domaines les plus prestigieux de l'appellation des Graves. Membre de l'Union des Grands Crus de Bordeaux, le Château de Chantegrive bénéficie des conseils avisés de M. Hubert de Boüard, oenologue et propriétaire du célèbre Château Angelus. Les vins issus de ce beau terroir connaissent une réelle notoriété à travers le monde grâce à leur excellent rapport qualité/prix et sont récompensés à chaque millésime. Pour accompagner vos dîners d'été, laissez-vous séduire par la Cuvée Caroline 2011 (Graves blanc) à la robe dorée, au nez élégant de fruits à chair blanche, d'agrumes et de miel d'acacia, qui révélera poissons et crustacés.

PUBLI-GOURMETS



**CHÂTEAU DE CHANTEGRIVE**  
 Membre de l'Union des Grands Crus de Bordeaux  
 33720 Podensac  
 Tél : 05 56 27 17 38  
 Fax : 05 56 27 29 42  
[courrier@chateau-chantegrive.com](mailto:courrier@chateau-chantegrive.com)  
[www.chantegrive.com](http://www.chantegrive.com)



*Le choix d'Hélène Darroze*

« Je raffole des deux variétés, haricot tarbais ou haricot-maïs du Béarn mais je me risque parfois à quelques infidélités : haricots de Paimpol, mogettes du Poitou, lingots... »



# *Le haricot -maïs,* *grain*

de tradition en Béarn

*A Pau, une association défend la culture raisonnée de ce haricot blanc, cultivé dans les champs de maïs*

Attention, ce haricot-là n'a rien à voir avec son voisin tarbais, prévient tout de suite Bernadette Cassagnau, présidente de l'association des producteurs de haricots-maïs du Béarn. « Ce n'est pas du tout la même culture ». Pour faire simple, le haricot tarbais peut être cultivé sur des filets tandis que le haricot-maïs du Béarn, fidèle à son nom, s'accroche en poussant sur des pieds de maïs qui lui servent de tuteur. Une association bénéfique donnant-donnant : protégé du soleil et arrosé, le haricot apporte au maïs de l'azote dont la céréale est friande. Reste qu'entre le Tarbais et le Béarnais, tous les deux à gros grains blancs, c'est un peu la guerre des haricots. Recalé sur sa demande d'AOC -appellation d'origine contrôlée- (« à cause du Tarbais », assure Mme Cassagnau), le haricot-maïs du Béarn bénéficie d'une marque déposée quand le haricot tarbais est sous label rouge. Mais Bernadette Cassagnau peut

se vanter de dominer le championnat du monde d'écosage (organisé en octobre dernier à Buros), avec le record de 2 minutes et 51 secondes pour dépouiller un kilo de haricots.

*Récolté à la main*

Ces querelles de clocher (Tarbes et Pau étant séparées d'une cinquantaine de kilomètres) traduisent avant tout un attachement « à un pur produit du terroir ». Créée en 1994 à Pau, l'association des producteurs de haricots-maïs du Béarn regroupe une quarantaine d'adhérents, décidés à perpétuer une tradition qui remonterait à plus de 400 ans. « Et c'est surtout la demande qui nous pousse à continuer. » Car le haricot-maïs reste une culture complémentaire, où tout se fait à la main. Dans les champs de maïs, les haricots ne sont semés que tous les deux rangs sur quatre, « pour les laisser respirer », puis il faut désherber mécaniquement et enrouler à la main les plants sur chaque pied de



maïs. « Et toujours dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Sinon ils se défont ». Allez savoir pourquoi...

Le cahier des charges de l'association interdit les désherbants et insecticides chimiques. Si quelques producteurs sont certifiés bio, l'association tend plutôt vers une agriculture raisonnée, soutenue par l'antenne locale du mouvement Slow Food, association combattante de la malbouffe. Récoltés à la main, le haricot sec, desséché sur pied, se ramasse jusqu'au début de l'hiver. L'été, il arrive tout frais dans sa cosse sur les marchés locaux et à la table de chefs amoureux de ce produit : Hélène Darroze bien sûr, mais aussi le Palois Yves Camdeborde, à Paris. Lui aussi toqué de ce petit grain. ♦ A.M.



**Cuire :** Jamais plus de 20 à 30 minutes pour les haricots frais, sinon les grains s'écrasent.

**Cuisiner :** Ni sel ni poivre lors de la cuisson : cela fait durcir la peau des haricots. N'assaisonnez qu'à la fin.

**Conserver :** Frais et écosés, les grains se congèlent parfaitement en petit sachet déjà pesés pour une ou plusieurs personnes.



JARDIN EPICURIEN

# Le Pitey<sup>©</sup>

ARES



## Le jardin épicurien de la cuisine moderne

Entre verdure et océan, à mi chemin d'Andernos et du Cap Ferret, vivez un moment de détente où vous attendent les saveurs du restaurant Le Pitey, et son chef Arnaud Chartier.

Fier de ses débuts sur le Bassin d'Arcachon, la Guérinière, au côté du chef étoilé Thierry Renou, Arnaud se perfectionne et découvre toute la finesse de la grande cuisine. Aujourd'hui à la tête de son propre restaurant, Arnaud propose une cuisine délicate et raffinée, faite de produits nobles, comme le poisson produit phare issu de la pêche locale ou encore les huîtres « Perles de l'impératrice » de Joël Dupuch. Succombez à une poêlée de gambas aux amandes et jus caramélisé au citron et au gingembre, ou aux aiguillettes de saint-pierre accompagnées d'asperges blanches laquées au suc de homard, ... des saveurs nettes, et des desserts signés par un vrai pâtissier.

Cet été délectez-vous avec un déjeuner servi sur la terrasse ombragée, ou au cœur du jardin épicurien, où potager et plantes aromatiques patientent avant de rejoindre la cuisine.



### Restaurant Le Pitey

79, Avenue de la Libération

33740 Arès

Tél. 05 56 82 16 80

PUBLI-GOURMETS

Ouvert les mardi, mercredi, jeudi, vendredi et dimanche,  
midi et soir (12h-14h, 19h30-22h)  
et le samedi soir.

# CARTE BLANCHE



*Hélène Darroze*

Des Landes jusqu'à Langon, deux coups de cœur qu'Hélène Darroze a voulu mettre en avant : le restaurant familial repris par son cousin Jean-Charles Darroze, et la cuisine santé portée à son génie par Michel Guérard, à Eugénie-les-Bains

# DARROZE, DE PÈRE EN FILS À LANGON



Jean-Charles et Claude Darroze

Reprendre l'hôtel-restaurant familial n'est pas une mince affaire. Jean-Charles Darroze, héritier de Claude et cousin d'Hélène, compte bien imposer son style, mais tout en douceur

**S**i possible, Jean-Charles Darroze préférerait que l'on n'insiste pas trop sur la difficile transition qu'est la transmission d'une maison familiale. « On en a déjà tellement parlé ». Le jeune fils (32 ans) de Claude Darroze, maintenant à la tête de l'hôtel-restaurant de Langon, préférerait que l'on dise que « les choses changent, sans être une révolution. » « Tout se fait en douceur, mais on a envie d'avancer. » De réveiller la belle endormie (qui a quand même su garder son étoile au Guide Michelin) après la longue absence du père malade.

« Ce n'est pas moi qu'il faut mettre en avant. C'est la maison Darroze », insiste Jean-Charles, qui a justement dû apprendre à y trouver sa place pendant une année d'observation. Parti en Grande-Bretagne après un diplôme à l'école hôtelière de Talence, le jeune homme était déjà revenu, à 25 ans, pour une première tentative de reprise avortée. « J'avais voulu tout révolutionner. Avec le recul, mon père n'était pas prêt à me transmettre cette maison, et moi je

n'étais pas prêt à la gérer, avec son histoire. » Deuxième essai en 2011, avec plus de sagesse, et surtout décomplexé du poids du nom familial. Même Hélène le dit : dans la famille Darroze, il faut se faire un prénom. Jean-Charles est alors parti à l'étranger, a tenté plusieurs métiers, en salle, dans le négoce des vins, pour se construire anonyme, et mieux revenir à la maison de Langon.

## Lamproie revue au vin blanc

Claude, son père, reste toujours associé aux décisions. « Même si je sais que sur certaines choses nous ne serons pas d'accord. Il a cependant compris qu'il fallait me laisser, que toutes mes décisions étaient réfléchies. » Le choc des générations passé, c'est par petites touches que Jean-Charles mène la transition. D'abord en affirmant haut et fort s'appuyer sur son épouse, Annelie, moitié indispensable dans ce métier d'hôtelier-restaurant. La carte, ensuite, a

été rafraîchie : les incontournables (le soufflé au Grand Marnier) restent, mais sont revus d'un œil neuf. La lamproie gagne en douceur dans une sauce au sauternes et au vin blanc sec, et les sauces, justement, se font plus légères dans la dose. Juste ce qu'il faut dans l'assiette, le reste servi selon l'envie en petit pot. En « mettant tellement de cœur » entre l'entrée et le plat, Claude Darroze en oubliait les desserts. C'est chose rattrapée avec l'aide de Matthieu Vidal, le jeune chef pâtissier.

L'esprit reste le même : une cuisine rassurante qui privilégie le terroir. Mais déjà, entre la modernisation des seize chambres et peut-être un prochain agrandissement de l'hôtel, Jean-Charles rêve d'une « annexe », calquée sur les « gastropubs » londoniens où « s'amuser en cuisine » et manger sur le pouce en salle. Pour l'instant, attentif aux retours, le jeune Darroze attend à chaque fois le meilleur des compliments qu'on puisse lui faire : « Ce n'est pas comme avant. C'est mieux. » ♦ A.M.



## Une histoire de famille

Le berceau de la famille Darroze est à Villeneuve-de-Marsan, dans les Landes, où des générations se sont succédées à l'auberge familiale. « Mon père, raconte Jean-Charles, vient d'une famille de cinq enfants, qui se sont retrouvés à Villeneuve-de-Marsan quand mon grand-père est tombé malade ». Francis, le père d'Hélène Darroze, reprendra l'affaire (qu'Hélène finira par vendre). Claude, le père de Jean-Charles, ira à Langon, un peu grâce au rugby. C'est à l'occasion d'un match du Tournoi des six nations qu'il rencontre à Paris Raymond Oliver. Le chef du Grand Véfour lui propose alors de prendre en main le Lion d'Or, rebaptisé depuis Claude Darroze.



