

SOMMAIRE

SAVEURS N° 259

Oct.-nov. 2019

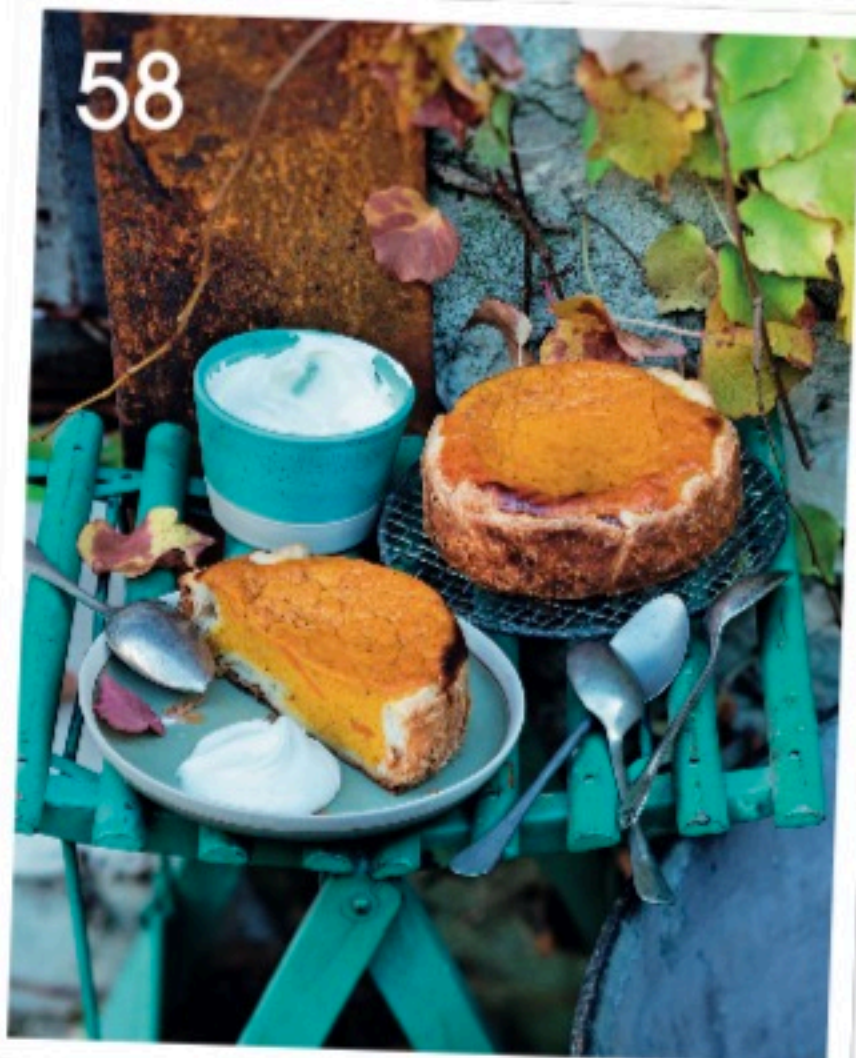
AMUSE-BOUCHES

- Cuisines et tendances** p. 8
- Sur le feu** p. 10 **Les mots de la faim** p. 12 **Restos et bistros** p. 14
- Chez mon caviste** p. 16
- Casseroles solidaires** p. 18

CUISINER

- 22 EN CUISINE EN COUVERTURE**
Les croûtons. Si vous les trouvez passés de mode, rendez-vous immédiatement en page 22 pour revenir sur vos a priori.
- 28 SIMPLEMENT BON**
Recettes végétariennes
pour tous les jours.
- 32 EN PRATIQUE EN COUVERTURE**
Le tajine. Qu'on le cuisine dans un plat en céramique traditionnel ou dans une cocotte, cette préparation convoque mille et une saveurs dans nos assiettes.
- 40 GOURMET EN COUVERTURE**
Les couteaux de cuisine.
À chacun sa forme et son usage – les chefs le savent bien –, affûtez vos connaissances en la matière.
- 49 ALIMENTATION GÉNÉRALE**
Les baies roses. Ces petits grains colorés souvent confondus avec du poivre apportent couleur et notes boisées aux mets.
- 52 CHEZ MON BOUCHER**
La longe de veau. En médallions, farci ou rôti, ce morceau de choix se cuisine de nombreuses manières.
- 58 DOSSIER SPÉCIAL EN COUVERTURE**
Les courges. Dans l'air du temps, elles le sont incontestablement ! Impossible de résister à leurs formes généreuses et à leur chair fondante qui permet toutes sortes de mariages heureux.

58



40



22



32



49



66



78



72



86



104

RECEVOIR

- 66 INSTANT DE VIE EN COUVERTURE**
En forêt. L'automne réserve de bien agréables moments, comme celui d'une promenade en famille avec un panier bien garni pour le pique-nique.
- 72 PORTRAIT DE CHEFS**
Sibylle Sellam et Grégoire Foucher. Ce couple de chefs impliqué dans une cuisine responsable apporte un vent de fraîcheur sur la capitale bretonne.
- 76 COURS DE PÂTISSERIE**
Le roulé matcha-vanille-marron expliqué en détail par Carl Marietti, notre chef pâtissier.
- 78 MENUS DE SAISON**
Variations gourmandes autour de six recettes pour toutes les occasions.

VOYAGER

- 86 À L'ÉTRANGER EN COUVERTURE**
Anvers. La ville flamande attire les talents et les encourage, notamment en matière de gastronomie.
- 94 L'ITALIE DE LAURA**
Spoletto, en Ombrie. Toute la richesse de la cuisine italienne à travers les spécialités de chacune de ses villes.
- 110 MADE IN**
Le riz gluant. Reportage au Laos dans une ferme où l'on cultive de façon traditionnelle cette céréale à la texture unique.
- 104 ÉPICERIE ASIATIQUE**
Toasts aux crevettes, une recette parfumée et originale.
- 106 PORTRAITS DE VIGNERONS**
Bourgueil. Rencontre avec cinq des plus talentueux porte-drapeaux de cette appellation ligérienne.
- 110 À L'ÉTRANGER**
L'Afrique du Sud. Voyage au Kwazulu-Natal, sur la côte ouest du pays, une région fascinante aux multiples facettes.
- 120 LE DESSERT DU DIMANCHE**
Gâteau au chocolat et aux noisettes meringués.

GARNITURES

Index des recettes du numéro p. 121
Carnet d'adresses p. 122

Prochain numéro
en kiosque le 22 novembre.

Ce numéro comporte 2 encarts abonnement sur la totalité des ventes au numéro et un encart First Voyages France sur la totalité des abonnés.