

Cot cot !

Du **poulet**
oui, mais pas rôti

Kids

Goûter d'anniv'
sans stress!

24 h chrono

Mon dîner de potes
prêt à l'avance

Palmarès

La crème des
fromages
blancs

Tendance

Le come-back
du **bon kawa**

Foire aux vins

15 bouteilles
à choisir

EXPRESS@ROULARTA

M 06154 - 12 - F: 3,90 € - RD



73 recettes pour une rentrée réconfort





●● Tout nouveau, tout bon

MON PLACARD VOYAGE, VOYAGE

On s'offre un goût d'ailleurs avec ces nouveautés 300 % exotiques qui vont électriser nos plats.

par Chae Rin Vincent

Super sonique

L'Asie dans un pot d'épices? Composé de sel, d'ail, de gingembre et de sésame, un mélange prêt-à-assaisonner pour ajouter une touche orientale aux légumes du soir. Efficace!
Sel et épices d'Asie, 58 g, 4,85 €, Ducros, en GMS.



Insectivores?

À en croire les recommandations de la FAO, nous devrions inscrire sans tarder les insectes à notre menu, pour le bien de la planète. Si on commençait par les chapulines, ces sauterelles mexicaines, frites avec du piment et de l'ail pour un curieux apéritif relevé? Toujours sur le mode croustillant mais avec plus de finesse, on pourrait tester le criquet au curry fruité. Une fois les ailes et la tête retirées, l'animal se laisse déguster sans peine. Encore faut-il faire fi des réticences culturelles... (C'est pas gagné!)
Le Criquet au Curry Fruité, 10 g, 6,90 €, (à partir du 9 sept. sur le Net); chapulines, sauterelles grillées au piment, 30 g, 9 €, Terre exotique.



Vanilles étoilées

Les somptueuses gousses de vanille de Laurence Cailler et Gigi Chan Hoi Mi ont conquis les grands chefs : elles sont à présent disponibles en coffret découverte qui a pour seul défaut d'être un peu court en idées de recettes. Qu'à cela ne tienne, essayez la vanille du Mexique sur une compote de fruits, mettez un peu d'Ouganda sur le bourguignon, osez les Comores pour accompagner votre potage de légumes, aventurez-vous en Papouasie pour des sauces de poissons et crustacés, lâchez-vous grâce au Congo sur les desserts lactés et filez à Madagascar (1^{er} producteur mondial) pour épicer des douceurs fortes en chocolat.
Passion vanille « Sur la route des saveurs », 7 tubes de 3 gousses de vanille, 30 €, Authentic products.



Essentiel

Entre le pamplemousse jaune et la mandarine, le yuzu est un agrume très prisé au Japon. En France, il est difficile de s'en procurer des spécimens frais. Alors, misez sur l'huile essentielle de ce fruit (3 à 5 gouttes suffisent) pour réveiller une sauce soja, sublimer un bar ou encore tonifier un beurre!
Huile essentielle de yuzu, 5 ml, 12,50 €, Aroma-zone



Sublime

Avant d'affirmer que vous n'aimez pas la harissa, dégustez celle-ci. Cette purée de piments rouges est magnifique de subtilité. La force du piment épouse les parfums de cumín et de coriandre pour un résultat d'une grande finesse. À diluer dans le bouillon du couscous ou à tartiner sur un bout de pain. Un délice! Pour une version maison, référez-vous au Zeste n°1, page 53...
Harissa (sans conservateur, sans colorant, sans agent de texture, sans acidifiant), 85 g, 2,66 €, Le coq noir.



Tiercé indien

Bombay, Jodhpur, Madras... Et si nous voyagions à coups de petites pincées de ce mélange korma aux parfums de gingembre, coriandre, cardamome, cannelle, cumín... À côté de l'assiette, un chai (thé noir de Ceylan) aux épices douces prolongerait le repas sur les mêmes notes. Et pour nous rafraîchir la bouche, quoi de mieux que ce joli pan masala?
Ensemble « Une pincée d'ailleurs Inde », mélange korma bio, 75 g; thé chai bio aux épices douces, 75 g; pan masala bio, 65 g, 24,95 €, Nature & Découvertes (à partir de mi-septembre).



