

# plaisirs.

LE DEVOIR | CAHIER SPÉCIAL C | LES SAMEDI 22 ET DIMANCHE 23 JUIN 2024

## Charlevoix on the beach

Le soleil, la plage, la mer, le farniente, la découverte. Tout cela est-il seulement accessible par avion ? Pas du tout ! Oubliez un instant les destinations tropicales et fixez votre objectif vers l'une des plus belles régions du Québec, où le Saint-Laurent dévoile son spectaculaire décor maritime et champêtre. C'est donc décidé, cet été, vamos a la playa... à Charlevoix.

SOPHIE GINOUX  
COLLABORATION SPÉCIALE

« On dirait le Sud », chantait Nino Ferrer en 1975. Eh bien, c'est un peu cette sensation que l'on ressent quand on s'engage durant la saison chaude sur la Route du fleuve de la région charlevoisienne, qui s'étend de Baie-Saint-Paul jusqu'à La Malbaie. Un total de 78 kilomètres de pur plaisir des yeux, le long de petits lacets lumineux qui nous font plonger dans l'azur d'un bleu éclatant et le Saint-Laurent aussi vaste qu'un bras de mer. Qu'importe si les feuillus et les épinettes supplantent ici les palmiers et les cocotiers. La chaleur et la douce brise marine, ainsi que les villages colorés et les plages que nous croisons, nous dépassent tout autant. Ça y est, nous sommes en vacances, nous le savons.

### Maison avec vue

Les hébergements touristiques dans Charlevoix ne manquent pas, notamment ceux offrant une vue sur le fleuve. Pour satisfaire pleinement notre envie de Sud, notre choix s'est porté sur une résidence de tourisme située dans la petite commune côtière de Saint-Irénée, digne d'une carte postale.

De l'extérieur, on dirait que la maison-chalet de couleur rose vif que nous avons sélectionnée est tout droit sortie du Maine. Mais nous comprenons immédiatement en y entrant pourquoi elle se nomme Le cœur de la plage. La vue sur le fleuve qu'on y aperçoit du salon entièrement vitré et de la galerie en bois qui le borde est tout bonnement époustouflante.

C'est dans ce bel écrin douillet aux accents maritimes, équipé de tout ce qu'il faut pour être autonome, que nous déposons nos bagages avant de ressortir. Nous sommes impatients de nous rendre jusqu'à la jetée des Capelans et à la plage, à quelques enjambées.

### Plages et activités nordiques

Sable, soleil, flots miroitants, légère brise, voiliers, coquillages, marée. Tous les ingrédients sont réunis pour se croire à un autre endroit qu'au Québec sur la belle plage de Saint-Irénée, bordée par une promenade en bois aménagée. L'eau est plus vivifiante qu'ailleurs, certes, mais le charme de cette étendue de sable opère auprès des petits comme des grands.

Elle n'est d'ailleurs pas la seule à s'illustrer dans la région charlevoisienne. La plage de Baie-Saint-Paul est vraiment agréable, entourée d'installations et d'activités comme du kayak de mer. Pensons aussi à la plage de Petite-Rivière-Saint-François, avec une vue à 360 degrés sur les eaux du Saint-Laurent. Le Sud peut donc bien attendre quand on dispose de tels panoramas près de chez soi.

Pour les gens un brin plus frileux, Charlevoix offre toutefois d'autres options, comme le Spa nordique le Germain. Quant au Centre de bien-être du majestueux Fairmont Manoir Richelieu, il domine la vallée de La Malbaie et fête cette année ses 125 ans avec de nombreuses activités à la clef. Piscines intérieures et extérieures, bains à remous, hammam,

personnel aux petits soins dans ce lieu mythique avec une vue plongeante sur le Saint-Laurent. Que demander de plus ?

### Tourisme gourmand

En voyage, où que ce soit, bien manger occupe une place importante. Et Charlevoix est un modèle en la matière. Il est impossible de se rendre sur les lieux sans découvrir les producteurs et artisans qui y gravitent. Certains se trouvent près de l'eau, d'autres dans les coteaux de l'arrière-pays, mais ils en valent tous le détour. Les plus célèbres d'entre eux sont la famille Mignerou (Baie-Saint-Paul), la Laiterie Charlevoix (Baie-Saint-Paul), Les viandes bio de Charlevoix (Saint-Urbain), la brasserie et distillerie Menaud (Clermont), ou La ferme basque de Charlevoix (Saint-Urbain).

Grâce à la Route des saveurs présentée par Tourisme Charlevoix, nous sommes aussi tombés sur de petites perles que nous ne connaissions pas encore. Champignons Charlevoix, une entreprise pionnière dans la culture de pleurotes hors-sol et la cueillette, propose des produits frais, séchés ou transformés (tel qu'un pesto ou des confitures à base de champignons) surprenants et délicieux. Nous nous sommes ensuite rendus Chez Léon & Lili. Ce petit dépanneur jouxte une biscuiterie familiale d'inspiration bretonne dont les créations s'imprègnent du Québec, comme des sablés aux bleuets, ou d'ailleurs, à l'image de succulents *amaretti*.

Certaines tables charlevoisiennes, qui s'approvisionnent dans ce garde-manger local, sont également des incontournables. On peut bien sûr penser aux fameux Faux Bergers et à leur Buvette gentille (Baie-Saint-Paul), aux Labours de l'hôtel Germain Charlevoix, au Saint-Laurent du Fairmont Manoir Richelieu. Mais d'autres établissements sont tout aussi intéressants, entre autres le Sainti, en bordure de la plage de Saint-Irénée. Outre sa vue imprenable, il offre un menu créatif travaillé, dont un de dégustation à l'aveugle, avec des plats ciselés et des accords mets-vins réussis. Saluons notamment sa maîtrise des poissons et fruits de mer.

Autre découverte — et gros coup de cœur : La Marmite. Cette magnifique auberge ancestrale de Baie-Saint-Paul, revisitée avec une décoration ancestrale, voyageuse et boho par la seconde génération de propriétaires, dispose d'un restaurant chaleureux où le chef propose une cuisine du marché fraîche, colorée et savoureuse. Il faut absolument y commander la planche charlevoisienne, présentée sur un plateau étagé, et le généreux jarret d'agneau. Sans oublier les vins suggérés par la patronne, au palais très sûr.

C'est finalement l'estomac bien repu, les yeux pleins d'azur et de fleuve, la peau réchauffée par le sable et le soleil, et le cœur battant de souvenirs que nous devons rentrer chez nous. Pour revenir, nous l'espérons, le plus vite possible. Merci, belle Charlevoix.

TOURISME CHARLEVOIX

TD présente le  
FESTIVAL INTERNATIONAL  
DE JAZZ  
DE MONTRÉAL  
en collaboration avec  
RioTinto

27 JUIN AU 6 JUILLET 2024 • 44<sup>e</sup> ÉDITION  
LE JAZZ, SIGNÉ MONTRÉAL!  
MONTREALJAZZFEST.COM



« Dans la plus pure tradition parisienne, j'avais envie de faire découvrir le croissant garni aux athlètes », affirme Amandine Chaignot, qui officie notamment au Café de Luce.

ANNE-CLAIRE HÉRAUD

JEUX OLYMPIQUES D'ÉTÉ

## Paris, les athlètes et leur menu

Une quarantaine de plats principaux servis quotidiennement, dont un tiers sera végétarien. Quelque 500 recettes différentes et validées par le Comité international olympique. Une ouverture jour et nuit et un total estimé à 45 000 repas par jour, selon le *New York Times*. Bienvenue au plus grand restaurant du monde : la cafétéria des athlètes qui logeront au Village olympique et, à sa tête, des chefs français et étoilés.

CHARLES-ÉDOUARD CARRIER  
COLLABORATION SPÉCIALE

En amont, ce sont les artisans de la fine cuisine française Amandine Chaignot, Akrame Benallal et Alexandre Mazzia qui ont été sélectionnés pour élaborer les mets gastronomiques qui seront proposés aux 15 000 athlètes des JO 2024 et offerts en série limitée.

« On ne mange pas un steak-frite avant de courir un 100 mètres ! » imageait celle qui interviewait Akrame Benallal sur les ondes de France24. En effet, on a plutôt demandé aux trois étoiles de créer des repas locaux, durables, de saison et diversifiés pour satisfaire les appétits des sportifs en compétition. Le chef franco-algérien à la tête de l'établissement qui porte son prénom a imaginé le Muslino. Il s'agit d'un mets végétarien conçu à partir d'un muesli de quinoa croustillant, servi avec du yaourt fumé sans matière grasse, mascarpone, parmesan et herbes fraîches. Intéressés ? Le plat sera également proposé aux clients du restaurant Akrame, pendant tous les JO.

### Croissants, bien entendu

« Quand on m'a proposé de faire partie de l'équipe de chefs responsables de la création des menus des athlètes, le brief était d'offrir une cuisine signature, bien ancrée dans le territoire français. Une offre à la fois gourmande et équilibrée », précise Amandine Chaignot. Ces recettes n'ont pas de vocation « nutritionnelle » à proprement parler, mais elles sont plutôt présentes pour accompagner les sportifs au sein du village olympique et pour leur procurer des moments joyeux, génériques et... délicieux ! Alors, quels éléments de la cuisine française seront inévitablement intégrés à sa carte ? « Le croissant, dont nous les Français sommes si fiers ! Mais aussi quelques aliments plus saisonniers tels que les belles tomates, les pêches, le fenouil ou les mûres. L'idée est de mettre en avant des recettes et des produits typiquement français comme la truite, la quenelle de volaille ou encore la jolie pissaladière », énumère-t-elle.

