

Douceurs au fil des jours

LIVRES Envie de dessert ? Qu'ils soient light ou pas, à chacun de les choisir selon ses envies.

A l'orée de l'été, les éditeurs proposent leur "rentrée littéraire" gourmande, multipliant les sorties. Parmi celles-ci, la catégorie dessert est richement représentée, notamment avec une petite Bible de la gourmandise, le "Petit Larousse des desserts", pendant indispensable au "Petit Larousse de la cuisine". Ces deux ouvrages proposent en effet à eux deux quelque 3 000 recettes, de quoi ne jamais manquer d'inspiration.

Certainement moins glamour et moins complexe que le "Larousse des desserts" dirigé par le pâtissier parisien Pierre Hermé, cette compilation de recettes du catalogue Larousse est néanmoins un outil très pratique. Non illustrées, ses quelque 1 200 recettes passent en revue toutes les catégories de desserts. Des gâteaux aux tartes, des entremets aux confitures, en passant par les crumbles ou les desserts glacés, rien n'est ici oublié. Si la plupart des suggestions sont issues de la grande tradition française – aucun classique ne manque à l'appel (galette des rois, financiers, bavares, omelette norvégienne, mille-feuille, religieuse, Paris-Brest...) –, les spécialités ré-

JEAN-BONNIFANT EDITIONS

Le saviez-vous ?

Le xilitol est un sucre naturel (que l'on trouve par exemple dans les prunes) au même pouvoir sucrant que le sucre mais 7 c.à.c. produiront sur la glycémie une réaction équivalente à celle d'une seule c.à.c. de sucre.

gionales ne sont pas non plus oubliées : pain de Nantes (gâteau nappé d'abricot et de marasquin), croquets de Bar-sur-Aube (petits gâteaux aux amandes), le kouign-amann breton...

Dictionnaire oblige, ce "Petit Larousse des desserts" a en effet une volonté d'exhaustivité et s'attarde volontiers dans les îles (melons, ti-punch, coco), en Italie (semi-freddo au cassis), au Québec (tarte aux bleuets, ou myrtilles en québécois), dans les pays anglo-saxons (cheesecakes, apple pie, brownies, muffins, pancakes...), en Autriche (sachertorte) ou encore au Portugal (bolo de Pascoa).

Si l'on ne peut que louer le nombre et la qualité des recettes, l'ouvrage propose également une petite introduction (avec notamment un très pratique tableau saisonnier des fruits), un sommaire très détaillé, un petit lexique des

mots de la pâtisserie, ainsi qu'un encart central consacré aux tours de main illustrés, aux étapes de cuisson du sucre, aux préparations des différentes pâtes ou à la cuisson des confitures. Confitures auxquelles ce Larousse consacre d'ailleurs une très large place. Profitons-en, la saison bat son plein...

Sans sucre ajouté

Pour répondre à cette envie de légèreté estivale, Angelina Dayan et son fils Ari, tous deux diplômés en science éco mais passionnés de cuisine et de diététique, proposent aux éditions de l'Homme "Les desserts sans sucre ajouté". Préoccupés par les problématiques de nutrition, tous deux s'adressent à celles et ceux qui désirent consommer moins de sucre, rappelant au passage qu'il s'agit d'un ingrédient non naturel qui s'est démocratisé au XX^e siècle seulement... Avec lequel ces tenants d'une alimentation la plus naturelle possible se

font même assez durs : "Mal employée, c'est-à-dire très souvent, cette substance est sans doute aussi nocive que l'alcool et la cigarette. Le jour n'est peut-être pas loin où nous lirons sur l'emballage des aliments très sucrés : l'abus de sucre est dangereux pour la santé." On l'aura compris, le ton est ici très engagé, privilégiant les produits bio, le lait de soja, les omega-3...

Si le sucre (blanc, roux ou même édulcorant) est donc ici banni, remplacé par des sucres naturels (miels, sirop d'érable...) ou des fruits (détaillés en introduction), la gourmandise reste de mise. Il suffit pour s'en convaincre de parcourir ce recueil de desserts allégés, oscillant entre recettes originales et classiques revisités : "bavarois Rose pompon" (crème parfumée aux pétales de rose), soufflé au chocolat et à l'orange, pudding au quinoa, aux abricots séchés et au gingembre, cake aux carottes et aux noisettes...

Deux livres pratiques, complets et complémentaires, qui raviront tous les fondus de fondants et autres gourmandises...

Hubert Heyrendt

Envie de lecture ?

- "Petit Larousse des desserts : Pâtisseries, confitures et sucreries", dirigé par Collette Hanicotte (960 pp., env. 20 €).

- "Les desserts sans sucre ajouté : Plus de 100 recettes", publié par Angelina et Ari Dayan aux éd. de l'Homme (190 pp., env. 19,95 €).