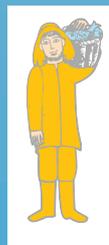
# Poissonnerie de l'Aiguillon

Fraîcheur garantie pour tous les produits de la mer

**A**dresse incontournable à Arcachon depuis plus de 35 ans, la Poissonnerie de l'Aiguillon est une entreprise familiale en plein renouveau.

Tous les jours, Stéphane se rend à la criée d'Arcachon pour sélectionner le meilleur des poissons qu'offre le Bassin et l'océan. La fierté de la poissonnerie « Le Stenia » qui prend le large chaque semaine, dans le Golfe de Gascogne, pour ramener bars, turbots, rougets, soles et autres spécialités de l'Atlantique. Une envie de crustacés ? Pensez aux plateaux de fruits de mer, à choisir parmi trois formules ou à personnaliser. Actuellement profitez de la saison du homard breton. Pour les repas de famille, faites appel au service traiteur et aux plats maison élaborés, et régulièrement revisités, par le chef : paëlla, zarzuela, colombo, moules à l'espagnole, variété de verrines,... Venez redécouvrir la nouvelle poissonnerie, fraîchement agrandie et rénovée pour toujours mieux vous servir.

PUBLI-GOURMETS



### Poissonnerie de l'Aiguillon

**Une équipe dynamique à votre écoute**

51 boulevard Mestrezat

33120 ARCACHON

Tél. : 05 56 83 70 53 - Fax : 05 57 52 08 43

[www.poissonneriedelaiguillon.fr](http://www.poissonneriedelaiguillon.fr)

**Ouvert toute l'année, du lundi au dimanche.**



*Le choix d'Hélène Darroze*

« Je connais Michel Guérard depuis que je suis toute petite. C'est quelqu'un qui reste exemplaire pour moi. »

# MICHEL GUÉRARD, LA CUISINE SANS RESTRICTION DE SAVEURS

A Eugénie-les-Bains, Michel Guérard défend une cuisine qui concilie plaisir de la table et santé. Et doit ouvrir une école de cuisine santé à la rentrée

Plus d'un million et demi d'exemplaires vendus et une traduction en douze langues. En cette période où régimes et solutions miracles pour perdre du poids font florès, le best-seller de Michel Guérard, fondateur de la nouvelle cuisine, n'aura jamais autant mérité sa reconnaissance de livre précurseur. Il date pourtant de 1977, et sous son titre « la Grande cuisine minceur », l'ouvrage lance en France la question de la cuisine santé. Une cuisine qui démontre à l'époque et toujours maintenant que l'on peut intelligemment concilier plaisirs gastronomiques et santé. Le mot clef est là : le plaisir de la table, un élément déterminant « qui doit être placé au cœur de toute démarche ».

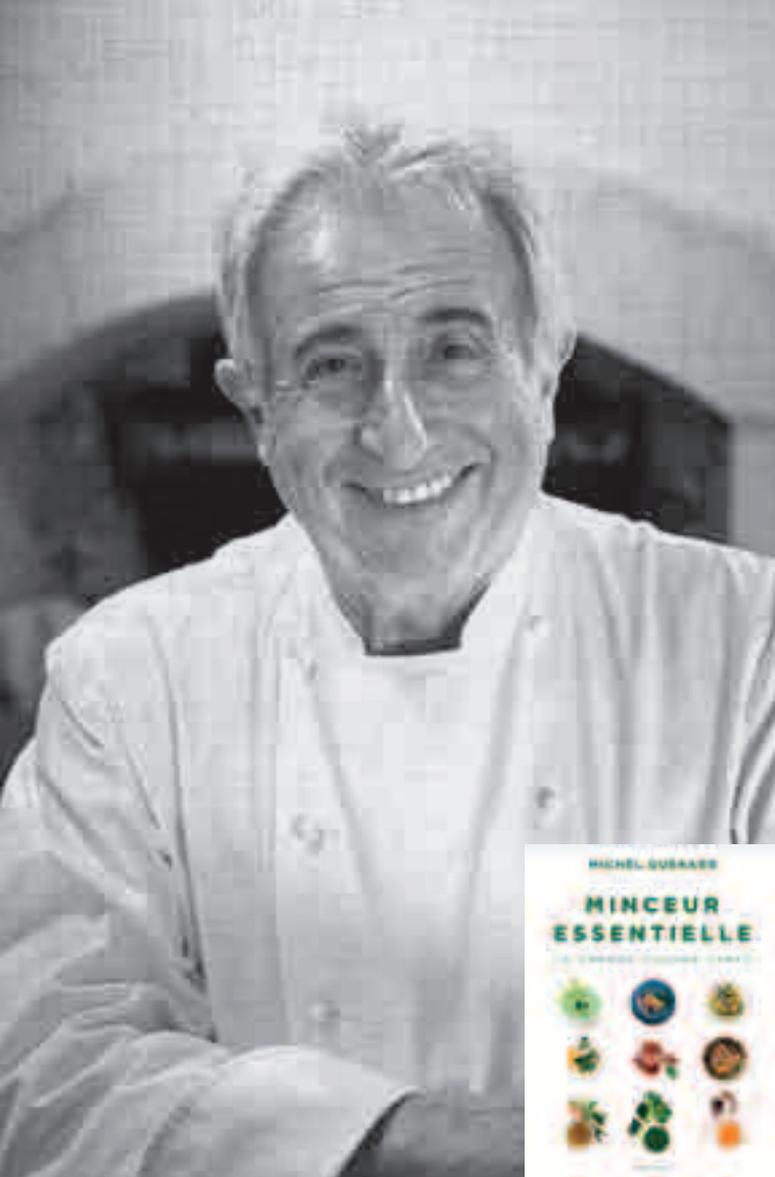
Quand Michel Guérard rejoint son épouse dans les Landes en 1974, à

la Chaîne thermale du Soleil, à Eugénie-les-Bains, il observe les clients « à peine aisés, attablés devant des assiettes de carottes hâtivement râpées et assaisonnées »\*. L'idée d'une cuisine minceur sans restriction sur les saveurs commence à naître. Et près de quarante ans plus tard, le chef n'en démord pas : « les méthodes et astuces décrites aujourd'hui dans les livres grand public ne font état que de privations, de sacrifices et de contorsions extrêmes, qui sont par ailleurs dénoncés pour leurs effets nocifs sur la santé ».

## Solutions basiques et savoureuses

Alors Michel Guérard s'attache à « ce que l'on peut faire pour être en

bonne santé et heureux », et non à « ce que l'on doit s'imposer pour répondre aux diktats de la mode. » Et rappelle ses solutions basiques et savoureuses\*\* : choix des aliments, mode de cuisson, reformulation des vinaigrettes et substituts aux sauces, beurre et crème qui ne perdent rien en goût. Les « liaisons potagères », mousselines colorées, bannissent la béchamel et les « coulis-coulants » froids de légumes remplacent la mayonnaise. Servis chauds ou froids, utilisés pour la cuisson, l'assaisonnement ou comme ingrédient, les bouillons de toutes les saveurs reviennent à la base de cette cuisine santé qui dépasse les questions de poids. « Toutes les tendances actuelles -les produits bio par exemple- pointent aujourd'hui dans cette direction : l'homme est à la recherche d'une



alimentation plus saine qui respecte son corps et lui permette de bien vieillir. »

Aux Prés d'Eugénie, une école de cuisine santé devrait ainsi voir le jour à la rentrée prochaine. Les formations en cuisine et pâtisserie, de une à deux semaines, s'adresseront d'abord aux professionnels de la restauration, et un médecin ainsi qu'une équipe de diététiciennes devraient participer aux enseignements. L'école vise à créer un lien entre professionnels de santé et professionnels de cuisine, lien qui fait cruellement défaut, juge Michel Guérard. « Prenez un patient diabétique. Son médecin saura lui donner une liste d'aliments interdits (...), mais il n'est pas capable, sauf exception, de donner les conseils pour pouvoir s'alimenter avec plaisir en suivant ces contraintes... » De l'autre côté, l'objectif est d'apprendre aux cuisiniers de nouvelles habitudes professionnelles et surtout « de comprendre les conséquences sanitaires de leurs actes ». L'école devrait ouvrir mi-septembre. **♦ A.M.**

\* « Mémoires de chefs », éd. Textuel

\*\* « Minceur essentiel », de Michel Guérard, éd. Albin Michel

# Cours de cuisine au château !



**LE PREMIER COURS  
DE CUISINE ACHETE  
LE DEUXIEME A  
50%**

*Château Ambe Tour Pourret  
Saint Emilion Grand Cru*

Le chef du château  
vous ouvre les portes de ses cuisines  
**les jeudis de 10h à 14h  
à partir de 75€**  
Vous réaliserez et dégusterez les meilleures  
recettes régionales de saison.



**RESERVATIONS SUR :**

[www.ambe-tour-pouret.fr](http://www.ambe-tour-pouret.fr)

Château Ambe Tour Pourret - D 243

2, Pourret - 33 330 Saint Emilion

Tél : 06 66 56 36 11

*\*Voir conditions sur le site internet*

*Offre valable du 15/06/2013 au 30/09/2013*

FRANÇOISE ET PHILIPPE  
**LANNOYE**





La recette de Michel Guérard - Extrait de « Minceur essentielle »

## GAZPACHO PÍCARO DE TOMATES ET FRAISES

75 calories par personne

**Les ingrédients :** Pour 4 personnes

• 800 g de tomates mûres • 240 g de fraises • 1 cuillère à café de concentré de tomate • 4 bouquets de basilic vert frais • 1 cuillère à soupe de vinaigre de xérès • 1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique • 2 cuillère à café d'huile d'olive • Sel, poivre

**1/** Préparez le gazpacho : supprimer délicatement le pédoncule des tomates à l'aide d'un petit couteau fin et pointu. **2/** Faites blanchir celles-ci, quelques secondes, en les plongeant dans une casserole d'eau bouillante. Retirez-les, mettez-les à rafraîchir dans de l'eau glacée, puis égouttez. Mondez-les (la peau part très facilement une fois qu'elles ont été ébouillantées) et coupez-les en quartiers. Mettez dans le bol du mixeur. **3/** Lavez rapidement et équeutez les fraises. Ajoutez-les aux tomates dans le bol du mixeur, ainsi que le concentré de tomate. Broyez le tout pour obtenir un mélange homogène, puis passez au chinois-étamine. **4/** Pour la finition : ajoutez en mélangeant au fouet les vinaigres, 1 cuillère à café d'huile d'olive, le sel et le poivre. Gardez la préparation au frais. **5/** Au moment de servir, mettez le gazpacho dans des assiettes creuses préalablement stockées au froid. Décorez avec les bouquets de basilic frais et quelques gouttes d'huile d'olive.