Si l'on est de passage dans la Ville Lumière pour les épreuves olympiques ou paralympiques, c'est au Café de Luce que l'on pourra goûter à l'une des créations d'Amandine Chaignot. Elle les a imaginées spécialement pour les JO. « Dans la plus pure tradition parisienne, j'avais envie de faire découvrir le croissant garni aux

athlètes. Et donc, au Café de Luce, on le retrouvera garni, tantôt au jambon-fromage, tantôt à l'escargot ou encore à l'artichaut, comme un clin d'œil à la recette proposée. »

### De Marseille à Paris

Quelques mois avant les Jeux, les gens font la queue en face du Michel, le camion restaurant d'Alexandre Mazzia, baptisé ainsi en hommage à son grand-père pêcheur. Devant la fenêtre-comptoir, il est difficile de mesurer l'excentricité du menu qui a fait la popularité du chef triple étoilé et proposé à l'AM, sa deuxième adresse à un jet de pierre de là. Mais le véhicule peint en noir a sans conteste la cote avec ses mets qui se mangent sur le pouce. Ils sont préparés avec une élégance sans égale pour une cuisine de rue servie à côté d'un bâtiment d'habitation sans artifice, rue François Rocca, à Marseille.

De là, il n'y a qu'à suivre le long câble électrique qui relie le camion au restaurant. Ici, le géant à la force tranquille, ancien basketteur professionnel et porteur de la flamme olympique Paris 2024, y propose ce qu'il appelle des « voyages guidés » qui marient saveurs, textures et sensations. Des créations si exquises, sophistiquées et précises qu'il ne reste que la poésie pour les décrire en bouche.

Parmi plus de 30 compositions offertes lors de l'aventure culinaire, on y retrouve « chair d'araignée au jus animal, voile de denti mariné saké-betterave et garum », ou encore « cristalline safran, poutargue de caviar, condiment gingembre et têtes de maquereaux brûlées ». Comment décliner des créations aussi singulières servies à l'une des huit tables de son adresse marseillaise à un menu d'athlètes olympiques, sans y perdre son ADN ? « Comme je le fais au restaurant et au Michel, je souhaite mettre en avant nos artisans, nos pêcheurs et nos cueilleurs, toute la richesse de notre territoire », explique-t-il. Parmi les plats qu'il proposera aux athlètes, la pommade de pois chiches herbacés, betterave fumée et lait de had-dock auréolé d'anneaux de pain. Complexe ? Typiquement Mazzia.

Le journaliste a été invité par Atout France, ExploreFrance, Paris je t'aime, Choise Paris Région, l'Office de Tourisme de Marseille et le Comité régional du tourisme Provence-Alpes-Côte d'Azur.



Amandine Chaignot  
PHOTO FOURNIE PAR LA CHEFFE



Akrame Benallal  
PHOTO FOURNIE PAR LE CHEF



Alexandre Mazzia  
CHARLES-ÉDOUARD CARRIER

### Un peu d'Olympiques dans l'assiette

Envie de découvrir les saveurs et d'apprécier toute la créativité de ces trois chefs vedettes ? Voici la liste des restaurants où se dévoile tout leur savoir-faire. Réservation fortement recommandée pour une visite entre deux compétitions !

#### Amandine Chaignot

• Café de Luce, 2, rue des Trois Frères, Montmartre, Paris  
• Poulliche, 11, rue d'Enghien, 10<sup>e</sup> arrondissement, Paris  
• Nepita, 12 bis, boulevard Malesherbes, 8<sup>e</sup> arrondissement, Paris  
• Rosy et Maria, 11, rue du Faubourg-Saint-Honoré, 8<sup>e</sup> arrondissement, Paris

#### Akrame Benallal

• Akrame, 7, rue Tronchet, 8<sup>e</sup> arrondissement, Paris  
• Shirvan, 5, place de l'Alma, 8<sup>e</sup> arrondissement, Paris

#### Alexandre Mazzia

• AM, 9, rue François Rocca, Marseille  
• Michel, 17, rue François Rocca, Marseille

### Les JO 2024 et l'alimentation, en cinq chiffres

• **13 millions** : nombre de repas à préparer dans le cadre des JO pour les athlètes, bénévoles, spectateurs et représentants des médias.

• **15 000** : nombre d'athlètes qui visiteront le plus grand restaurant du monde avec ses 3500 places assises, installé dans la nef de la Cité du Cinéma, à Saint-Denis.

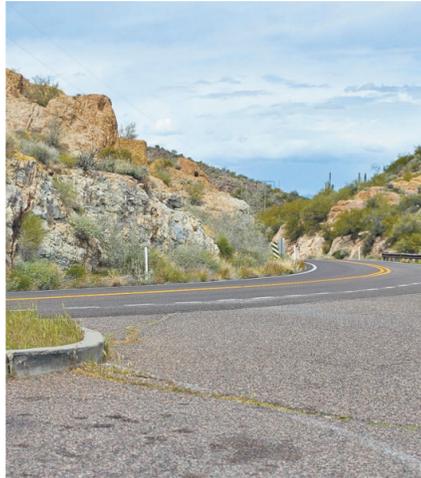
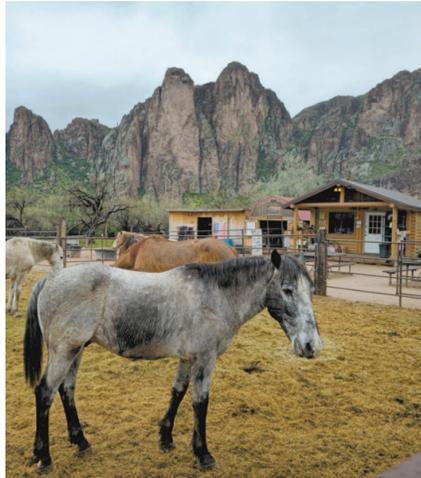
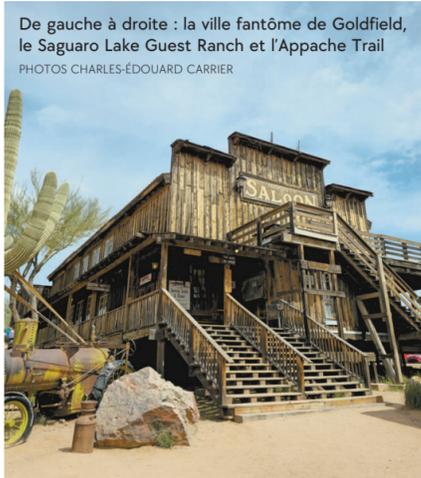
• **120** : nombre d'organisations de l'écosystème alimentaire français impliquées dans la réflexion concernant la restauration pendant les JO.

• **100 %** : on souhaite que la totalité de l'alimentation soit certifiée, locale et traçable, soit 80 % de produits « origine France », 25 % à moins de 250 km des sites et 30 % de bio.

• **10 %** : minimum à atteindre en ce qui concerne l'insertion professionnelle dans la restauration sur tous les sites des JO 2024.

De gauche à droite : la ville fantôme de Goldfield, le Saguaro Lake Guest Ranch et l'Apache Trail

PHOTOS CHARLES-ÉDOUARD CARRIER



## Parenthèse au temps du Far West

Cactus, falaises, chevaux sauvages et montagnes : un décor de cinéma devant lequel on ne peut faire autrement que de réveiller le John Wayne qui sommeille en chacun de nous. Difficile d'imaginer un tel dépaysement à moins de 30 minutes de route en voiture de Phoenix, la cinquième ville des États-Unis. Bienvenue à Mesa, en Arizona.

CHARLES-ÉDOUARD CARRIER  
COLLABORATION SPÉCIALE

Nous stationnons la Ford Mustang de location devant l'un des 20 chalets rustiques, confortables et des plus accueillants avec leur grand porche couvert. Le temps s'arrête dans une ambiance sereine, presque cinématographique. Notre choix d'hébergement pour notre séjour s'est arrêté sur le Saguaro Lake Guest Ranch. Construit en 1928 pour accueillir les ouvriers sur le chantier du barrage Stewart Mountain, le campement fut vendu puis transformé en hébergement l'année suivante. Il appartient à la même famille depuis près de cent ans, et on s'est assuré de préserver l'histoire singulière de ce lieu pittoresque.

À peine installés dans notre maisonnette exempte de télévision, de téléphone, de radio ou d'horloge, on est rappelés à l'ordre par le son d'une cloche. C'est le moment de rejoindre les autres convives dans la grande salle à manger commune, où est servi un souper préparé avec la minutie d'une fête d'anniversaire à la maison. Nous répétons l'expérience le lendemain pour le petit-déjeuner. L'hébergement, qui accueillait des visiteurs des États-Unis, de l'Europe et de l'Asie lors de notre passage, offre un tour du monde en permettant à tous de déguster ensemble une bière locale ou un jus d'orange fraîchement pressé.

