



Presse mensuelle départementale

Juillet 2010

16 000 ex

Livres gourmands Cuisine libanaise



Ce pourrait être le carnet de recettes d'une grand-mère libanaise transmis à sa petite-fille. Une petite-fille comme Sonia Ezgulian, qui a rassemblé les plats typiques du Liban, une "terre du miel et du lait" où se mêlent les saveurs épicées et les parfums sucrés des fruits secs. La collection Cuisinières du Monde des éditions Stéphane Bachès présente des ouvrages "à l'ancienne", avec des recettes manuscrites, illustrées de quelques sépias. Un voyage culinaire dans le temps et l'espace.

Cuisinière du Liban, de Sonia Ezgulian aux éditions Stéphane Bachès. 92 pages. 20 €. Dans la même collection, découvrez *Cuisinière toscane* et *Cuisinière andalouse*.

Avec simp



Salad de fruit viandes c lades ou recettes Michele Cranston qui fait la part belle cuits et aux fruits d mates, une pincée cuisine légère, raffinée pour débiter. *Frais + sain*, 120 recet de Michele Cranston, 256 pages, 19,90 €.

Fruits d'été



Une saison, trente recettes! À partir de ce principe, les éditions Ouest-France ont rassemblé les 120 meilleurs plats à base de 70 fruits et légumes récoltés au rythme des saisons. Ces plats ont été concoctés par des chefs de restaurant, des cuisiniers ou des maîtresses de maisons. La recherche des recettes est facilitée grâce à la double indexation de l'ouvrage : on trouve du premier coup les desserts d'hiver ou les entrées de printemps ! *La cuisine des fruits et des légumes*, collectif, aux éditions Ouest-France. 144 pages. 11,90 €.

Le mot du connaisseur



Marc Vigneron, dégustateur professionnel au Langeron (49)

Le rosé s'installe sur nos tables

Après un hiver interminable et un printemps maussade, l'été s'installe enfin ! Les tables sont dressées à l'ombre des tilleuls, les effluves de grillade emplissent l'air : l'heure du rosé est arrivée ! Les Français en sont friands : nous en absorbons trois fois plus qu'il y a quinze ans et nous produisons plus d'un tiers de la consommation mondiale ! Il faut dire qu'en général, les vins se sont améliorés. Historiquement, il s'agissait d'écouler une partie des jus dès l'encuvage des rouges de façon à rajeunir la

souvent "alcooléux" et brûlants. Aujourd'hui on utilise la vendange au complet : un pressoir pneumatique extrait gentiment un jus légèrement coloré ; après un débouillage délicat, une fermentation à froid s'impose (entre 14 et 20 degrés).

Le cépage, le terroir et la "patte" du vigneron influenceront le vin mais sa robe doit être éclatante, gage d'une bonne acidité, et varier du rose pâle à la griseille. Aromatiques, la violette, la pivoine, parfois l'anis, dominent mais on désire aussi

À la fois design et pratiques, surtout très bien pensés pour ceux qui souhaitent continuer à cuisiner malgré un manque de force



La boîte à sel
dans les mains, les ustensiles de cuisine Tous ergo facilitent la vie. La marque propose notamment des ouvre bouches en caoutchouc moulé, des couteaux ergonomiques ou un éplucheur à légumes que l'on glisse dans la main.

En vente sur le site www.tousergo.com. Possibilité de recevoir un catalogue et de commander les produits au 0 805 460 400 (appel gratuit depuis un poste fixe, du lundi au vendredi).

Lesieur innove avec ses sauces gourmandes au fromage blanc. Sa sauce mexicaine aux épices et aux poivrons est colorée du soleil de la tomate. À servir avec des pommes de terre au four ou avec une salade d'avocat aux poissons fumés. Quant à sa sauce indienne, elle unit le gingembre au curry, que vient rafraîchir une pointe de coriandre : elle accompagne les viandes froides ou une salade de chou blanc. En grandes et moyennes surfaces. Prix : 1,90 € (le pot de 170 g).



Faire son pain sans gluten



Du pain frais, fait à la maison ! Mon Fournil propose des farines prêtes à l'emploi pour faire son pain soi-même, à la main et au four ou bien en machine. La nouvelle gamme bio comprend une préparation pour pain blanc, pour pain multicéréales et pour brioche. S'ajoutent deux préparations ingénieuses et utiles : celle pour un pain sans gluten avec levure et sel incorporés (pour les personnes intolérantes au gluten) et celle pour une pâte à pizza à l'épeautre bio. En grande distribution. Prix indicatif : entre 3,10 € et 3,50 € (le paquet de 1 kg de préparation bio) ; 3,90 € (les 500 g de préparation sans gluten) et 2,50 € (les 380 g de pâte à pizza à l'épeautre).