## HAMBURGER DE VEAU ET CREVETTES À LA VÉNITIENNE

200 calories par personne

**Les ingrédients :** Pour 3 personnes

• 220 g de quasi de veau dégraissé et dénervé • 140 g de chair de gambas fraîches • 1 cuillère à café d'huile d'olive • 1 blanc d'œuf • 30 g de yaourt à 0 % de matière grasse • 15 g de gingembre râpé • 5 g de coriandre fraîche ciselée • Sel, poivre • Matériel • 3 cercles de dressage de 10 cm

**1/** Préparez les hamburgers : détaillez le quasi de veau et la chair de gambas en petits dés de 5 mm de section. **2/** Dans un bol, réunissez le blanc d'œuf légèrement battu, le yaourt, le gingembre râpé et la coriandre ciselée. **3/** Ajoutez le mélange de dés de veau et de gambas et mélangez le tout à l'aide d'une fourchette. Salez, poivrez. **4/** Sur un carré de papier sulfurisé, posez les cercles de dressage et garnissez-les du mélange veau/gambas. Tassez légèrement avec le dos d'une cuillère. Réservez 1 heure au frais. **5/** Dans une poêle antiadhésive, faites chauffer l'huile d'olive, déposez délicatement chaque hamburger « moulé » dans la poêle, à l'aide d'une spatule, après avoir prestement ôté le cercle qui le maintenait sur le papier sulfurisé. **6/** Laissez cuire 2 min de chaque côté et servez aussitôt sur assiette chaude.



# Les vins des Côtes de Gascogne se mettent à table ...



Bien dans leur époque, modernes, les Côtes de Gascogne semblent faits sur mesure pour « la cuisine d'aujourd'hui », les accords sont nombreux, gourmands et accessibles à tous.

## **BLANC**

### **le séducteur à déguster bien frais**

Fruits d'un assemblage de cépages locaux (Colombard, Ugni-Blanc et Gros Manseng) et de cépages internationaux (Sauvignon et Chardonnay), les Côtes de Gascogne blancs séduisent par leurs arômes typés d'agrumes et de fruits exotiques, idéals pour enchanter les apéritifs. Ils créent aussi la surprise en cuisine car ils accompagnent facilement les poissons ou fruits de mer et peuvent faire d'étonnants mariages avec des viandes blanches.

Quant aux moelleux, à base de gros et petit manseng, ils ont juste ce qu'il faut de sucre et conservent toute leur fraîcheur. Ils

font merveille sur le foie gras, le boudin aux pommes, les fromages persillés. Et comme ils aiment voyager, ils se sont découvert de belles affinités avec la cuisine asiatique et celle de l'Amérique du Sud. Plaisir et fraîcheur garantis servir bien frais (8°C) !

## **ROUGE**

### **l'amoureux du terroir**

Issus d'un assemblage de cépages réputés comme le Tannat, le Merlot et les Cabernets, les Côtes de Gascogne rouges dévoilent des notes gourmandes de fruits rouges ou noirs. Tantôt fermes et solides, tantôt poivrés et aimables, les Côtes de Gascogne rouges sont les compagnons assurés des grillades

en tout genre, des plats en sauce (daube, gigot, bœuf miron-ton, paupiettes de veau...) et des fromages. Une valeur sûre, 100% authentique ! Servir à une température de 16 à 17°C.

## **ROSÉ**

### **la surprise de charme**

Issus des mêmes cépages que les rouges, les Côtes de Gascogne rosés bien structurés, fins et plutôt légers, constituent un heureux compromis entre rouges et blancs. Ils aiment la cuisine d'influence basque ou espagnole, comme les tapas, la piperade, le poulet « basquaise ». Pour un plaisir tout en simplicité ! À servir frais (8 à 10°C).

### **Interprofession des vins Côtes de Gascogne**

route de Cazaubon - BP2 - 32800 EAUZE

Tél : +33(0)5 62 09 82 19 - Fax : +33(0)5 62 09 80 99

[www.vins-cotes-gascogne.fr](http://www.vins-cotes-gascogne.fr)



# LA CÔTE BASQUE

d'Hélène Darroze

Un air de vacances et d'enfance, jusque dans la province espagnole

## 1/ Aller de tapas en tapas à San Sebastián.

Au pays basque espagnol, la vieille ville domine la Concha, grande plage tranquille où la promenade sur le paseo se fait art de vivre. Hélène Darroze est « incollable » sur les ruelles du vieux San Sebastián, où l'on picore les pintxos (petites bouchées à prononcer « pinchos ») avec les doigts, tout au long de la nuit entre amis.



## 2/ Goûter sur la plage d'Hendaye.

Sur la grande plage de Biarritz, l'heure du goûter était celle des beignets aux abricots et des cornets de glace de chez Dodin, se souvient Hélène Darroze. Vers l'Espagne, la plage d'Hendaye rappelle les journées d'été passées « en pèlerinage » devant l'ancienne maison d'une grand-mère, et annonce une soirée tapas de l'autre côté de la frontière.



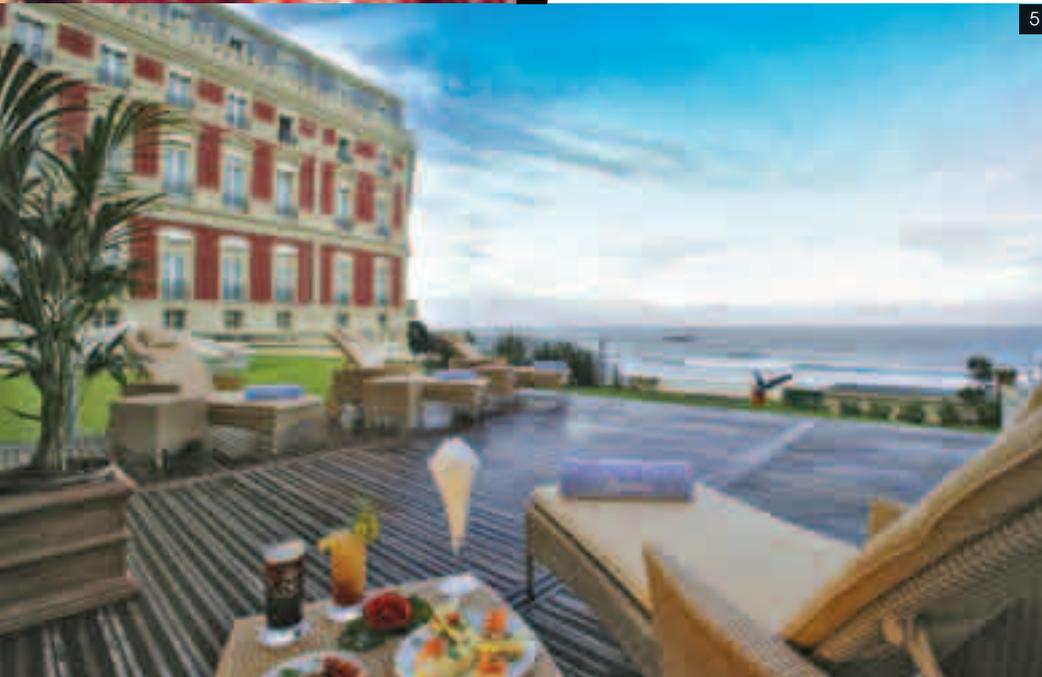
## 3/ Débattre sur le gâteau basque, à Bidart.

Est-ce la meilleure recette ? Le gâteau basque du moulin de Bassilour, à Bidart, a ses partisans, gourmands défenseurs d'une recette à la crème ou à la cerise noire. Le moulin, datant de 1741, se visite toujours, et réalise encore sablés sucrés et pains de campagne.



#### 4/ Céder aux plaisirs de Biarritz.

Derrière ses plages touristiques, la ville offre des tentations bourgeoises, indissociables du nom de leur maison. A Biarritz, on ne mange des macarons mais des macarons Adam (à l'origine de Saint-Jean de Luz), des chocolats Henriët ou le russe d'Artigarrède, vendu en épicerie fine. « J'adore ! »



#### 5/ Passer des halles à l'Hôtel du Palais.

« En vacances, les fromages, c'est chez Aupetit », aux halles de Biarritz, où Hélène Darroze craque pour les mamias au lait de brebis. Les halles, rénovées, sont contemporaines de la création de l'Hôtel du Palais, sur le front de mer. « Je le connais depuis toujours, et j'essaie d'y être chaque année le 15 août pour le feu d'artifice, tiré sur la plage. »



#### 6/ S'offrir la table d'Elena Arzac.

Parce que c'est une longue histoire de familles et d'amitiés. « Nos pères se connaissent depuis toujours », « de toda la vida » comme on dit en espagnol. Et pour la cuisine basque novatrice d'Elena Arzac (trois étoiles au Guide Michelin), en cuisine aux côtés de son père à San Sebastián,





# L'huile d'olive, élixir méconnu



## Qui connaît les différents fruités de cette huile si réputée ? Dégustation en Provence, au pays des oliviers

**E**ncore un paradoxe français : la France importe plus de 80 % de sa consommation d'huile d'olive mais exporte ses propres huiles, jugées trop chères. Pourtant, cet élixir indissociable de la cuisine du Sud mérite d'être mieux connu pour être apprécié à sa valeur. Car il y a autant de qualités d'huiles d'olive

que d'usages ! Si les plus courantes, venues d'Espagne dans notre région, démarrent à petit prix, la production française s'est orientée vers le haut de gamme, avec de précieux nectars qui revendiquent leur terroir. Gourmets de France est allé en Provence, dans le Var, recueillir les conseils de Christian Pinatel, de l'AFI-

DOL, l'association française interprofessionnelle de l'olive. A la Londe-les-Maures, Olivier et Chantal Roux, au Moulin du Haut-Jasson, élèvent leurs oliviers pour en tirer une huile de Provence au fruité vert ou noir. Dégustation ! ♦ A.M.

A lire : « Histoire de l'olivier », 224 p., éd. Quæ

### Les trois fruités

Une huile d'olive se caractérise par son fruité, son amertume et son ardeur (son « piquant »). Des sensations difficiles à apprécier seules à la dégustation, mais qui offrent un tout autre résultat en harmonie avec un plat. On distingue trois grands types de fruités, qui définissent trois types d'huiles d'olive.

**Le fruité vert.** De l'ardeur, du piquant, de la fraîcheur ! Les huiles au fruité vert sont dominées par les sensations végétales et herbacées, comme l'artichaut cru. L'arôme typique des huiles françaises de Provence,

faites notamment avec les olives de la variété Aglandau.