### Contact privilégié avec la nature

Avec un groupe dirigé par Desert Dog Adventures, on s'enfonce dans la nature sauvage au volant d'un véhicule tout-terrain. Motivés par l'idée d'avancer plein gaz parmi les saguaros, de grands cactus dont la forme s'apparente à celle d'un arbre, nous ouvrons grands les yeux malgré le sable qui s'agrippe aux cils. Nous cherchons inlassablement les chats sauvages, monstres de Gila, lièvres de la Californie ou le célèbre oiseau *roadrunner* qu'on nous avait pourtant promis.

Pour favoriser les rencontres, il aurait sans doute été plus judicieux d'opter pour une version plus silencieuse et davantage en communion avec la nature pour visiter l'un des nombreux parcs nationaux de la région traversée par des kilomètres de sentiers balisés. Néanmoins, que l'on soit à pied, à cheval ou à quatre roues, impossible de ne pas s'émerveiller devant la faune et la flore unique du désert de Sonora.

S'ensuit la visite de la ville fantôme de Goldfield, qui n'a de fantôme que le nom. Difficile de séparer le vrai du faux dans ce décor réussi, qui recrée les plus glorieuses années de cette bourgade minière, figée quelque part en

### Carnet d'adresses

Le cœur de Mesa est tout à fait charmant. Pour un bref passage ou une journée entière, on y savoure la culture, l'entrepreneuriat et le savoir-faire local. Voici six arrêts sur Main Street.

- Cuisine végétalienne, café et concerts au Nile Theater
- Cocktails avec des spiritueux locaux dans une ambiance feutrée à l'Arizona Distilling Co.
- Brocante *mid-century* aux allures de musée à l'Atomic Age Modern
- Humour, musique et poésie façon *open-mic* tous les soirs au Jarrod's Coffee, Tea & Gallery
- Bar à arcades, ambiance rétro et *speakeasy* des années 1920 au Level One
- En prime, quoiqu'un peu plus loin du centre, le restaurant familial Baja Joe's propose une cuisine authentique mexicaine de style Sinaloa à déguster sur la festive et immense terrasse.

1890. L'attraction étant accessible gratuitement, il n'est pas surprenant qu'elle attire tant de touristes, et ce, dès l'ouverture. Sur place, restaurants, bars, bijouteries et de nombreuses boutiques mettent en valeur son passé minier. Pressés par le temps, nous manquons la démonstration de duel, où des coups de feu sont tirés dans l'espoir de régler un conflit des plus théâtraux entre deux cowboys.

Il existe une multitude de bonnes raisons de visiter les environs et de passer la journée au ranch. Les premières étant certainement la présence de chevaux sauvages et les nombreux sentiers qui ceinturent la propriété. Toutefois, s'ils ne sont pas au rendez-vous, on peut toujours réserver une randonnée à cheval en visitant une écurie. À partir du Saguaro Lake Guest Ranch et le long de la rivière Salty, des guides expérimentés conduisent les groupes dans les montagnes Goldfield et le désert de Sonora. La plus spectaculaire promenade est celle au coucher de soleil, parfaite pour conclure une journée à jouer les Lucky Luke.

### Cowboys et légendes

Dans la poursuite de ce chapitre écrit à la pouce à canon et à la poussière, on trace un chemin à travers la forêt nationale de Tonto et les monts de la Superstition. Le moteur de la Mustang rugit à chaque sortie de courbe de la très sinueuse Apache Trail, ou route 88, dont la partie la plus intéressante est celle entre Phoenix et le barrage Theodore Roosevelt. Défi de conduite pour certains, ce tronçon technique et exigeant est aussi l'un des plus exaltants et photogéniques de tout l'Arizona.

La plupart des touristes terminent leur périple d'une demi-journée à Tortilla Flat, pour ensuite rebrousser chemin. Depuis sa fondation en 1904, ni le feu, ni les nombreuses inondations, ni les glissements de terrain n'ont eu raison de la plus petite ville de l'Arizona, avec seulement six résidents permanents. Au creux des montagnes, on y propose un saloon, un restaurant, un bureau de poste et quelques boutiques de souvenirs. Si l'estomac ne se sent pas d'attaque pour un triple hamburger ou un bol de chili suffisamment épicé pour réveiller un volcan, impossible de lever le nez sur le *gelato* à la figue de Barbarie.

Avant de quitter Mesa et de boucler le périple, on fait un arrêt au restaurant Pizzicata, que l'on nous a recommandé. Arrivés d'Italie il y a cinq ans, Federico Venturini et Viola Tagliaferri sont la preuve que le rêve américain existe encore. La petite pizzeria familiale qu'ils ont créée en arrivant au pays est vite devenue l'une des destinations les plus prisées de la scène culinaire de Mesa. Et c'est là, en enfilant les dernières bouchées d'un tiramisu cuisiné par les anges, que l'on se promet de revenir. Phoenix et ses environs n'ont certainement pas fini de nous surprendre. On prend goût à la poussière...

Pour réaliser ce reportage, le journaliste a été invité par l'Arizona Office of Tourism.

## Carnet voyage

Les actualités du monde touristique, ici et ailleurs

MARIE-JULIE GAGNON  
COLLABORATION SPÉCIALE

### Tourisme en quête de sens

Créée il y a 20 ans, l'organisation américaine à but non lucratif Tourism Cares met sur pied depuis 2018 des « Meaningful Travel Summits » à l'international sous leur forme actuelle, en plus de ceux aux États-Unis. Au départ, l'objectif de Tourism Cares était d'aider les destinations à relancer leurs activités touristiques après une catastrophe naturelle ou une crise. Mais, aujourd'hui, l'institution se dit convaincue « que nous pouvons changer le monde grâce aux voyages ».

« Nous cherchons à rassembler, à éduquer et à inspirer, résume Greg Takehara, président-directeur général de Tourism Cares, rencontré lors de l'événement qui a eu lieu au Panama au début du mois de juin. Afin de sortir des sempiternelles *bucket lists*, qui exercent une grande pression sur les régions visées, l'organisation soutient les destinations dans l'identification d'expériences porteuses de sens et bénéfiques aux communautés. Le sommet de 2018 avait notamment pour but d'entraîner les visiteurs ailleurs qu'à Pétra, qui commençait à souffrir de surtourisme. Une Meaningful

Travel Map vouée à circuler dans les cercles des membres — et au-delà — est ensuite mise sur pied.

En plus des séances d'éducation, des panels et des ateliers, des activités sur le terrain sont prévues lors des événements pour découvrir certains projets choisis par l'équipe. Au Panama, j'ai par exemple pu tester un écotour créé par l'agence El Trip de Jenny dans la région d'Achiote (province de Colón). Et ce, en compagnie d'une quarantaine de cadres et de dirigeants de l'industrie du tourisme, associations sectorielles et autres voyageurs.

L'un de mes plus grands coups de cœur du séjour a sans contredit été la tournée du quartier « le moins recommandable » de la ville de Panama, El Chorrillo, en compagnie des fondateurs et guides de Localinpty. Ils ont su y mettre en valeur les aspects positifs. J'ai également adoré la randonnée dans le sentier La Caldera, dans la vallée d'Anton, qui s'est terminée par une visite chez Evelio, sympathique patriarce. Chapeau bas aux éloquentes guides de l'agence Ancon Expeditions ! Les Meaningful Travel Maps se trouvent sur le site de Tourism Cares.

### Observer les tortues de mer au Panama

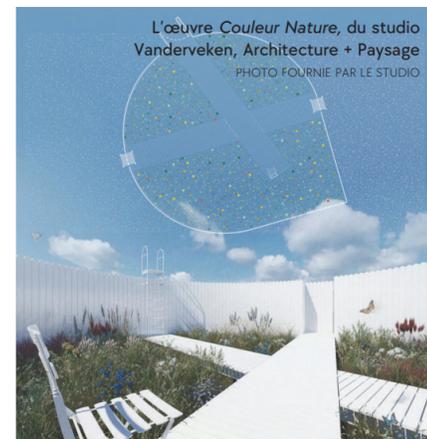
Après le Meaningful Travel Summit, j'ai poursuivi mon voyage dans la province de Veraguas en compagnie de l'agence Pacific Adventure. Si vous passez dans le coin, il faut absolument vous arrêter au tout nouveau centre de la Fundación Agua y Tierra, à Morrillo, inauguré officiellement le 15 juin dernier. C'est après avoir vu des tortues de mer se faire massacrer sur une plage que l'ingénieur agricole Jacinto Rodríguez Murillo a cherché comment il pourrait contribuer à les protéger, il y a une quinzaine d'années. « Je me disais que je devais agir, mais je comprenais aussi que la communauté avait besoin de manger », raconte-t-il. Il a alors imaginé l'Eco-Ruta Tortuga afin que les familles du secteur puissent tirer une rémunération grâce à l'engouement des vacanciers pour ces reptiles. Différentes expériences composent maintenant ce circuit axé sur les rencontres : kayak dans la mangrove, traite d'une vache à la Finca Mamacita, découverte de la méthode traditionnelle d'extraction du jus de la canne à sucre avec une villageoise de la communauté de Mata Oscura... En calculant les gains qu'aurait faits la communauté en vendant les œufs très prisés des tortues aux profits engendrés par les activités touristiques, Agua y Tierra a constaté que les revenus de l'écoroute étaient quatre fois plus élevés. Vous avez dit « gagnant-gagnant » ?