Infos, recettes, agenda gourmand sur <http://lacuisineaquatremaisons.lalibreblogs.be>

Journées fermes ouvertes

CE WEEK-END SERA CAMPAGNARD ou ne sera pas ! En effet, à l'initiative du ministre wallon de l'Agriculture et de la Ruralité et de l'Apaq-w sont organisées chaque année depuis onze ans, les Journées des fermes ouvertes en Wallonie. L'occasion de visiter 61 fermes du sud du Pays et de découvrir ou redécouvrir le travail des fermiers mais aussi de bons produits. Les enfants eux, en profiteront pour aller nourrir les moutons... Ces journées sont avant tout pédagogiques. On apprendra ainsi comment fonctionne un élevage d'escargots ou comment extraire le miel d'une ruche, mais on parlera aussi énergies nouvelles ou gestion des eaux de surface. Et pour la première fois, dix fermes bio ouvrent leur porte, l'occasion d'en connaître un peu plus sur le phénomène.

Côté gourmand, la plupart des fermes vous proposeront de goûter à leurs produits, à un barbecue ou à des spécialités locales. **(H. H.)**

Envie d'y faire un tour ?

Journées fermes ouvertes en Wallonie, le 23 et le 24 juin 2007. De 10 à 18 h. Info et programme complet sur www.jfo.be.

SORTEZ COUVERTS

AMITIÉS FRANCO-JAPONAISES par Thierry Boutte

■ **LA CUISINE FUSION** a toujours existé. Depuis que l'humain se déplace à la surface de la terre, quelle fierté n'arbore-t-il pas lorsque, de ses voyages, il ramène et partage ses découvertes avec ses proches ! Pensons avec émotion à la première tomate qui échoua sur une table de la Mer du nord et à l'inventivité du quidam qui y glissa quelques-unes de nos grises crevettes... Eureka ! Et la mode fut. Aujourd'hui, saucée de mondialisation, la cuisine fusion s'affiche "hype". Et manger chez Oki, c'est tellement branché et si peu insipide.

Que les capons se rassurent : au rayon "melting-pot" culinaire, Oki, le chef japonais joue dans le classique. Son CV – Bruneau, Michels Beyls, La Badiane, la Manufacture – vous le garantit. Et c'est dans un solide terreau de cuisine française traditionnelle qu'il plante ses jardins japonais. Visitez donc sa tour Eiffel, grimpez sur son mont Fuji, bref, ne passez pas à côté des sushis tièdes de riz gluant enrobés de feuilles de nori et coiffés d'une languette de foie gras poêlé mi-cuit à la sauce soja caramélisée et gingembre confis (16 €). Ouch ! Aussi suave que Yoko Tsuno en amazonie et (im) pertinent qu'une planche de Gotlib. Appréciez comment la franchise de Maité retombe sur le moelleux du tatami. Ce mariage donne le "la" d'un éclatant dialogue culinaire entre Orient et Occident.

Suivirent des asperges de Malines avec son saumon cru

teintés d'une vinaigrette à l'aneth et graines de moutarde, le tout escorté d'une sauce tomate aux piments doux et d'un filet de vinaigre balsamique.

■ **AUTRE CARREFOUR CULTUREL**, celui du gigot d'agneau de Pauillac mariné à la japonaise "cuit à 68 C°" et son coulis de sésame (27 €). Accompagné de galettes de maïs et de poireaux, de petits champignons poêlés, d'un chicon braisé et de jeunes asperges, il entraîne tout citoyen dans une montagne russe de saveurs.

Avec sans doute un soupçon de "trop". En effet, généreusement proposé, l'ardeur du sésame peut estomper la finesse de l'agneau de lait. Attention également à ne pas multiplier les ingrédients à l'excès : de la fusion à la confusion, il n'y a qu'un goût... de trop. Première leçon de Ducasse ! Le carpaccio de chinchard en amuse-bouche garde la cote et la cohérence mais on regrettera l'absence de "marque maison" pour le dessert fourni par une pâtisserie extra muros.

Autre petit bémol : la grande proximité des tables et le manque de finition des toilettes. Particularité appréciée : à côté de la carte, Chez Oki propose des "menus surprises" (le même pour l'ensemble des convives) à 3, 4 ou 5 services (pour respectivement 30; 39,5 et 49,5 €).

Chez Oki, rue Lesbroussart 62, 1050 Bruxelles. Tél/fax : 02.644. 45.76. www.chez-ok.com. Fermé le samedi midi, dimanche et lundi midi.



D. BAUWEREITS

CHINON 2005

■ **L'ÉTÉ EST LÀ. LES BARBECUES AU JARDIN** vont se multiplier, parfois sous un soleil de plomb. Pour mettre en valeur les viandes blanches et rouges grillées sur les braises, un vin rouge jeune, à servir éventuellement un peu frais, fera l'affaire.

Un vin de Loire, par exemple.

Dans le genre, le Domaine des Hardonniers, appellation Chinon contrôlée composée à cent pour cent de cabernet franc, a quelques atouts à faire valoir : une jolie robe claire

aux reflets violacés, un nez rempli de fraîcheur végétale et de fruits noirs, des tannins présents – qui laissent à penser qu'un petit séjour en cave pourrait sans doute l'arrondir un peu – mais savoureux. Un vin de caractère mais aussi de plaisir. Un vin de saison.

Colruyt, 4,99 euros.



D. R. PHILIPPE ALLE (ST)