**L'utilisation :** Comme un tacle au foot qui se finit le nez dans l'herbe ! A garder crue.

**Le fruité mûr.** Ces huiles sont généralement faites avec des olives récoltées plus tardivement, comme l'AOC de Nice, faite avec la variété Cailletier. Elles vont sur des notes de fruits jaune ou rouge (prune, pomme mûre, fruits exotiques...), des arômes floraux, de tilleul ou d'amande fraîche. Un fruité mûr n'est pas obligatoirement moins ardent.

**L'utilisation :** parfait avec les poissons.

**Le fruité noir.** Un fruité spécifiquement français, héritier d'une ancienne façon de faire où les olives « mûrées » passent par une étape de fermentation. Sans aucune amertume, ces huiles révèlent des notes de cacao, champignons ou fruits confits et ne sont produites que dans trois appellations : les AOP Provence, vallée des Baux-de-Provence et Aix-en-Provence.

**L'utilisation :** au plus proche du goût de l'olive noire. Idéal dans une salade ou pour finir les sauces.



### Et côté santé ?

Depuis décembre dernier, l'Union Européenne autorise la mention des propriétés bénéfiques reconnues de certaines huiles d'olive, riches en vitamine E et en polyphénols antioxydants. Ces substances aideraient notamment à lutter contre le vieillissement cellulaire. De plus, l'acide oléique diminuerait le taux de cholestérol total dans le sang. Un argument marketing de poids pour les producteurs, mais n'oubliez pas : l'huile d'olive reste avant tout une matière grasse, très calorique.

### Choisir

Entre les mentions « vierge » et « vierge extra », mieux vaut choisir une huile « vierge extra » qui garantit une qualité sans défaut de goût. Quand à la fameuse « première pression à froid », la mention n'est plus utilisée : rares sont les moulins qui pressent encore ; les huiles d'olive sont obtenues par extraction, comme les jus de fruits.

### Cuisiner

L'huile d'olive peut supporter la chaleur jusqu'à 210°C, mais la température finit par déformer son parfum. Si le fruité noir « tient mieux » la cuisson, évitez de chauffer les fruités verts ou mûrs, plus volatils, qui perdront leur fin goût herbacé.

### Conserver

L'huile d'olive est un jus de fruit frais, qui s'altère au contact de l'air, de l'eau ou d'une chaleur excessive. Une fois ouverte, une bonne huile se consomme dans les deux mois, à moins d'être gardée sous vide, conditionnée en Bag-in-Box (BIB).



### Les appellations françaises

L'indication de la provenance de l'huile est obligatoire, mais la mention « Origine UE » n'en dit pas plus sur la qualité du produit... De même, une provenance d'Espagne ou d'Italie ne garantit pas un niveau de qualité : ces deux grands pays producteurs proposent en effet toute une gamme d'huiles. Pour un cru français, misez sur la mention « huile d'olive de France » et les appellations. Appellations d'origine contrôlée (AOC, au niveau français) ou protégée (AOP, au niveau européen) garantissent une zone de production. La France compte huit appellations, avec chacune des variétés spécifiques d'olives : l'huile d'olive de Provence, de Haute Provence, de la vallée des Baux-de-Provence, d'Aix-en-Provence, de Nyons, de Nice, de Nîmes et de Corse.

# Joseph Drouhin



## L'ÉLÉGANCE NATURELLE DES GRANDS BOURGOGNES



Le Domaine Joseph Drouhin est un des plus importants de Bourgogne avec 78 hectares en Côte de Nuits, Côte de Beaune, Côte Chalonnaise et Chablis, pour plus des deux tiers en Premiers Crus et Grands Crus.

Fondée à Beaune en 1880, c'est aujourd'hui la quatrième génération qui met en œuvre la « Charte d'Excellence » de la famille Drouhin. L'exigence, la curiosité d'esprit, le sens des valeurs, la passion et l'audace se sont transmis en même temps que les connaissances et l'intuition de la qualité.

Recherchant avant tout la juste expression de chaque terroir, Joseph Drouhin fait le choix de l'approche biologique et biodynamique. Le credo : apporter « des réponses naturelles à des problèmes naturels ». Nous respectons nos sols en favorisant le labour à cheval, l'enherbement et le compost naturel. Nous recherchons l'épanouissement de nos vignes au travers de pratiques naturelles et nous favorisons un enracinement profond pour permettre à la vigne de capter aux mieux les messages des terroirs. Enfin nous vendangeons manuellement pour préserver l'intégrité du fruit.

Joseph Drouhin élabore ses vins avec exigence et rigueur. Les vins sont élevés selon leur origine : en cuves inox pour préserver le fruit en Chablis et Mâconnais, en fûts pour développer la complexité des crus de Côte d'Or. Le style de nos vins allie élégance et harmonie pour un plaisir infini. Jeunes, ils expriment des arômes fruités et gourmands ; au fil des années, les vins issus de grands terroirs acquièrent une somptueuse complexité. Compagnons de toutes les gastronomies, les vins Joseph Drouhin figurent en bonne place sur les meilleures tables des cinq continents. Curieux d'autres cultures, nous voulons partager avec vous notre passion. Aujourd'hui, nous sommes fiers de vous faire connaître et apprécier le meilleur de la Bourgogne.

**Maison Joseph Drouhin** - 7, rue d'Enfer - 21200 Beaune - Tel + 33 3 80 24 68 88  
Mail : [maisondrouhin@drouhin.com](mailto:maisondrouhin@drouhin.com) - [www.drouhin.com](http://www.drouhin.com)



*Le choix d'Hélène Darroze*

« Parmi nos desserts, il y a toujours une glace ou un sorbet. »

# de *Détournement* *SAVEURS*

*Cet été, on se met au frais  
avec des glaces et sorbets salés !*



## GLACE ET CHÈVRE FRAIS

Préparation : 25 min

Repos : 1 h

Passage en sorbetière : 30 min

### Les ingrédients :

Pour 4 personnes

- 120 g de piquillos (poivrons en conserve)
- 30 cl de lait de chèvre (ou vache)
- 25 cl de crème liquide entière
- 1 cuillère à soupe de sel
- 2 jaunes d'œuf
- 250 g de fromage de chèvre frais

**1/** Détaillez les piquillos en fines lanières. Réservez. **2/** Chauffez le lait, la crème et le sel dans une grande casserole. **3/** Fouettez les œufs dans un grand saladier. Versez dessus le lait bouillant sans cesser de fouetter. **4/** Remettez la préparation dans la casserole et faites chauffer à feu doux en remuant constamment. **5/** Quand la crème a épaissi, retirez-la du feu. **6/** Emiettez le fromage de chèvre dans un saladier et ajoutez la crème chaude. Mélangez bien et laissez reposer pendant 1 heure. **7/** Versez la préparation dans la sorbetière et faites prendre pendant 30 min. **8/** Une fois la glace prise, ajoutez les lanières de piquillos et faites tourner la sorbetière 2 min supplémentaires. **9/** Stockez au congélateur jusqu'à dégustation.

**A servir :** en tapas avec des tranches de chorizo.



Recette extraite de «Douceurs glacées», éd. Seb

## SORBET TOMATE, BASILIC ET HUILE D'OLIVE

Préparation : 15 min

Passage en sorbetière : 10 min

### Les ingrédients :

Pour 4 personnes

- 800 g de tomates
- 1 bouquet de basilic frais
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel et poivre

### Le matériel :

- un robot mixer

**1/** Remplissez un grand saladier d'eau froide et portez à ébullition un grand volume d'eau dans une casserole.

**2/** Plongez les tomates pendant 1 min dans l'eau bouillante, puis plongez-les aussitôt dans le saladier d'eau froide.

**3/** Pelez les tomates, coupez-les en morceaux et enlevez les pépins. **4/** Lavez et effeuillez le basilic. **5/** Mettez les tomates, l'huile d'olive et le basilic dans le bol du mixer. Salez et poivrez. Mixez finement. **6/** Versez la préparation dans la sorbetière et faites prendre pendant 10 min. **7/** Stockez au congélateur jusqu'à dégustation.

**A servir :** en entrée avec une belle salade verte et fromage frais.



Recette extraite de «Douceurs glacées»,  
éd. Seb

## CRÈME GLACÉE AU FOIE GRAS

Préparation : 20 min

Repos : 1 h

Passage en sorbetière : 15 à 20 min

### Les ingrédients :

Pour 4 personnes

- **250 g de foie gras de canard confit ou en terrine**
- **4 jaunes d'œuf**
- **25 g de sucre en poudre**
- **60 cl de lait**
- **Sel**
- **Piment d'Espelette**

**1/** Battez les œufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. **2/** Portez le lait à ébullition, versez-le sur les œufs tout en fouettant. **3/** Mélangez bien puis ajoutez le foie gras. Laissez fondre quelques instants. **4/** Mixez et passez au tamis. **5/** Salez, ajoutez du piment d'Espelette. **6/** Laissez refroidir (environ 1 heure) et passez à la sorbetière 20 min. **7/** Stockez au congélateur jusqu'à dégustation.

**A servir :** En mignardises avec quelques bâtonnets de pomme verte. Ou comme Hélène Darroze, en petite quenelle sur des huîtres avec une gelée de coquillage à la pomme verte.



# Matières d'été



## 1/ Grande table.

Jusqu'à 4 mètres de nappe, tissés sur commande par la maison Lartigue, à Oloron Sainte-Marie, pour Lionel Osmin & Cie.

Nappe 400 x 170 cm, 129,00 €

## 2/ Brut.

Un tabouret en bois récupéré et rotin qui trouvera bien sa place au jardin. Tabouret sénégalais, 34,95 € chez Nature & Découvertes

## 3/ Relax.

Chillienne en hêtre massif avec la nouvelle toile, nommée Biriadou, de la collection Artiga. 87 €

## 4/ Terre à terre.

Dans les Landes, Terafeu-Terafour façonne à la main sa gamme de vaisselle en terre cuite ou réfractaire. Saladier Absolu, 59 €

## 5/ A tire d'aile.

Étiquettes petits oiseaux en papier recyclé à poser sur les verres, à table, partout !

4,80 € les 20.

Hello Hanna sur [www.lesmotsontdescadeaux.com](http://www.lesmotsontdescadeaux.com)

## 6/ Incassable.

Colorée et en plus empilable. Coupe à glace, Design aux Galeries Lafayette

Collection Stacky, 7 €, Zak !



# Beau

comme un *Bag-in-Box*

*Qui a dit que le cubi à table était moche ?*

**1/ Sur pied.**

Et en plus il se démonter, pour mieux de ranger.

WinyBar, 54 € en 3 litres et 59 € en 5 litres.