### Écologie des possibles aux Jardins de Métis

Pour sa 25<sup>e</sup> édition, le Festival international de jardins a sélectionné quatre œuvres inédites axées sur l'environnement. Premièrement, *Couleur Nature*, du studio québécois Vanderveken, Architecture + Paysage, propose une réflexion par l'étrange sur la position du jardin dans notre société. *FUTURE DRIFTS*, de l'Américaine Julia Lines Wilson, s'interroge à la fois sur le passé et l'avenir en prenant l'exemple de l'aster d'Anticosti. *Rue Liereman/Organ Man Street*, des Belges Pioniersplanters, constate le potentiel des jardins domestiques pour diminuer les impacts des changements climatiques. Finalement, *Superstrata*, des Italiens de mat-on, s'inspire du rhizome, concept développé par les philosophes Gilles Deleuze et Félix Guattari prônant de substituer aux hiérarchies de nouvelles façons d'intervenir de manière horizontale. Du 22 juin au 6 octobre 2024.

### Pas nouveau, mais encore plus beau

Ce printemps, le Guide vert Michelin est devenu le Guide Michelin Voyage & Cultures. Destiné aux voyageurs curieux, il reflète avec son nouveau nom l'intérêt particulier de ses lecteurs pour les expériences culturelles. Parmi les récentes éditions de cette collection, mentionnons celles consacrées à la Corée du Sud et au chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle.



Le quartier El Chorrillo, dans la ville de Panama  
RAUL ARBOLEDA ARCHIVES AGENCE FRANCE-PRESSE



Installé sur un petit îlot pittoresque de la République dominicaine, l'hôtel tout inclus dispose de 218 suites et villas.

CAYO LEVANTADO RESORT

# Mes vacances, mon île!

En République dominicaine, un bijou d'hôtel trônant seul sur un îlot inspire des évasions façon Robison Crusoé, bien-être à la clé

PHOTOS : CAYO LEVANTADO RESORT

## Le Grand Luxe selon Transat

Le Cayo Levantado Resort fait partie de la Collection Grand Luxe de Transat, un portefeuille d'hôtels parmi les plus luxueux des Caraïbes. Opter pour un établissement de cette collection et réserver son envolée chez Air Transat, c'est bénéficier de tout un éventail de petits et grands extras. Voyons voir...

### Parmi les avantages exclusifs à Transat :

- Accès au salon VIP à l'aéroport<sup>1, 2</sup>
- Surclassement en Option Plus<sup>2</sup> (une valeur de 128 \$ par passager et par trajet)
- Transfert privé entre l'aéroport prévu au forfait et l'hôtel
- Accès gratuit au circuit hydrothérapeutique du spa une fois durant le séjour<sup>2</sup>
- Arrivée devancée et départ tardif<sup>2</sup>

### Au nombre des avantages exclusifs aux hôtels de la Collection Grand Luxe :

- Service d'un concierge ou d'un majordome<sup>2</sup>
- Soupers gastronomiques à la carte illimités<sup>2</sup>
- Boissons de grandes marques à volonté
- Service de boisson à la piscine et à la plage<sup>2</sup>
- Service en chambre 24 heures sur 24<sup>2</sup>
- Connexion Wi-Fi gratuite<sup>2</sup>
- Bouteille de vin mousseux et assiette de fruits frais, chocolat ou autre gourmandise dans la chambre à l'arrivée
- Serviettes de plage dans la chambre à l'arrivée
- Peignoirs et pantoufles dans la chambre<sup>2</sup>

1. Forfait seulement / 2. Selon la disponibilité

Afin de rehausser l'expérience en vol, Air Transat propose également la Classe Club, une cabine exclusive destinée à ceux qui cherchent plus de confort et de petites attentions.

Pour plus de renseignements, consultez [airtransat.com](http://airtransat.com).



Qui ne rêverait pas de se retrouver au soleil, sur une île rien qu'à soi ou presque? Eh bien, nous voilà exaucés! Du côté de Samaná, en République dominicaine, c'est précisément ce que propose le Cayo Levantado Resort.

Baignée par l'océan Atlantique, Samaná, véritable réserve naturelle de cocotiers, est la partie la plus sauvage de tout le pays. Au large de la péninsule éponyme se trouve un petit îlot pittoresque. C'est le fameux Cayo Levantado, qui a donné son nom au sublime hôtel tout inclus de 218 suites et villas, qui y est installé. Un hôtel haut de gamme auquel le *Forbes Travel Guide* attribuait d'ailleurs, en février dernier, une note de quatre étoiles au terme d'une exigeante évaluation, ce qui le positionne désormais comme l'un des meilleurs complexes de bien-être tout luxe au monde.

Le calme de ses jardins, les bleus et verts dont se drapent l'océan ainsi que l'harmonie visuelle qui découle d'un aménagement intérieur épuré concourent à l'apaisement de tous, mais l'établissement ne s'en contente pas. Axé sur le bien-être de ses vacanciers, il a choisi comme mission de leur redonner énergie, vitalité et équilibre sans oublier de les soulager de tous les petits maux liés au stress. C'est un beau programme, qu'un mélange personnalisé d'exercices physiques, de séances de méditation, de recommandations nutritionnelles et d'activités significatives vise à concrétiser.

### RENAÎTRE À LA MER

Tout un secteur du complexe est notamment consacré au voyage intérieur qu'on pourrait vouloir entreprendre lors d'un séjour. Il comprend l'une des deux piscines du complexe, un spa invitant, une aire d'exercice en plein air, un studio d'entraînement et un salon de beauté.

De plus, au centre des jardins tropicaux se trouve Yubarta (« baleine à bosse » dans la langue des Autochtones taïnos; le cétacé étant présent dans la baie de janvier à mars). Il s'agit d'une zone dévolue à la croissance personnelle, qui réunit une piscine inspirée du cénote de Coaybay, des salles de méditation, d'autres destinées à des activités dirigées de découverte de soi, ainsi qu'un circuit en nature pour explorer la flore et la faune locales.

Un restaurant, le Santa Yuca, dont le menu est supervisé par des nutritionnistes, y sert des plats inventifs, concoctés avec des produits issus pour beaucoup du potager bio de l'établissement et préparés selon la tradition ancestrale de la cuisson lente. Quant au bar Savia, c'est l'endroit par excellence où commander un smoothie detox. Tous deux font partie de la formule tout inclus, bien que certaines prestations du Yubarta soient payantes.

Cela dit, on pourrait également s'en tenir strictement à son propre bon plan farniente à la piscine, celle avec vue sur la plage immaculée et les teintes de bleu marine, et personne n'y trouverait rien à redire : ce sont nos vacances, après tout !

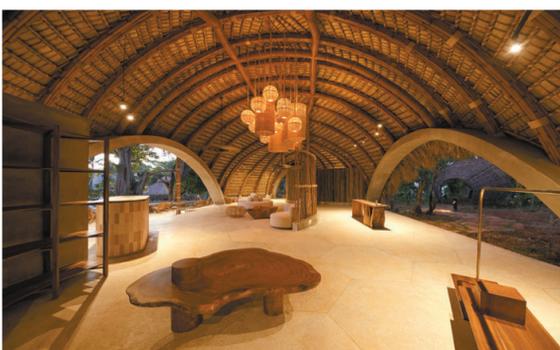
### SAVOURER À PLEIN CE COIN DE PAYS

Hors de l'île, les explorations suggérées correspondent à la quête de calme et de sens que prône l'hôtel. Par exemple, l'excursion à pied ou à cheval au cœur d'une dense forêt tropicale nous invite à découvrir la vertigineuse chute El Limón et son bassin d'eau claire, dont on peut profiter. Une autre permet d'observer de près d'adorables saïmiris ou singes-écureuils. Reconnexion avec la nature et émerveillement en vue !

Entre une visite, un cours de yoga, une virée en kayak de mer ou une plongée, un tour de tablées s'impose ! Outre le Santa Yuca et son approche *slow food*, quatre autres propositions gastronomiques sont incluses dans le forfait de séjour. Donnant dans la cuisine *nikkei*, une fusion d'ingrédients et de techniques culinaires du Japon et du Pérou, le Carey se démarque notamment de l'offre gourmande habituelle.

Si on voulait se faire davantage plaisir, deux autres restaurants spécialisés, ceux-là hors forfait, se font également alléchants : l'un sert des grillades, l'autre des délices d'inspiration dominicaine. De plus, cinq bars sont disséminés sur le site et un café nous régale de pâtisseries et de boissons préparées par un barista avec des grains locaux.

Quel splendide séjour en perspective sous le signe du ressourcement et peut-être même de la renaissance ! Déjà, le bref trajet en bateau pour se rendre à l'île Cayo Levantado est une façon de larguer symboliquement les amarres qui entravent nos vies. Ensuite, à nous, la plus belle des aventures — celle qui mène à soi !



Au centre des jardins tropicaux se trouve Yubarta, une zone dévolue à la croissance personnelle.



Le Cayo Levantado Resort est l'un des meilleurs complexes de bien-être tout luxe au monde selon le *Forbes Travel Guide*.



Le restaurant Santa Yuca propose un menu supervisé par des nutritionnistes.