Croquons nippon

Une petite partie de billes gourmandes en guise d'apéro? Ces crackers de riz et pois wasabi vont en faire craquer plus d'un! Ici, la saveur de la fameuse racine verte ne vous arrache pas la langue et la douceur des petits pois se juge à la frénésie avec laquelle vous revenez au bol.
Crackers japonais saveur wasabi, 125 g, 1,95 € env., Tanoshi, en GMS.





●●● À suivre

Adresses

p. 8 – Tout nouveau, tout bon

Aroma-zone www.aroma-zone.com
Authentic products www.vanille.com
Biosagesse www.ecoidees.com
Criquets www.jimins.com
Ducros www.ducros.fr
Hédliard www.hedliard.fr
Il était une noix www.iletaitunenox.com
Jawell www.jawell-dates.com
Jean Hervé www.jeanherve.fr
La Vie Claire www.lavieclaire.com
Le coq noir www.le-coq-noir.com
Mazet www.mazetconfiseur.com
Nature et Découvertes
www.natureetdecouvertes.com
Tanoshi www.tanoshi.fr
Terre exotique www.terreexotique.fr
Vico www.intersnack.fr

p. 16 – Quesaco

La Belle Sauvage
 7 avenue Carnot
 56360 Le Palais (Belle-Île)
 Tél. 02 97 31 57 95
www.labellesauvage.fr

p. 20 – Tuyaux de pros

Le Cambodge
 10, avenue Richerand
 75010 Paris. Tél. 01 44 84 37 70
www.lecambodge.fr
Le Camion qui fume
www.lecamionquifume.com
Freddie's Deli
 22, rue Crespin-du-Gast
 75011 Paris. Tél. 01 84 16 33 75
www.freddiesdeli.com

p. 22 – Banc d'essai

Beillevaire
www.fromagerie-beillevaire.com
Jockey www.danoneetvous.com
La Vie Claire www.lavieclaire.com
Rians www.rians.com
Soignon www.soignon.fr
Vrai www.vrai.fr

p. 24 – Lèche-vitrine

Ambiance et Styles
www.ambianceetstyles.com
Bianca and Family
www.bianca-and-family.com
Culinarion www.culinarion.com
Deglon www.deglon.fr
Geneviève Lethu
www.genevievelethu.com

Glop Studio www.glopstudio.fr
Guy Degrenne www.guydegrenne.fr
Hema www.hema.fr
Ikea www.ikea.com
Lagrange www.lagrange.fr
Magimix www.magimix.com
Mathon www.mathon.fr
Monoprix www.monoprix.fr
My Little Day www.mylittleday.fr
Riviera et Bar www.riviera-et-bar.fr
Zwilling www.zwilling.com

p. 34 – Verres bouteilles

Auchan www.auchan.fr
Carrefour www.carrefour.fr
Casino www.casino.fr
Château Branda
www.chateaubranda.com
Domaine de La Cigalière
www.costieres-nimes.org
Château de Montmelas
www.chateau-montmelas.com
Château de Rhodes
www.chateau-de-rhodes.com
Château Labégorce
www.labegorce.com
Château Olieux Romanis
www.chateaulolieux.com
Château Sainte-Barbe
www.chateausaintebarbe.com
Château Tour des Gendres
www.chateaufourdesgendres.com
Dauvergne & Ranvier
www.dauvergne-ranvier.com
Domaine Chenevières
www.domainedeschenevieres.fr
Domaine de Coriançon
www.domainevallot.com
Domaine de L'Ancienne Cure
www.domaine-ancienecure.fr
Domaine René Rieux
www.domainerenerieux.com
Intermarché www.intermarche.com
Leader Price www.leaderprice.fr
Leclerc www.e-leclerc.com
Monoprix www.monoprix.fr
Montus www.supercasino.fr
Romain Duvernay
www.lesvinsduvernay.fr
Simply Market www.simplymarket.fr
Système U www.magasins-u.com

p. 92 – Goûter d'anniv'
La République Pâtissière
[Facebook.com/RepubliquePatissiere](https://www.facebook.com/RepubliquePatissiere)