Sur [winybar.com](http://winybar.com)

**2/ Design.**

Un distributeur tout en rondeur à poser sur un pied élégant.

Fiduz, 125 € en deux couleurs, dont chrome.

Sur [www.fiduz.be](http://www.fiduz.be)

**3/ Branché.**

Un rafraîchisseur à brancher pour une mise à température réglable de 8 à 16 degrés.

Freshbag, 249 €.

Sur [www.lasommeliere.com](http://www.lasommeliere.com)

**4/ Girly.**

Tout rose mais pas réservé aux rosés. Pour les conditionnements en sac de 3 litres.

Laboul, 49 €.

Sur [www.laboul.com](http://www.laboul.com)



# Froid devant !

## Sorbetière ou turbine à glace ? C'est le dilemme de l'été

O n oublie d'emblée la bonne vieille sorbetière qu'il fallait laisser tourner branchée dans le congélateur (qui s'en souvient déjà ?). Pour vos glaces et sorbets maison, deux choix s'offrent à vous : la sorbetière à accumulateur de froid ou la turbine à glace qui génère elle-même le froid.

### La sorbetière

Le choix pour les débutants ou gourmands occasionnels, qui commence à petit prix (30 euros prix d'entrée).

**Le principe :** la sorbetière foisonne (c'est-à-dire mélange avec ses pales) votre préparation et la réfrigère en même temps grâce à un accumulateur de froid. C'est tout simplement un élément, un bloc ou la cuve toute entière, placé la veille au congélateur.

**L'inconvénient :** il faut justement

en penser, à mettre cet élément au congélateur, 10 à 24 heures avant, et minimum à -18°C (dans un congélateur type quatre étoiles \*\*\*\*).

**Choisir :** Grosso modo, toutes les sorbetières réalisent glaces et sorbets en 20 à 30 minutes. On regarde donc la capacité du bol (1 litre à 1,5 litre) et surtout le type d'accumulateur de froid, sa taille (il faudra le caser au congélateur) et combien de temps il doit rester au froid.

**Le conseil :** Au cas où, on garde toujours l'accumulateur de froid au congélateur, placé bien droit pour garantir la répartition du liquide réfrigérant.

### La turbine à glace

Pour les grands consommateurs de crème glacée, car le prix d'une turbine à glace varie entre 150 et plus de 500 euros.

**Le principe :** la turbine à glace foisonne aussi les préparations mais elle génère elle-même le froid grâce à un groupe réfrigérant intégré. Plus besoin de passage préalable au congélateur, et la répartition homogène du froid donne une meilleure texture aux glaces, surtout à base de crème ou avec des ingrédients.

**L'inconvénient :** le prix, qui plombe votre budget vacances, et la difficulté à ranger l'appareil, (très) lourd et volumineux. Attention, certains sont assez bruyants.

**Choisir :** On regarde la puissance en watt de l'appareil qui garantit l'efficacité de son groupe réfrigérant : plus de 200 watts pour les plus performants.

**Le conseil :** On épiluche les petites annonces et les sites d'enchères en ligne pour s'offrir sa turbine à glace d'occasion, sans se ruiner.



1/ Sorbetière le Glacier, Magimix, 90 €

Le + : un petit compact tout coloré

2/ Sorbetière Brandt, 49,99 €

Le + : un petit prix et un minuteur digital

3/ Turbine à glace ICK6000 De'Longhi, 319,99 €

Le + : deux pales spécifiques pour tous les ingrédients

4/ Turbine à glace Magimix, 600 €

Le + : deux cuves en inox de 1,6 l chacune (une seule amovible)



### Les trucs à retenir

**Au frais !** Versez toujours une préparation bien froide dans votre sorbetière ou turbine à glace. L'idéal est de la préparer la veille, et de la garder au réfrigérateur couverte d'un film transparent.

**Gare aux pales.** C'est le premier élément de votre appareil qui risque de casser : ne mettez jamais les pales d'une sorbetière avec sa cuve au congélateur (ça va coller !) et versez votre préparation quand l'appareil, déjà en marche, a ses pales qui tournent.

**ALVAREZ CUISINES**  
*un art, une griffe*



## Un art, une griffe

**A**lvarez Cuisines vous présente la collection « Haute-Goûtüre » des fours V-ZUG plébiscitée par les cuisiniers et rôtisseurs professionnels. Parmi eux, le Comhair Steam S, un produit de haute technologie pour cuisiner comme un grand chef.

Rôtis, cuisson à la vapeur, sous-vide ou à basse température, décongélation, pâtisserie, confiture, pain, yaourts... il sait tout faire à la perfection. Sans oublier un de ses points forts, la régénération : une remise en température rapide de vos aliments sans aucune re-cuisson. Grâce au programme GourmetVapeur, cuisinez chez vous plus de 50 recettes gastronomiques préprogrammées. Sans la moindre difficulté réalisez des plats raffinés grâce à la production de vapeur automatique.

Retrouver la gamme des fours V-ZUG, la marque premium suisse, chez Alvarez Cuisines, votre cuisiniste fabricant de référence.



PUBLI-GOURMETS

**Alvarez Cuisines**  
3 rue Pierre Dignac  
33260 La Teste de Buch  
Tél: 05 56 54 34 12  
[www.alvarez-cuisines.fr](http://www.alvarez-cuisines.fr)

# GRAND PRUNEAU SHOW



DU 30 AOÛT AU 1<sup>er</sup> SEPTEMBRE 2013  
À AGEN

OLIVIA RUIZ • BB BRUNES  
MICHEL FUGAIN

CONCERTS GRATUITS  
SPECTACLES DE RUE ET FANFARES  
DÉMONSTRATIONS SPORTIVES  
DÉGUSTATION ET MARCHÉ GOURMAND



+ d'infos sur :  
[www.agen.fr](http://www.agen.fr) et [www.grandpruneashow.fr](http://www.grandpruneashow.fr)



# AGENDA

## > TOUT L'ÉTÉ

### Marchés de producteurs de pays en Gironde

En plus de vos marchés habituels, des marchés nocturnes d'été, dès 19 heures jusqu'à minuit.

Rens. : [www.marches-producteurs.com/gironde](http://www.marches-producteurs.com/gironde)

- Gironde-sur-Dropt : 15 juin, 3 août.
- Villandraut : 21 juin.
- Le Pian-Médoc : 21 juin, 14 juillet.
- Hourtin : 23 juin, 21 juillet, 18 août.
- Biganos : 29 juin.
- Le Tuzan : 30 juin, 31 août.
- Cadillac : 5 juillet, 23 août.
- Saint-Macaire : 12 et 19 juillet, 9 août.
- Lesparre-Médoc : 15 juillet, 5 août.
- Sainte-Foy-la-Grande : 18 et 25 juillet, 1er, 8 et 15 août.
- Saint-Emilion : 23 et 30 juillet, 6 et 13 août.
- Saint-Sauveur-Médoc : 26 juillet, 30 août.
- Verdelais : 16 août.
- Saint-Laurent-Médoc : 23 août.

## > JUIN

### 7 > 9 juin

#### Fête de la morue, Bègles

Ateliers de cuisine, expositions, concerts et animations à déguster au village de la morue.

Rens. : [www.mairie-begles.fr](http://www.mairie-begles.fr)

### 9 juin

#### Fête de la cerise, Escoussans

Vente de cerises, vide-grenier et animations dont le fameux lancer de noyau de cerises et le concours de clafoutis pour les Escoussanais.

Rens. : 05 56 23 67 37

### 13 > 30 juin

#### Les Epicuriales, Bordeaux

Le grand rendez-vous des Bordelais, qui annonce l'été sur les allées Tourny, avec restos et terrasses éphémères.

Rens. : [www.epicuriales.com](http://www.epicuriales.com)

### 14 > 29 juin

#### Les Étoiles d'Épique, Bordeaux

Seize chefs étoilés au rendez-vous dans ce restaurant installé le temps des Epicuriales, à Bordeaux, et tous les soirs une démonstration et un menu gastronomique à découvrir, sur réservation.

Rens. : [www.epicuriales.com](http://www.epicuriales.com)

### 16 juin

#### Fête du Printemps de la Jurade, Saint-Emilion

Avec proclamation du jugement du vin nouveau.

Rens. : [www.saint-emilion-tourisme.com](http://www.saint-emilion-tourisme.com)

### 29 > 30 juin

#### Taste Blaye

Foire aux vins de France et produits du terroir pour les amoureux de la gastronomie des quatre coins de France.

Rens. : [www.blaye.fr](http://www.blaye.fr)

## > JUILLET

### 6 juillet

#### Marché du monde, Gauriaguet

Huitième édition de ce marché qui réunit des produits gastronomiques de Maroc, d'Espagne, d'Italie, des Antilles... Spectacle à 20h30.

Rens. : 06 15 36 28 17

### 19 > 20 juillet

#### Musiques au fil des vignes, Blayais

Deux jours de convivialité autour de la musique et du vin de Blaye Côtes de Bordeaux : dégustations de vins et champagnes, buffets animés dès 19h et concerts gratuits à 20h30.

Rens. : 09 63 43 06 26

### 19 > 20 juillet

#### Fête de l'huître, Andernos-les-Bains

En été, les villes et villages du Bassin célèbrent chacun à leur manière la reine du Bassin : l'huître.

Rens. : 05 56 82 02 95

### 20 > 21 juillet

#### Salon des Vins et de la Gastronomie, Saint-Palais

Dégustations de vins et produits gastronomiques de toute la France, à la salle des fêtes.

Rens. : 05 57 32 94 06

### 27 juillet

#### Nuit du Terroir, Bourg

Seconde Nuit du Terroir, organisée par les jeunes vignerons des Côtes de Bourg. Jusqu'à 2 heures du matin, dégustation de produits des jeunes agriculteurs, de l'ostréiculteur aux éleveurs.

Au jardin de la Maison des Vins

Rens. : 05 57 68 13 76

ou [www.tourisme.bourg-en-gironde.fr](http://www.tourisme.bourg-en-gironde.fr)

## 26 juillet > 23 août

### Soirées Gastronomiques et artisanales, Lège-Cap Ferret

Au cœur du village de Lège, chacun est invité à s'installer à table pour déguster les assiettes proposées par les producteurs : huîtres, canard, bœuf, fromage, laitage, fruits frais...

Rens. : [www.lege-capferret.com](http://www.lege-capferret.com)

## > AOÛT

### 1er août

#### Cinéma en plein air et marché nocturne, Blaye

Au pied de la citadelle, marché et restauration sur place. A 22h15, soirée ciné en plein air.