## du jardin dans ma vie

Le portail qui inspire, renseigne et divertit les passionnés de plantes d'ici.



# Vision d'avenir, jardin durable

Vous envisagez d'installer un tout nouvel espace extérieur ou encore d'en rafraîchir un existant ? Avez-vous pensé à opter pour un concept durable axé sur la simplicité et la valorisation de la matière et des végétaux ? Cette pratique qui a fait ses preuves vise à créer des aménagements paysagers qui sauront répondre autant à vos besoins actuels qu'à vos besoins futurs, mais également résister au temps. Le tout dans une perspective plus respectueuse de l'environnement. Petit guide pour votre prochain projet vert.

HÉLÈNE BARIL

COLLABORATION SPÉCIALE | DUJARDINDANSMAVIE.COM

Dans un souci de s'investir pour la cause environnementale, d'éviter le gaspillage et les dépenses inutiles et de choisir des éléments qui laisseront leur marque longtemps, voici quelques outils simples et pratiques. Ils vous guideront dans la planification et la réalisation de votre projet d'aménagement durable.

### Verdir votre environnement

Dans un aménagement paysager durable, les végétaux sont à l'honneur. Qu'ils soient ornementaux ou comestibles, ils trouveront toujours la place qui leur convient. Au moment de la planification de votre jardin, portez une attention particulière au choix des espèces et priorisez celles qui sont résistantes au climat de votre région. Afin de faire une sélection gagnante, gardez en tête la devise de « la bonne plante au bon endroit ». Et souvenez-vous qu'on ne change pas le sol pour une plante, mais que nous devons plutôt opter pour celles adaptées au type de terrain !

Favorisez la biodiversité en créant des zones nourricières vivantes et luxuriantes. Intégrez des plantes comestibles telles que de petits fruits, des légumes et des arbres fruitiers ici et là dans votre projet. Les belles plantes gourmandes méritent de côtoyer arbustes, vivaces et annuelles. Pensez également à inviter les pollinisateurs dans votre jardin en ajoutant des végétaux contenant une source adéquate de nectar et de pollen.

### Opter pour le réemploi

Donner une seconde existence aux végétaux et aux matières que l'on possède déjà fait partie intégrante de

la pratique durable en aménagement paysager. De nombreux objets un peu désuets reprennent vie au contact de nouveaux, plus actuels. Avec un peu d'imagination, vous serez en mesure de créer un concept écologique unique que vous pourrez personnaliser. Un simple coup de peinture permet souvent de dépoussiérer et de rafraîchir un mobilier ou une remise. Pensez à associer de vieux pavés à des dalles aux lignes plus modernes : vous serez surpris du résultat !

Optez également pour la valorisation des végétaux existants en les changeant d'endroit au besoin. Avant de vous délester de certains meubles, pavés, plantes ou autres articles, prenez le temps de réfléchir et posez-vous l'importante question : « Puis-je le réemployer ? » Comme la réponse est souvent oui lorsque l'on fait preuve d'ingéniosité et de créativité, vous économiserez ainsi beaucoup d'argent et vous ajouterez du même coup une touche d'unicité à votre concept.

### Achat local et matériaux durables

Au moment de choisir vos matériaux, votre terre de plantation, vos végétaux et tout autre élément profitable à la réalisation de votre aménagement durable, tentez de privilégier les entreprises horticoles situées à proximité. Cela vous permettra de réduire votre empreinte environnementale, en plus de soutenir l'économie régionale. Plus vous favorisez l'achat local, plus la variété et la disponibilité de certains produits seront bonifiées.

Depuis quelques années, de nombreux matériaux inertes écologiques sont apparus sur le marché afin de répondre à une demande de plus en

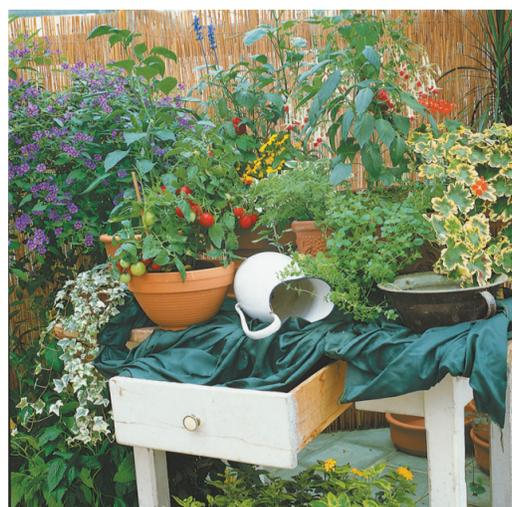
plus importante. Le recours à l'asphalte recyclé est d'ailleurs particulièrement tendance. Il s'agit là d'une belle façon de réutiliser une matière vouée autrefois à l'enfouissement.

Plusieurs entreprises spécialisées possèdent leur propre gamme de pavés perméables. En optant pour ce type de recouvrement, vous réduisez de beaucoup le ruissellement et les pertes d'eau tout en assurant une bonne distribution des eaux de pluie et d'arrosage vers les aires de plantation. Et cela facilite grandement la gestion de l'arrosage.

### Une bonne gestion de l'eau

Dès les premières étapes de planification de votre aménagement paysager durable, portez une attention particulière à la gestion de l'eau. Cette ressource doit être préservée, peu importe la dimension et les fonctions de votre projet. Songez à limiter les pertes d'eau dans la nature en restreignant les zones inertes et en maximisant l'utilisation de plantes. Cette pratique réduit considérablement la création d'îlots de chaleur et prévient le ruissellement des eaux de pluie et d'arrosage.

En somme, lors de l'élaboration d'un aménagement durable, plusieurs décisions peuvent être prises en tenant compte de l'avenir. Informez-vous auprès des détaillants pour des matériaux écologiques résistants, choisissez des végétaux adaptés à votre environnement, accordez une grande importance à la gestion de l'eau et demandez conseil aux concepteurs de jardins. Ces derniers sauront vous donner d'excellentes recommandations personnalisées !



Vous pouvez utiliser des matériaux usagés et les revampier. PHOTOS NOVA-PHOTO-GRAPHIK / BELLWYCK / HORTICOLOR

# Les vins de la semaine

JEAN AUBRY  
COLLABORATION SPÉCIALE



### Le bio

★★★★

Château Thébaud 2018, Jérémie Huchet, Muscadet Sèvre et Maine, Loire, France (29,80 \$ - 14556202)

Au-delà de la Loire, au sud de Nantes, l'homme, dans son souci constant de constat cadastral, a recensé 10 terroirs viticoles distincts pour cerner le cru Muscadet. Ce Château Thébaud est l'un d'eux avec, par exemple, Clisson, Vallet ou, encore, Le Pallet. De ceux-ci, le Château Thébaud me semble la synthèse idéale. Un mélange d'énergie, de puissance et de raffinement, de fraîcheur et de profondeur en raison de ses 52 mois sur lies ! (10+) ©



### Le rouge

★★★

Alma Negra 2020, Argentine (21,35 \$ - 11156895)

Nous y sommes ! Oui, les feux crépitent. Oui, les fumoirs fument et oui, encore, les travers de porc effilochés s'immolent et fondent leurs textures filandreuses à la riche plénitude des tanins de ce rouge argentin. Le caractère empyreumatique fumé au goût torréfié permet à la protéine de la viande de rivaliser de corps et d'audace, de fraîcheur et d'étoffe. Bref, ça se mâche rondement ! Servir frais. (5)



### Le blanc

★★★

Petit Bourgeois 2022, Henri Bourgeois, Vin de Pays Val de Loire, France (20 \$ - 13072302)

On n'apprend pas à un vieux singe à faire la grimace. Si Jean-Marie Bourgeois demeure jeune de cœur, son expérience et sa connaissance du terrain n'en sont pas moins redoutables. Ce vin, qui n'est pas un cancrerre, démontre incontestablement que le grand sauvignon blanc est parfaitement à l'aise au cœur du Jardin de la France. Bien sec, admirablement fruité, vivant, texturé et équilibré, il n'en est que plus captivant. (5)



### Le malvoisie

★★★★

Domäne Gentile 2022, Patrimonio, Corse, France (34,25 \$ - 15156235)

Ce rare malvoisie nous arrive comme une brise de fraîcheur saline, où s'épanchent à l'aube des massifs de fleurs blanches odoriférantes. L'atmosphère est à la fantaisie du côté de l'île de Beauté, tel un rêve étiré au-delà de l'horizon. Ce blanc sec bio séduit en somme doucement, en n'imposant sa sève délicate que pour mieux combler le palais en lui fournissant volume, harmonie et longueur. Du grand art ! Servir avec des poissons fins. (5) ©



### Le canon

★★★★

Chablis Premier Cru Vaillons 2022, Domaine Christian Moreau Père & Fils, Bourgogne, France (73 \$ - 15272105)

Si papa Moreau n'est pas très loin, c'est Fabien (6<sup>e</sup> génération) qui, depuis 2002, sublime ce beau domaine passé au bio en 2008. Il y a un enchantement dans les vins, un raffinement qui, loin d'être « désensibilisé » par une surenchère technique, naît d'une approche inspirée et très humaine. Ce Vaillons vibre tel l'archet d'un violon déposé sur un fil de soie. Il est à la fois subtil, un rien boisé, aux notions minérales envoûtantes. Top ! (10+)



### Moins de 20 \$

★★ 1/2

Bardolino 2022, Montesor, Vénétie, Italie (17,45 \$ - 15256869)

Le bardolino est un beaujolais qui aurait fait la fête, le sourire aux lèvres toute la nuit jusqu'au petit matin sans se soucier du chant du coq. Il est comme ça, le bardolino : badin, un rien libertin, croquant des mots doux dans une cerise confite enrobée de chocolat. Les corvina, rondinella et molinara l'habillent avec tout autant de légèreté que de désinvolture assumée. À servir bien frais avec une pointe de pizza. (5)

(5) à boire d'ici cinq ans — (5+) se conserve plus de cinq ans (10+) se conserve plus de dix ans — © devrait séjourner en carafe

Vous pouvez aussi lire les chroniques de Jean Aubry à [jeanaubry.substack.com](http://jeanaubry.substack.com)



Mélilot blanc en poudre



Morilles fraîches



Pétales de rose sauvage



Poivre des dunes

RACINES BORÉALES

## De la forêt à la table

« Notre mission a toujours été de mettre les produits locaux au centre de l'assiette », dit d'entrée de jeu Kevin Lavoie, copropriétaire de Racines boréales. L'entreprise qu'il a lancée en mai 2021 avec Marie-Philippe Mercier Lambert, sa conjointe, a ouvert sa boutique plus tôt ce mois-ci sur la rue Ontario, dans le quartier montréalais d'Hochelega-Maisonnette. Au menu : des aliments sauvages, d'autres, cultivés, et certains transformés, mais bien d'ici.

CONSTANCE CAZZANIGA  
COLLABORATION SPÉCIALE

D'abord un site en ligne, Racines boréales a vite attiré l'attention des chefs de la province. État-Major, Hélicoptère, Le Valois, Toqué !, H3, Montréal Plaza, Ratafia, Anémone, Knuckles, Le Clan, Le Hatley du Manoir Hovey, Maison Soma et Baumier — Bar à vin... Tant d'établissements se ravitaillent en sumac de vinaigrier, en trompettes de la mort ou encore en sirop de bouleau chez le couple de trentenaires.

« On veut offrir des produits frais qui sont plus difficiles à trouver, parce qu'ils sont en approvisionnement en circuit court, explique Marie-Philippe Mercier Lambert. C'est ce qu'on propose déjà aux restaurants qui est maintenant disponible au grand public. »

Ainsi, selon les saisons, on retrouvera en boutique des aliments sauvages, comme des oursins, des morilles, des chanterelles, du persil de mer et de la salicorne. Tant de végétaux qui poussent « dans notre métaphorique cour arrière » sans être facilement accessibles.



Marie-Philippe Mercier Lambert et Kevin Lavoie  
PHOTOS FOURNIES PAR RACINES BORÉALES

À cette proposition se sont vite ajoutés des produits d'entreprises partenaires qui utilisent les aromates fournis par Racines boréales. On pense aux prêts-à-cuisiner de Dunord, aux chocolats d'Allo Simonne et de Chocolat Dicitte et aux poissons fumés de Beira Nova, qui parfument leurs préparations avec du poivre des dunes, du sapin baumier ou encore de la rose sauvage.

« On ne fait pas tout, et c'est le *fun* de pouvoir offrir une diversité de produits, souligne Marie-Philippe Mercier Lambert. On avait déjà commencé à en vendre quelques-uns sur notre boutique en ligne, comme les algues d'Un océan de saveurs, les produits de Sel Saint-Laurent et la sauce poisson de KLKT. C'était naturel de les proposer ici et d'élargir cette offre-là. »

### Éduquer sans moraliser

Faire découvrir des produits méconnus au grand public vient avec un volet pédagogique. Le couple fondateur de Racines boréales l'a bien compris et multiplie les initiatives en la matière.

En témoigne par exemple la collaboration de l'entreprise avec l'illustratrice agroalimentaire Laucolo. Ensemble, elles proposent une affiche qui représente neuf plantes nordiques avec des méthodes de préparation, des accords de goûts et des idées de plats.

Fournir des recettes et des inspirations de mariages de saveurs fait aussi partie de cet effort pédagogique. « Sinon, ce serait toujours le même cercle de personnes qui consomment ces produits parce qu'elles savent déjà comment les cuisiner. Le reste des gens penseraient que ce n'est pas pour eux », analyse Marie-Philippe Mercier Lambert.

Et il y a les comparaisons avec ce qu'on connaît. Parler du mélilot comme de la vanille du Québec ou du nard des pinèdes comme de

la cardamome nordique donne des points de repère. « Le mélilot, ça ne goûte pas la vanille, ça goûte le mélilot. Mais ça aide à partir de quelque part », croit Kevin Lavoie, qui estime toutefois qu'il faut faire attention à ne pas réduire le profil de saveurs des produits boréaux.

Le couple prend également le temps d'expliquer les tarifs à sa clientèle. Leur mélilot en poudre, confectionné à partir de fleurs récoltées à la main, n'est évidemment pas dans la même gamme de prix que l'essence synthétique de vanille qu'on retrouve à l'épicerie. De même que le sirop de bouleau ne se compare pas avec le sirop d'érable, qui demande un volume de sève beaucoup moins important pour arriver à la même quantité de produit final.

### Des ambassadeurs multiples

Kevin Lavoie et Marie-Philippe Mercier Lambert ne sont pas les seuls qui veulent démocratiser les produits boréaux. Les chefs de la province contribuent aussi largement à faire découvrir ces saveurs au grand public. Et ce, du goût d'agrumes poivrés du clavier d'Amérique à l'odeur houblonnée du myrique baumier, en passant par la comptine voyageuse, délicieuse avec les poissons.

« L'intérêt des chefs envers ces produits percole vers le grand public, estime Marie-Philippe Mercier Lambert. Au fur et à mesure que les clients vont manger des morilles au restaurant, ils ont envie d'essayer de les cuisiner chez eux. On est content de pouvoir offrir ça à monsieur et madame tout le monde, parce qu'on ne pense pas que ça devrait être réservé à une élite culinaire. »

« L'identité culinaire québécoise, c'est beaucoup plus que la poutine et le sirop d'érable. Il y a une incroyable diversité de saveurs au Québec, mais les gens ne le savent pas ! » conclut Kevin Lavoie.

**CroisiEurope**  
*Les croisières, c'est notre métier*

# RÊVEZ LE MONDE EN CROISIÈRES

CANAUX • FLEUVES • MERS



RÉSERVEZ TÔT ET BÉNÉFICIEZ DE REMISES EXCEPTIONNELLES  
SUR TOUS LES DÉPARTS 2025:

15% sur les croisières canaux, fluviales et maritimes  
8% sur les croisières en Afrique australe et sur le Mékong

Pour toutes les réservations jusqu'au 30/09/2024

Code tarif: EARBOOTRAVEL

Renseignements et réservations  
chez CroisiEurope ou dans votre agence de voyages habituelle

www.croisieurope.travel

IM06710025. Offre non rétroactive et non cumulable avec une autre remise. Valable uniquement sur le prix de base des croisières (hors pré-acheminement et taxes, pourboires ou visas), figurant dans les brochures - CROISIEUROPE 2025 (hors week-ends de fête, marchés de Noël, Réveillons, programmes spéciaux et croisières à bord de bateaux n'appartenant pas à la flotte CroisiEurope). Valable à partir du 15/06/2024 au 30/09/2024 auprès de votre agence de voyage habituelle. (Code tarif: EARBOOTRAVEL à renseigner lors du récapitulatif de commande dans la vente en ligne). Photos non contractuelles © Alexandre Sattler - CreaStudio 2406048.



RECETTE

## Sorbet à la fraise du Québec, au sumac vinaigrier et au poivre des dunes

Alors que l'été est à nos portes, quoi de mieux que de se rafraîchir avec un sorbet aux fraises avec des ingrédients venant d'ici ! C'est ce que propose Racines boréales. Un dessert à savourer, canicule ou non.

KEVIN LAVOIE ET MARIE-PHILIPPE MERCIER LAMBERT  
COLLABORATION SPÉCIALE | RACINESBORÉALES.CA

### Ingrédients

1 kg de fraises lavées et équeutées  
150 g de sucre blanc  
Le jus d'un demi-citron (environ 1,5 c. à soupe)  
ou l'équivalent de vinaigre balsamique doux  
4 chatons de poivre des dunes  
10 g de sumac vinaigrier en poudre, plus un peu pour saupoudrer en finition  
Une pincée de sel

### Préparation

- Mettre les fraises, le sucre et le jus de citron (ou le vinaigre balsamique), le poivre des dunes et la pincée de sel dans une marmite et faire chauffer à feu doux pendant une vingtaine de minutes\*. Retirer du feu.
- Passer la préparation au mélangeur (ou au pied mélangeur) pendant quelques minutes jusqu'à obtention d'une texture lisse.

- Passer le sorbet au tamis pour en retirer les graines de fraise, les chatons de poivre des dunes qui n'auraient pas été broyés et les graines de sumac trop grosses.

- Goûter la préparation et rectifier le sucre ou l'acidité au goût.

- Mettre au congélateur et mélanger le sorbet toutes les 30 minutes pendant 2 à 3 heures. Cette étape permet au sorbet de conserver une texture agréable et plus facile à servir en congelant.