Rens. : [www.blaye.fr](http://www.blaye.fr)

### 9 août

#### Music and Cook and Wine, Pauillac

Tout est dit dans le titre : musique, savoir-vivre, vins du Médoc et grillades préparées par le groupement des éleveurs girondins.

Rens. : 05 56 59 03 08

ou [www.pauillac-medoc.com](http://www.pauillac-medoc.com)

### 15 août

#### Fête de l'huître, Arès

En été, villes et villages du Bassin célebrent la reine du Bassin : l'huître.

Rens. : [www.ares-tourisme.com](http://www.ares-tourisme.com)

### 24 > 25 août

#### Fête du village de L'Herbe

Sur la presqu'île du Cap Ferret, le quartier ostréicole de l'Herbe fait la fête. Gastronomie du terroir, dégustations, animations musicales et régates.

Rens. : [www.lege-capferret.com](http://www.lege-capferret.com)

### 30 août > 1er septembre

#### Saveurs Gourmandes, Langon

150 exposants de toute la France : vin, gastronomie et fromages ainsi que de nombreuses nouvelles appellations. Avec le Cantal, invité d'honneur, pour trois jours de fête.

Parc des Vergers

Rens. : 05 56 63 68 00

### 31 août > 1er septembre

#### Foire de la troque-sel, Bourg

Traditionnelle foire de la troque-sel dont les origines remontent au Moyen-Age, avec vendeurs d'aulx et d'oignons.

Rens. : [www.bourg-en-gironde.fr](http://www.bourg-en-gironde.fr)

## > ET AILLEURS

### 21 > 22 juin

#### Saké Tasting, Paris

Premier salon français du saké et des spiritueux japonais, co-organisé par Sylvain Huet, premier Français sacré « saké samouraï ».

Rens. : [www.saketasting.fr](http://www.saketasting.fr)

### 5 > 7 juillet

#### Lot Of Saveurs, Cahors (46)

Parrainé par l'actrice Agnès Jaoui, le festival gastronomique accueille Thierry Marx lors d'un concours de cuisine et se prolonge tout l'été du 11 juillet au 29 août dans les communes du Grand Cahors, tous les jeudis.

Rens. : [www.lotofsaveurs.fr](http://www.lotofsaveurs.fr)

### 6 juillet

#### Fête du thon, Saint-Jean-de-Luz (64)

La traditionnelle fête gastronomique autour du thon. Repas, bandas, bal.

Rens. : [www.saint-jean-de-luz.com](http://www.saint-jean-de-luz.com)

### 13 juillet

#### Fête des chipirons, Hendaye (64)

Hendaye met ces petits poulpes à toutes les sauces ! Avec animations folkloriques.

Rens. : [www.hendaye.com](http://www.hendaye.com)

### 14 juillet

#### Foire à la tourtière, Tournon d'Agénais (47)

Une foire dédiée au gâteau fourré aux pommes ou aux pruneaux et parfumé à l'Armagnac. Miam !

Rens. : [www.tourisme-fumelois.fr](http://www.tourisme-fumelois.fr)

### 30 août > 1er septembre

#### Pruneau Show, Agen (47)

La grande fête du pruneau, en plein cœur de la récolte. Marché de producteurs, concerts, parade, dégustations, expositions...

Rens. : [www.grandpruneaushow.fr](http://www.grandpruneaushow.fr)

# CHOCOLATERIE MONBANA



## Chocolatez-vous la vie !



CHOCOLATERIE  
**MONBANA**

Villeneuve d'Ornon  
Rocade Sortie 20 - Parking Bébé 9  
Tel : 05 56 64 33 02

## HÉLÈNE DARROZE

4 rue d'Assas  
75006 Paris  
01 42 22 00 11  
[www.helenedarroze.com](http://www.helenedarroze.com)

## PORTRAIT DE CHEF

### ■ Ahizpak

Résidence Océanic  
Avenue de Bidart  
64210 Bidart  
05 59 22 58 81  
[www.bistrot-ahizpak.com](http://www.bistrot-ahizpak.com)

## LE GOÛT DU TERROIR

### ■ Artza Editions

Harpénia, quartier Serre  
64310 Saint-Pée-sur-Nivelle  
05 59 23 08 87  
[www.artza-editions.com](http://www.artza-editions.com)

### ■ Conservatoire végétal régional d'Aquitaine

Domaine de Barolle  
47130 Montesquieu  
05 53 47 29 14  
[www.conservatoirevegetal.com](http://www.conservatoirevegetal.com)

### ■ Association Bœuf de Chalosse

75 route de Mugron  
40250 Lourquen  
05 58 97 93 31  
[www.qualitelandes.com](http://www.qualitelandes.com)

### ■ Catherine Aimé

Aimé père et fils SA  
3 avenue de la République  
40100 Dax  
05 58 74 24 37

### ■ Pierre Oteiza

64430 Les Aldudes  
05 59 37 56 11  
[www.pierroteiza.com](http://www.pierroteiza.com)

## GRAND ANGLE SPIRITUEUX

### ■ Bas Armagnac Francis Darroze

277 avenue de l'Armagnac  
40120 Roquefort  
05 58 45 51 22  
[www.darroze-armagnacs.com](http://www.darroze-armagnacs.com)

## SOMMELIERS

### ■ La Cave d'Antoine

26, rue Furtado  
33800 Bordeaux  
09 81 19 65 01  
[www.lacavedantoina.eu](http://www.lacavedantoina.eu)

### ■ Le Pont-Bernet

Logis de France  
1160 route de Soulac  
33290 Le Pian-médoc  
05 56 70 20 19  
[www.pont-bernet.fr](http://www.pont-bernet.fr)

## GASTRONOMES EN CULOTTE COURTES

### ■ Nicolas Frion

Le Chapon fin  
5 rue Montesquieu  
33000 Bordeaux  
05 56 79 10 10  
[www.chapon-fin.com](http://www.chapon-fin.com)

## BIO

### ■ Association des producteurs de haricot-mâis du Béarn

14 avenue de Saragosse  
64000 Pau  
05 59 84 41 22  
[www.camindelamongeta.com](http://www.camindelamongeta.com)

## DOSSIER SPÉCIAL

### ■ Hôtel Restaurant Claude Darroze

95 cours du Général Leclerc  
33210 Langon  
05 56 63 00 48  
[www.darroze.com](http://www.darroze.com)

### ■ Coopérative Palmagri

8 rue Parfarrieu  
33124 Auros  
05 56 65 40 81  
[foiegras-palmagri.fr](http://foiegras-palmagri.fr)

### ■ Boucherie Campet

23 place des Capucins  
33000 Bordeaux  
05 56 92 66 69

### ■ Boucherie Maud et seb

105 cours de Lattre de Tassigny  
33210 Langon  
05 57 31 09 18

### ■ Cave des Carmes

11 bis Cours des Carmes  
33210 Langon  
05 56 63 06 89

### ■ Chai Gordo

105 ter cours de Lattre de Tassigny  
33210 Langon  
06 50 80 76 83

### ■ Les Prés d'Eugénie

234 rue René Vielle  
40320 Eugénie-les-Bains  
05 58 05 06 07  
[www.michelguerard.com](http://www.michelguerard.com)

## ESCAPADES GOURMANDES

### ■ Macarons Adam

27 place Clémenceau  
64200 Biarritz  
05 59 26 03 54  
[www.macarons-adam.com](http://www.macarons-adam.com)

### ■ Chocolaterie Henriët

Place Georges Clemenceau  
64200 Biarritz  
05 59 24 24 15  
[chocolaterie-henriet.com](http://chocolaterie-henriet.com)

### ■ Pâtisserie Artigarrède

1 pl. de la Cathédrale  
64400 Oloron Sainte-Marie  
05 59 39 01 38

### ■ Au Pêché Mignon

17 avenue de Verdun  
64200 Biarritz  
05 59 23 90 14

### ■ Fromagerie Aupetit

Halles Centrales  
64200 Biarritz  
05 59 24 11 06

### ■ Hôtel du Palais

1 avenue de l'Impératrice  
64200 Biarritz  
05 59 41 64 00  
[www.hotel-du-palais.com](http://www.hotel-du-palais.com)

### ■ Moulin de Bassilour

Au Bois du Moulin  
Z.I. Bassilour  
64210 Bidart  
05 59 41 94 49

### ■ Arzac

273 avenida Alacade Elósegui  
20015 Donostia - San Sebastián  
+ 34 943 278 465  
[www.arzak.es](http://www.arzak.es)

## IDÉES NEWS

### ■ Moulin du Haut Jasson

Le Haut Jasson  
83250 La Londe-les-Maures  
04 94 15 92 03  
[www.moulinduhautjasson.com](http://www.moulinduhautjasson.com)

### ■ Afidol

[www.afidol.org](http://www.afidol.org)

## SHOPPING

### ■ Natures & Découvertes

Points de vente :  
[www.natureetdecouvertes.com](http://www.natureetdecouvertes.com)

### ■ Galeries Lafayette

11 à 19 rue Sainte-Catherine  
33000 Bordeaux  
05 56 52 02 93

### ■ Collection Lartigue pour Lionel Osmin et Cie

14 rue des Bruyères - ZI Berlanne  
64160 Morlass  
05 59 05 14 66  
[www.osmin.fr](http://www.osmin.fr)

### ■ Artiga Maison Bordeaux

73 rue des Trois Conils  
33000 Bordeaux  
05 56 52 02 76

[www.artiga.fr](http://www.artiga.fr)

### ■ Terafeu-Terafour

1690 route d'Orthez  
40360 Tilh  
05 58 55 31 60  
[www.terafeu-terafour.com](http://www.terafeu-terafour.com)



**GOUR  
METS** DE FRANCE  
**MINI-PÂTISSONS  
FARCIS**



Très facile



Bon marché



20 min



15 min

**GOUR  
METS** DE FRANCE  
**TARTE  
AUX PIGNONS**



Difficile



Bon marché



40 min



1h 30

**GOUR  
METS** DE FRANCE  
**LAPIN DE SAISON  
SAUTÉ À L'AIL**



Facile



Bon marché



30 min



45 min

**GOUR  
METS** DE FRANCE  
**SALADE DE SARDINES  
MARINÉES À L'HUILE D'OLIVE**



Très facile



Bon marché



20 min



30 min

## TARTE AUX PIGNONS

Une recette du chef Laurent Mouret, La Verdoyante, à Gassin (83).  
© Photo B. Malègue

### La tarte aux saveurs du sud

#### Les ingrédients :

##### Pâte sucrée :

- 250 g de farine • 150 g de beurre
- 100 g de sucre • 1 œuf • 1 gousse de vanille

##### Crème brûlée :

- 300 g de lait • 1 gousse de vanille
- 150 g de sucre semoule • 750 g de crème fleurette • 150 g de jaunes d'œufs • Fleur d'oranger

##### Pignons caramélisés :

- 500 g de pignons • 125 g de sucre
- 225g d'eau

1/ Préparez la pâte : faites ramollir le beurre. 2/ Mélangez la farine, le sucre et les graines de la gousse de vanille. 3/ Incorporez le beurre ramolli et le jaune d'œuf. Formez une boule de pâte. 4/ Étalez la pâte et placez-la

dans un moule beurré et fariné. Piquez le fond et enfournez 15 minutes à 180°C. 5/ Préparez la crème brûlée : faites chauffer le lait et la crème avec la gousse de vanille fendue. 6/ Battez le sucre et les jaunes d'œufs, ajoutez la fleur d'oranger. 7/ Versez le lait (sans la gousse de vanille) sur les jaunes et le sucre, mélangez et faites cuire à 100°C au four dans un récipient pendant 45 minutes. 8/ Faites chauffer les pignons au four. 9/ Dans une casserole, faites cuire le sucre et l'eau à 115°C (pour avoir un sirop), versez les pignons chauds dans le sirop. 10/ Faites caraméliser et sablez : retirez du feu et mélangez longuement pour que le sucre se transforme en sable et enrobe les pignons. 11/ Disposez la crème brûlée dans le fond de tarte, parsemez de pignons caramélisés et saupoudrez de sucre glace.