6. Selon la température ambiante, laisser le sorbet tempérer pendant 10 à 15 minutes à l'extérieur du congélateur avant de servir. Saupoudrer de sumac vinaigrier en finition et déguster !

\* Si vous manquez de temps, il est aussi possible de sauter ou d'écourter l'étape de la cuisson, mais le goût des aromates sera alors moins puissant.



## Engouement pour le libre-service à la ferme

On les voit poindre depuis quelques années au Québec, au point qu'elles surpassent en nombre les étals traditionnels de fruits et de légumes au bord de la route. Coup d'œil sur ces fermes qui optent pour la confiance.

JULIE FRANÇEUR  
COLLABORATION SPÉCIALE | CARIBOUMAG.COM

Dans un rang des Laurentides, une pancarte écarlate annonce un bâtiment qui a tout l'air d'un comptoir normal. À l'intérieur, une calculatrice, un calepin et un coffre dans lequel laisser des billets.

La boutique libre-service de La Récolte de la Rouge a rouvert à la fin du printemps avec une offre élargie. « On a commencé à la mi-juin avec notre fraise d'été. Au fil des récoltes, on va avoir une grande variété de légumes et beaucoup de produits de la région », s'enthousiasme Mathieu Roy. Le maraîcher propriétaire de la ferme de proximité propose ses végétaux en libre-service depuis plusieurs années déjà.

Le concept, qui en surprend plus d'un, vient du Nord-Est américain, où la tradition existe depuis des décennies. Pendant longtemps, c'était même le seul moyen dont disposaient nos voisins du Sud pour s'approvisionner auprès de leurs agriculteurs locaux, si bien qu'on les considère aujourd'hui comme allant de soi.

Comme d'autres maraîchers, Mathieu Roy s'est inspiré de ce qui s'y fait pour développer sa propre mise en marché. « L'idée m'est venue lors d'un stage en Pennsylvanie dans une ferme qui faisait ses ventes en proposant ses légumes en libre-service au milieu de nulle part », dit-il.

### Une popularité confirmée

La Récolte de la Rouge est loin d'être la seule ferme d'ici à avoir opté pour le libre-service. Geoffroy Ménard est chargé de projet au Centre d'expertise et de transfert en agriculture biologique et de proximité. Il estime qu'à l'échelle du Québec, il y aurait actuellement plus de points de vente de la sorte que de ceux qui emploient du personnel pour tenir la caisse. « Il y a une dizaine d'années, personne n'osait donner accès à ses produits sans supervision. Aujourd'hui, je ne serais pas surpris que 10 % des fermes maraîchères diversifiées le fassent », croit-il.

Pour les petites entreprises agricoles de proximité, cela demeure la meilleure, sinon l'unique, façon de distribuer leurs produits à peu de frais. « C'est le seul moyen que j'ai trouvé pour que mes voisins puissent profiter de mes légumes. Le coût de la main-d'œuvre est devenu tellement élevé que je ne pourrais pas me permettre d'avoir quelqu'un sur place », explique Mathieu Roy.

Si, pour plusieurs, les recettes fourissent à peine de quoi couvrir le salaire d'un employé, pour d'autres, elles peuvent frôler les 100 000 dollars par saison. « Ça peut être un important canal de vente pour les fermes bien situées », assure Geoffroy Ménard.



Après quelques années de libre-service, la coopérative Pied de Céleri a fini par faire assez de ventes pour payer un employé.  
PHOTO FOURNIE PAR LA COOPÉRATIVE

« Les gens ne sont vraiment pas portés à voler. On leur fait confiance, et ils nous le rendent bien. »  
— Mathieu Roy, de La Récolte de la Rouge

C'est le cas de la coopérative Pied de Céleri, qui a pignon sur rue à un kilomètre du cœur du village de Dunham sur la Route des vins de Brome-Missisquoi. Après quelques années de libre-service, l'entreprise a fini par faire des ventes suffisamment élevées pour payer un employé. « Avec les revenus que le kiosque engendrait, on s'est dit que c'était le moment d'engager quelqu'un pour créer un plus grand lien avec notre clientèle. Les gens nous connaissent, ils avaient la confiance qu'on leur accordait, mais, dans le fond, on ne les voyait presque jamais », se rappelle Camille Roy-Béliveau, membre travailleuse.

### Une question de confiance

« En 2020, les fermes de proximité ont connu un boom. Et le libre-service

est une formule tout indiquée pour ceux qui commencent et qui n'ont pas nécessairement la possibilité de salarier quelqu'un. Plusieurs personnes nous ont contactés pour nous poser des questions », raconte Camille Roy-Béliveau.

L'une des préoccupations fréquentes est de savoir s'il est prudent de laisser des légumes sans surveillance. « Ce n'est vraiment pas habituel comme façon de faire. Mais, règle générale, les clients sont tellement contents de pouvoir passer au kiosque quand bon leur semble qu'ils ne pensent même pas à voler », ajoute-t-elle.

« Il n'y a jamais eu de vol, confirme Mathieu Roy. C'est peut-être le fait d'être une petite ferme bio, mais les gens ne sont vraiment pas portés à voler. On leur fait confiance, et ils nous le rendent bien. »

Le maraîcher y trouve toujours beaucoup plus d'avantages que d'inconvénients. Il convient cependant que c'est une charge de travail assez importante. « Comme il n'y a pas d'employés, il faut le garnir, le ranger et le nettoyer nous-mêmes, ce kiosque », dit-il. Mais là où réside l'avantage, c'est dans la possibilité d'écouler les surplus à la ferme. « Quand on se retrouve avec des récoltes en trop, elles trouvent toujours preneurs au kiosque. Ça aide vraiment à réduire les pertes aux champs », dit-il. Une solution bienvenue pour s'attaquer au gaspillage alimentaire.

## Bloc-notes gourmand

Les nouveautés et les actualités à ne pas manquer

LEÏLA JOLIN-DAHEL  
COLLABORATION SPÉCIALE

### Cocktails et tapas indiennes sur le Plateau

Après avoir créé le Sandhu et les restaurants India Rosa du Plateau-Mont-Royal et de Griffintown, la famille Sandhu annonce l'ouverture de son nouveau bar à cocktails, Mlle Rosa. Le décor est l'œuvre de Pero Studio, qui veut plonger les clients dans une ambiance tamisée empruntée aux *lounges* et aux *speakeasies*. Du cuivre, des miroirs ambrés et des teintes de rose diffusées en jeux de lumière ajoutent une touche finale à l'atmosphère. Au menu, 14 tapas, toutes plus alléchantes les unes que les autres. La carte, inspirée de la cuisine fusion-indienne comprend, notamment l'effiloché d'agneau, les choux-fleurs au miel et au sésame, la salade d'été à l'ancienne et les pétoncles Bruxelles. On peut compléter l'assiette avec un pain naan nature ou à l'ail, ou encore des frites accompagnées de mayonnaise Masala. Les desserts, classiques, ont été revisités avec une touche épicée, comme la crème brûlée à la cardamome et le tiramisu au chai. À boire, on choisit parmi la vingtaine de cocktails. Les jeudis, vendredis et samedis soir, un DJ invite les gens dans une ambiance festive à étirer leur soirée jusqu'aux petites heures du matin. 1233, avenue du Mont-Royal Est.



### Des saveurs écoresponsables au Jardin botanique

Dès le 22 juin, le Jardin botanique de Montréal explore la biodiversité végétale de notre alimentation à travers des saveurs botaniques. Réduction du gaspillage, cuisine avec les tout-petits... Des ateliers offerts tout l'été proposent des activités ludiques afin de sensibiliser les familles à l'importance d'opter pour des habitudes écoresponsables. Les événements ont lieu tous les samedis jusqu'au 2 septembre. Et du 15 juillet au 10 août, les enfants de huit ans et plus pourront en apprendre davantage sur les plantes anciennes, urbaines et forestières avec l'activité Révolution végétale... dans l'assiette, qui présente des démonstrations culinaires.



### Une nouvelle vodka à la pêche

La Distillerie 3 Lacs annonce la création d'une toute nouvelle vodka spécialement pour l'été : la Vodka Pêche 3 Lacs. L'entreprise installée à Salaberry-de-Valleyfield propose d'ailleurs d'utiliser sa nouvelle boisson afin de revisiter le classique sex on the beach pour en faire un sex on the 3 lakes. Ce spiritueux est en vente dès maintenant dans toutes les succursales de la Société des alcools du Québec.





Une création du restaurant Alma

## Valoriser les saveurs authentiques du Mexique

Juan Lopez Luna et Lindsay Brennan, du restaurant Alma  
PHOTOS THE SAV COLLECTIVE

De plus en plus présente dans les restaurants, comme sur les tablettes de nos épiceries et dans nos assiettes à la maison, la nourriture mexicaine est devenue un véritable phénomène. Multiplication des taquérias, engouement pour les *birrias* sur les réseaux sociaux, arrivée remarquée de chefs (et de cheffes !) mexicains dans le Guide Michelin et dans le classement World's 50 Best Restaurants... Saluée en 2010 par l'UNESCO en tant que patrimoine culturel immatériel de l'humanité, la cuisine mexicaine est désormais portée par des ambassadeurs fiers de leurs racines et ayant à cœur de nous les faire déguster. *¡A la mesa!*

SOPHIE GINOUX  
COLLABORATION SPÉCIALE

### La nouvelle cuisine mexicaine

Changer les perceptions des Québécois sur la cuisine mexicaine : voici le défi que s'est lancé le chef et copropriétaire de l'Alma, Juan Lopez Luna. Cet autodidacte, originaire d'un petit village du Tlaxcala (vallée de Puebla) et parti du Mexique à l'âge de six ans, a appris sur le tas, dans des restaurants, les cuisines française et italienne. En 2010, il est arrivé au Québec et il a travaillé dans plusieurs établissements. Il a ensuite ouvert un premier établissement italien (Farine, fermé en 2019), puis un second tout d'abord dans la même veine, l'Alma, avec sa conjointe, sommelière et importatrice de vins catalans, Lindsay Brennan, en 2018. Jusqu'à ce que la pandémie survienne et que tout soit bouleversé.

« Dans le coin d'Oaxaca, où l'on se rend chaque année en vacances, on est allés manger en 2021 au Alfonso, un petit resto familial. J'ai

été tellement touché d'y retrouver les saveurs de mon enfance que je me suis dit qu'il fallait que je les intègre dans ma cuisine. Et ce, tout en profitant de mon expertise technique et des produits du Québec pour les amener plus loin, raconte le chef. J'essaie de valoriser la cuisine mexicaine, avec des interprétations gastronomiques de plats traditionnels. »

À l'Alma, on nous invite donc à vivre une expérience qui n'a rien d'ordinaire. Au menu de l'établissement, où le maïs ancestral nixtamalisé (procédé séculaire de séchage des grains dans une solution alcaline) est roi, la formule dégustation change chaque mois. Elle nous propose, par exemple, de découvrir une eau de tortilla à la cannelle en entrée ; un *aguachile* (une sorte de ceviche) servi avec du caviar de saumon et des fleurs sauvages du Québec ; ou un dessert de pain de maïs à la ricotta et à la rhubarbe confite. Au regard

de ces quelques intitulés, on comprend mieux pourquoi ce restaurant attire une vaste clientèle et a décroché la 72<sup>e</sup> place au dernier Canada's 100 Best.

### Cuisine et produits mexicains authentiques... faits au Québec !

Évidemment, l'élan amené par les taquérias et les restaurants mexicains s'est traduit par la venue de produits authentiques à notre table. C'est le cas de l'épicerie en ligne Lili et Gordo, créée par Lili Vera, arrivée il y a sept ans au Québec, et son amoureux Kevin Bélisle (alias Gordo, son surnom affectueux), un Québécois pure laine. À la base, ce duo de chefs a vu son concept de garnitures à tacos congelées, lancé quelques jours seulement avant le fatidique mois de mars 2020, connaître un succès immédiat.

Encouragés par cet accueil, ils ont élargi leur gamme maison (accom-

pagnements, salsas, tamals, etc.), que l'on peut commander sur le Web ou déguster à leur Marché MX, à Drummondville. Ils ont également ajouté à leur offre des produits mexicains importés, tels que des piments secs, des feuilles d'avocat, de la farine de cactus, de l'*achiote* et... du Coca-Cola « parce qu'il ne goûte pas du tout la même chose qu'ici », précise Lili Vera.

Mais ce n'est pas tout. Les deux chefs épiciers font aussi rayonner les artisans du Québec qui mettent la culture du Mexique en avant. On tombe donc en boutique et en ligne sur des trouvailles comme des tortillas de farine de Tilla' Tortilla (Dorval), des cactus frais (!) du Cactus fleuri (Sainte-Marie-Madeleine), des fromages latino-américains de Fromages latino (Val-des-Sources), ainsi que des churros de la boulangerie La molette (Québec).

« Nous sommes encore surpris par la curiosité et l'intérêt sincère qu'ont nos clients, composés à 60 % de Québécois de souche et résidents de toutes les régions, pour manger et cuisiner des plats mexicains authentiques. Pour nous, cela constitue un symbole fort, celui du rapprochement culturel comme alimentaire de nos deux traditions. C'est très inspirant ! » soutient Kevin Bélisle.

Il n'est pas le seul à le penser, puisqu'à Sherbrooke, une petite marque latine entend bien concurrencer les

multinationales du kit à tacos que nous connaissons jusqu'à présent. Il s'agit de Los Cinco, une entreprise montée il y a deux ans par Ernesto Rodriguez, sa conjointe, Rosa, et leur famille.

« Nous avons remarqué qu'on ne voyait pas dans les magasins des produits de taquérias typiques. Nous avons donc décidé d'amener l'expérience de ces restos à la maison. Et ce, avec des ensembles comprenant des tacos de maïs nixtamalisés, de vraies marinades, des bases de sauces et d'accompagnements de qualité, et des recettes au plus près des traditions mexicaines », dit M. Rodriguez.

Cette recherche a abouti à la commercialisation, il y a un mois à peine, de trois ensembles aux couleurs des membres de la famille Rodriguez, représentés par des avatars sur les boîtes. Premièrement, le kit Ernesto, de type *al pastor* ; le kit Rosa, avec une marinade au chorizo ; et finalement, le kit Tito, de type *pollo* (poulet). « Ces ensembles ont un petit plus, ajoute M. Rodriguez, puisqu'ils s'adaptent bien à différentes viandes, et même à du tofu. »

Ces produits étaient-ils attendus sur le marché ? Sans aucun doute, puisque, chaque semaine, Los Cinco s'implante dans des dizaines de points de vente à travers le Québec. Nous n'avons donc pas fini d'entendre parler de cuisine mexicaine authentique ni d'initiatives locales pour la mettre en vedette, c'est garanti !



Lili Vera et Kevin Bélisle, de l'épicerie Lili et Gordo PHOTOS FOURNIE PAR L'ENTREPRISE

RECETTE

## La birria de Lili et Gordo

Tendance vedette sur les réseaux sociaux, la *birria* est un savoureux ragoût mexicain qui a l'avantage d'être assez facile à préparer et à décliner. Toutefois, rien ne vaut la recette originale d'une cheffe issue de ce pays.

Voici donc la version de la *birria* de Lili Vera et de son conjoint (chef lui aussi), Kevin Bélisle, alias Gordo.

Il est d'ailleurs possible de trouver tous les ingrédients mexicains requis sur leur épicerie en ligne !

LILI VERA ET KEVIN BÉLISLE  
COLLABORATION SPÉCIALE

Donne 6 à 8 portions  
Préparation : 30 à 45 minutes  
Cuisson : 8 heures

### Ingrédients

4 piments *anchos*  
4 piments *guajillo*  
2 piments *morita* (optionnel pour un peu de piquant)  
4 tomates italiennes  
½ oignon  
45 g (3 c. à soupe) d'huile de canola  
3 gousses d'ail  
2 feuilles de laurier  
1,5 g (¼ de c. à thé) d'origan  
1,5 g (¼ de c. à thé) de marjolaine  
1 pincée de thym  
1,5 g (¼ de c. à thé) de baies de Jamaïque en poudre  
1,5 g (¼ de c. à thé) de cumin  
1 pincée de clou de girofle moulu  
250 ml (1 tasse) d'eau  
1 kg (2,2 lb) de rôti de palette désossé et coupé en gros morceaux  
1 kg (2,2 lb) de jarret de bœuf (osso bucco)  
15 g (1 c. à soupe) de sel  
15 g (1 c. à soupe) de poivre noir entier

### Préparation

1. Couper les piments en deux dans le sens de la longueur. En retirer les graines et les pédoncules.  
2. Couper les tomates en quatre, et l'oignon en gros dés.

3. Dans une casserole à feu moyen, faire revenir dans l'huile les tomates, l'oignon, l'ail, les piments et toutes les épices.  
4. Une fois que les tomates commencent à rendre leur jus, ajouter les 250 ml d'eau, et faire mijoter pendant 5 à 10 minutes, jusqu'à ce que les piments soient bien hydratés.  
5. Retirer la casserole du feu, mixer tous les ingrédients de la marinade au mélangeur et réserver.  
6. Assaisonner la viande avec du sel et du poivre, puis, la placer dans la mijoteuse.  
7. Verser la marinade sur la viande et ajouter de l'eau pour la recouvrir totalement.  
8. Laisser cuire toute la nuit, ou pendant 8 h.  
9. Rectifier l'assaisonnement du bouillon au besoin.  
10. Retirer la viande de la mijoteuse pour l'effiloche, puis la remettre dans le bouillon.

### Présentation

Il existe trois manières de déguster la *birria* :  
1. Servir la viande et le bouillon dans un bol comme une soupe, garnie d'oignon, de coriandre, de jus de lime. Puis on la déguste avec des tortillas de maïs chaudes et une salsa.  
2. Préparer des tacos avec des tortillas chaudes et la viande, puis les garnir d'oignon, de coriandre, de lime et de salsa, avant de les tremper dans le bouillon servi à côté.  
3. Pour obtenir une *quesabirria*, faire fondre du fromage Oaxaca dans une poêle en formant des cercles de la grosseur de tortillas, placer les tortillas sur le fromage et retourner quand le fromage est doré. Chauffer quelques secondes supplémentaires la tortilla, puis la garnir comme des tacos avec le bouillon à côté.