## MINI-PÂTISSONS FARCIS

Une recette de Bernard Lafon : « Le Potager de ma Grand-Mère » éd. Aubanel. © Photo Vincent Thibert

### Petits farcis d'été

#### Les ingrédients :

Pour 4 personnes

- 20 petits pâtissons
- 2 grosses tomates mûres
- 100 g de jambon de Bayonne
- 80 g d'oignons
- 8 feuilles de basilic rouge
- 2 gousses d'ail
- Huile d'olive
- Sel et poivre

1/ Coupez la base des jeunes pâtissons afin qu'ils soient bien stables. 2/ Evidez-les avec une cuillère à café et réservez les chapeaux. 3/ Emincez l'ail, l'oignon, le basilic. 4/ Coupez en morceaux grossiers les tomates et le jambon de Bayonne. 5/ Faites revenir le tout dans une poêle avec un peu d'huile d'olive. Salez, poivrez. 6/ Remplissez les pâtissons avec cette farce et recouvrez avec les chapeaux gardés. 7/ Faites cuire à four chaud (170°C) pendant 10 à 15 min.

## SALADE DE SARDINES MARINÉES À L'HUILE D'OLIVE

Une recette du chef Nicolas Sintès, à la Bastide de Saint-Tropez (83)

### Recette niçoise express

#### Les ingrédients :

Pour 4 personnes

- 1 salade iceberg
- 8 belles sardines
- 1 concombre
- 1 tomate
- 10 olives
- 80 g de féta
- Oignon au vinaigre
- 1 yaourt grecque
- 1 bouquet de menthe
- 50 cl d'huile d'olive
- 1 jus de citron

1/ Levez les filets des sardines et enlevez les arrêtes. 2/ Assaisonnez les sardines avec du sel, du piment et le jus de citron. Recouvrez d'huile d'olive légèrement chauffée. Réservez au frais. 3/ Taillez la salade et les légumes en tranches épaisses. 4/ Disposez la salade au centre de l'assiette et ajoutez la garniture et les

sardines. 5/ Ajoutez un filet d'huile d'olive et une quenelle de yaourt.

## LAPIN DE SAISON SAUTÉ À L'AIL

Une recette du chef Laurent Mouret, La Verdoyante, à Gassin (83).  
© Photo B. Malègue

### Familial et provençal

#### Les ingrédients :

Pour 4 personnes

- 1 lapin fermier
- 1 oignon
- 3 têtes d'ail
- 100 g de lardons
- 2 feuilles de laurier
- Thym, sel, poivre
- 6250 ml de fond de lapin (ou 2 bouillons cube)
- Huile d'olive
- Fécule de maïs (Maizéna)

1/ Coupez votre lapin en morceaux (environ 12). 2/ Dans une plaque à rôti, mettez l'huile à chauffer et faites colorer les morceaux de lapin et les lardons. Retirez-les de la plaque et réservez. 3/ Emincez l'oignon et faites-le blondir dans la plaque. Ajoutez une tête d'ail hachée et ajoutez les deux autres entières, dans leur gousse. 4/ Remettez le lapin et les lardons

dans la plaque, salez, poivrez. Ajoutez le thym, le laurier, et mouillez avec le fond de lapin (ou le bouillon). 5/ Enfourez à 180°C et laissez cuire 30 minutes. 6/ Une fois cuits, retirez les morceaux de lapin et liez légèrement la sauce avec un peu de fécule de maïs. 7/ Servez les morceaux arrosés de sauce.

## TOMATES CŒUR DE BŒUF À LA NICOISE



Facile



Bon marché



30 mn

## PARMENTIER DE CANARD CONFIT AU FOIE GRAS



Facile



Bon marché



30 mn



24h

## CRÈME MASCARPONE À LA VANILLE, BISCUIT AUX AMANDES



Moyen



Moyen



15 mn



40 mn

## CHEESE-CAKE AUX POMMES ET AU THÉ MATCHA



Très facile



Bon marché



65 mn



15 mn

## PARMENTIER DE CANARD CONFIT AU FOIE GRAS

Recette de David Moreau  
©Photo de Christophe Barde

### Les ingrédients :

Pour 4 personnes

- 4 cuisses confites de canard PALMAGRI
- 800 g de pomme de terre amandine
- 4 tranches de foie gras de 40 g chacune
- 3 gousses d'ail
- 1 petit oignon
- Quelques feuilles de persil plat
- 80g de beurre
- 50 cl de lait
- sel poivre
- 40 cl de bouillon de volaille
- 3 cuillères de maïzena

### Pour la sauce

- 2 verres de porto rouge
- 2 cuillères de miel de bruyère
- 2 cuillères de bouillon de volaille

1/ Dégraisser, désosser, et émincer les cuisses de canard ; les faire revenir avec l'ail, l'oignon, le persil le tout ciselé et mouiller avec le bouillon de volaille. 2/ Faire bouillir les pommes de terre avec 25 cl de lait, de l'eau et un peu de gros sel. Égoutter, écraser les pommes de terre avec le beurre, le reste de lait, sel poivre. 3/ Réduire le porto, ajouter le miel et les 2 cuillères de bouillon. 4/ Poêler le foie gras préalablement pané dans la maïzena. Saler poivrer. 5/ Dresser le confit dans un emporte pièce additionné de l'écrasé de pommes de terre et du foie gras. 6/ Arroser finement de la réduction de porto.



## TOMATES CŒUR DE BŒUF À LA NICOISE

Une recette du chef Nicolas Sintès, à la Bastide de Saint-Tropez (83)

### Petits farcis d'été

### Les ingrédients :

Pour 4 personnes

- 4 belles tomates cœur de bœuf
- 2 œufs durs
- 8 filets d'anchois
- 1 sucrine
- Un quart de concombre
- Un demi oignon
- 1 poivron confit
- 50 g de thon cuit
- 16 olives noires
- 8 tranches de pain
- 8 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 4 feuilles de basilic

1/ Creusez les tomates, salez et poivrez-les. 2/ Gardez-les retournées sur un torchon propre. 3/ Emincez tout les ingrédients en morceaux de même taille. 4/ Farcissez les tomates avec. 5/ Toastez le pain, arrosez les tomates et le pain généreusement d'huile d'olive.

**Astuces :** Choisissez des légumes mûrs à point et extra frais. Pour l'huile d'olive, un fruité mûr est idéal (AOP Provence, vallée des Baux-de-Provence ou Aix-en-Provence).

## CHEESE-CAKE AUX POMMES ET AU THÉ MATCHA

Une recette de Michèle Villemur.  
© Photo Vincent Angouilliant

### En grand ou petit moule

### Les ingrédients :

Pour 4-6 personnes

- 2 pommes du Limousin
- 200 g de ricotta
- 200 g de mascarpone
- 5 galettes bretonnes
- 4 œufs
- 90 g de beurre ramolli
- 100 g de sucre en poudre
- 1 sachet de sucre vanillé
- 5 cl de crème fraîche
- 1 feuille de gélatine alimentaire
- 1 filet de jus de citron
- 5 cl de thé matcha
- 1 coulis de fruits rouges

1/ Epluchez et coupez les pommes en dés. Citronnez-les légèrement. 2/ Préparez le thé matcha en le faisant infuser dans une tasse d'eau frémissante. Laissez refroidir et filtrez. 3/ Faites fondre la feuille de gélatine alimentaire. Incorporez-la au

thé froid. 4/ Dans le mixeur, mettez les galettes bretonnes avec 60 g de beurre ramolli et la moitié de sucre en poudre. Donnez un petit tour rapide : la pâte doit avoir l'aspect d'un crumble. Disposez-la dans un moule à cake chemisé de papier sulfurisé. Tassez bien. 5/ Dans une poêle, faites dorer les dés de pommes 5 min avec le reste de beurre (30 g) et le sucre vanillé. Essuyez-les légèrement sur du papier absorbant. Disposez-les sur la couche de pâte dans le moule à cake. 6/ Dans le mixeur, mettez à nouveau les œufs avec le reste de sucre en poudre (110 g). 7/ Incorporez les deux fromages (ricotta et mascarpone). Versez le thé et mixez : la préparation doit être homogène. 8/ Disposez la pâte sur la couche de pommes. Tassez bien. 9/ Allumez le four à 180°C et enfournez 1 heure en surveillant.

## CRÈME MASCARPONE À LA VANILLE, BISCUIT AUX AMANDES

Une recette inspirée des desserts d'Hélène Darroze

### Les ingrédients :

Pour 8 personnes

- Pour la crème à la vanille
- 260 g de crème fleurette
- 1 gousse de vanille de Tahiti
- 2 jaunes d'œufs
- 65 g de sucre semoule
- 1/2 feuille de gélatine
- 260 g de mascarpone
- 4 g d'essence de vanille

### Pour le biscuit clafoutis

- 20 g de beurre pommade
- 30 g de poudre d'amande
- 30 g de sucre glace
- 5 g de féculé de maïs
- 1 œuf
- 20 g de crème

1/ La veille, commencez par la crème à la vanille : portez la crème et la vanille (essence et gousse ouverte et grattée) à ébullition, et laissez infuser

une nuit au réfrigérateur. 2/ Le lendemain, laissez tremper la gélatine dans un bol d'eau. 3/ Portez à nouveau la crème à la vanille à ébullition. 4/ Battez les jaunes d'œufs et le sucre ensemble, puis versez dessus la crème en fouettant vivement. 5/ Ajoutez la gélatine essorée, puis versez le mélange en plusieurs fois sur le mascarpone, en mélangeant délicatement à chaque fois, sans trop fouetter. 6/ Répartissez le mélange dans des bols en verre puis gardez au frais. 7/ Pour le biscuit, mélangez la poudre d'amande et le sucre glace. 8/ Puis incorporez, dans l'ordre : le beurre mou, la poudre d'amande et le sucre, la féculé de maïs, l'œuf et la crème. 9/ Laissez reposer la préparation puis versez dans de petits moules beurrés. 10/ Faites cuire au four à 180°C environ 13 min. 11/ Servez la crème à la vanille avec les biscuits refroidis et une boule de sorbet au cassis.

## GÂTEAU AU TURBAN D'ALADIN



Facile



Bon marché



20 min



50 min

## TERRINE DE LÉGUMES DU SOLEIL AU CHÈVRE



Moyen



Bon marché



40 min



24 min

## FALAFELS OU CROQUANTS DE HARICOTS TARBAIS



facile



Bon marché



10 min



5 mn

## PETITES PIZZAS AUX CAROTTES ET GAMBAS SAUTÉES



Facile



Moyen



10 min



5 min

## TERRINE DE LÉGUMES DU SOLEIL

### AU CHÈVRE

Photographie de Joseph Gobin

*Frais en entrée*

#### Les ingrédients :

Pour 4 personnes

- 1 chèvre (type Chavignol) mi-sec
- Crème fraîche épaisse (2 à 3 cuillères à soupe)
- 2 courgettes
- 1 poivron jaune
- 1 poivron rouge
- 1 oignon
- Quelques feuilles de basilic
- 1 l de bouillon de légumes
- 20 g de gélatine en feuille
- Thym
- Huile d'olive

1/ Pelez les poivrons et conservez les peaux pour le coulis. 2/ Faites-les cuire au four dans un papier aluminium avec de l'huile d'olive et du thym environ 30 min à 150°C. Taillez-les en bandelettes. 3/ Faites fondre la gélatine dans le bouillon chaud. 4/ Taillez les courgettes en fines tranches fines, dans leur longueur. 5/ Faites

cuire ces tranches à l'eau salée bouillante. Laissez refroidir. 6/ Travaillez le chèvre avec de la crème fraîche pour le rendre crémeux. 7/ Tapissez une terrine ou un moule à cake de film alimentaire. 8/ Disposez dans le moule la moitié des lamelles de courgettes : placez-les dans le sens de la largeur, en les laissant dépasser de chaque côté (il faudra les replier ensuite). 9/ Trempez les lanières de poivrons et de courgettes restantes dans le bouillon tiède gélifié. 10/ Intercalez une couche de légumes avec une couche de chèvre. Refermez la terrine en rabattant les lamelles de courgettes. 11/ Laissez prendre au moins 24 h au froid. 12/ Préparez les coulis : faites doucement cuire l'oignon, ajoutez les parures de poivron. Mixez avec un peu de bouillon. 13/ Mixez le basilic avec un peu d'huile d'olive, et ajoutez au coulis. Salez. 14/ Servez bien frais avec la terrine démoulée.

## PETITES PIZZAS AUX CAROTTES

### ET GAMBAS SAUTÉES

Une recette du chef Nicolas Frion, au Chapon fin, à Bordeaux.

© Photo P. Exbrayat

*Ultra-simple mais bluffant*

#### Les ingrédients :

Pour 6 à 8 personnes

- 2 ou 3 carottes violettes
- 6 à 8 gambas décortiquées
- Un rouleau de pâte feuilletée (ou des crackers)
- Un peu de beurre
- 1 gousse d'ail
- 1 verre d'eau
- Mimosette râpée
- Sel et poivre

1/ Avec un emporte-pièce ou un petit verre, détaillez des ronds dans la pâte feuilletée. Faites-les cuire sur du papier sulfurisé au four (8 min environ à 180°C). 2/ Epluchez les carottes violettes. Lavez-les puis coupez-les en fines rondelles. 3/ Faites revenir les carottes dans une poêle avec un peu de beurre et la gousse d'ail juste éclatée. 4/ Déglacez avec un verre d'eau. Salez, poivrez. Les carottes doivent rester croquantes. 5/ Dépo-

sez les rondelles de carottes sur les ronds de pâte cuite. 6/ Décortiquez les gambas et faites-les sauter dans une poêle environ 2 minutes. 7/ Disposez une gamba sur chaque "pizza aux carottes". 8/ Râpez la mimosette, parsemez avec les pizzas. 9/ Faites dorer les pizzas 2 minutes au four pour faire fondre la mimosette.

**Astuces :** A la place de la pâte feuilletée, vous pouvez utiliser les tuiles du commerce type « crackers », prêtes à l'emploi.

## GÂTEAU AU TURBAN

### D'ALADIN

Une recette de Bernard Lafon : « Le Potager de ma Grand-Mère »

éd. Aubanel - © Photo : Vincent Thibert

*Fondant étonnant !*

#### Les ingrédients :

Pour 6 à 8 personnes

- 300 g de turban d'Aladin
- 150 g de semoule de blé dur
- 70 cl de lait
- 100 g de crème fraîche liquide
- 150 g de sucre roux
- 3 œufs
- 2 gouttes de fleur d'oranger

1/ Faites précuire le turban d'Aladin entier à la vapeur, 15 min environ. 2/ Enlevez les pépins, pelez et coupez-le en morceaux. 3/ Faites bouillir le lait et ajoutez la semoule. 4/ Laissez cuire durant 4 min en remuant continuellement. 5/ Retirez du feu, ajoutez la crème liquide, le sucre roux, les œufs et la fleur d'oranger. 6/ Ajoutez les morceaux de turban d'Aladin, mélangez bien. 7/ Versez dans un moule à cake et faites cuire au four au bain-marie 40 min à 180°C.

**Astuces :** Le turban d'Aladin est une variété de courge aussi décorative que bonne à cuisiner, en soupe, purée, gratin ou gâteau.

## FALAFELS OU CROQUANTS

### DE HARICOTS TARBAIS

Une recette de Mamina ([www.mamina.fr](http://www.mamina.fr))

#### Les ingrédients :

Pour une trentaine de croquants

- 100 g de haricots secs type haricots tarbais
- 1 oignon moyen
- 1 gousse d'ail
- Un bouquet de coriandre ou de persil lavé et effeuillé
- 8 pétales de tomates séchées
- 2 cuillères à soupe de farine
- Sel
- Huile pour friture

un peu ciselées, les tomates séchées et la farine. 5/ Mixez pour obtenir un mélange assez grossier. 6/ Salez généreusement. 7/ Faites chauffer l'huile. Formez des petites quenelles et faites-les frire jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. 8/ Égouttez sur un papier absorbant.

**Astuces :** A servir avec une sauce au yaourt, ou dans une salade croquante.

#### Matériel :

- un robot mixer

1/ Mettez les haricots à tremper dans un grand saladier d'eau froide pendant 24 heures. Changez l'eau une fois ou deux. 2/ Le lendemain, égouttez les haricots. 3/ Placez les haricots dans le bol du mixer, avec la gousse d'ail et l'oignon coupés en morceaux. Mixez finement. 4/ Ajoutez les herbes

Une audience en forte progression **+32%** en un an soit plus de **36 000 contacts** supplémentaires par rapport à mars 2012

**+33%**



UNE AUDIENCE UTILE SUPÉRIEURE À LA MOYENNE NATIONALE.

**+32%**



UNE AUDIENCE CUMULÉE EN HAUSSE.

**+36 000**  
CONTACTS SUPPLÉMENTAIRES

**+ DE CONTACTS POUR LE MÊME BUDGET**

soit un coût contact de 0,0206 € en 2012 et 0,015 € en 2013.

A noter les belles performances de Gourmets de France,

*qui s'installe sur la première marche du podium!*

**79%**  
DE MAGASINS  
COLLECTIONNENT  
GOURMETS DE FRANCE.

**33%**  
DE MAGASINS  
TROUVENT LES  
TANGERS & UELVRES  
NATURALISÉS.

**70%**  
DE MAGASINS  
PRETENT  
GOURMETS DE FRANCE  
À UN PRIX.



**36%**  
DE MAGASINS  
ACTE D'ACHAT  
TANGERS & UELVRES  
NATURALISÉS  
DANS LE MAGAZINE

**52%**  
DE MAGASINS  
RENDENT  
CHEZ UN PARTENAIRE

Diffusez auprès d'une audience ultra ciblée!

\*\*\* Plus de 40 000 téléspectateurs consultent sur la base de 20 000 exemplaires à 2 pages par type de magazine. Source : Média Evolution et structure de la presse - 2013 / Enquête Journal 2013 - Gourmets de France. \*\* Calcul sur la base du nombre d'exemplaires du magazine (20 000 ex.) du nombre de ventes potentielles par titre (1,5 pers. en 2011; 2 pers. en 2013); du nombre de copies en vente du magazine (3 à 4 ex/1\*), de la visibilité média (4000 unités/1\*\*) et des abonnements (environ 300 personnes/1\*\*). Source : 1\* Enquête Journal 2013 - Gourmets de France / 2\*\* AFM 2011 - presse hebdomadaire / 3\*\*\* Média Evolution et structure de la presse 2013. \*\* Calcul sur la base du coût moyen par page sur 2 à 3 mois (à titre indicatif de comparaison voir) : 2 232 k / 1 48 800 pers. utiles. Source : Enquête Journal 2013 - Gourmets de France.





RIEN N'EST PLUS BEAU  
QUE L'ESPRIT D'ÉQUIPE

FRED & FARID



PARTENAIRE OFFICIEL

YVES, MICHEL ET MICKAEL, ÉDUCATEURS DE L'ÉQUIPE DES POUSSINS  
DU CSN RUGBY DE NUITS-SAINT-GEORGES, UN SAMEDI DE TOURNOI.

SOCIÉTÉ GÉNÉRALE, AUX CÔTÉS DE TOUS LES AMOUREUX DE RUGBY.  
[FACEBOOK.COM/PARAMOURDURUGBY](https://www.facebook.com/paramourdurugby)

DEVELOPPONS ENSEMBLE

L'ESPRIT  SOCIÉTÉ  
D'ÉQUIPE  GÉNÉRALE