

86 recettes d'été bluffantes

Le régime crétois en 15 leçons

Pas si classiques
Les nouvelles salades

Desserts fruités

LA bonne idée

Des bocaux pleins de soleil

Entretien

Onfray aux fourneaux

Tranche de vie

Les hommes et leur barbecue

réunion de famille

Buffet
aéro stress

nutrition

Halte
à la panique

logs

Voyages
gourmands

On se lâche

les extras
de l'été



●● Tout nouveau, tout bon

BONNE PIOCHE !



Notre sélection de nouveautés, tout juste débarquées sur le marché, pour parfumer, égayer, renouveler les tables de l'été... et se régaler!

par Chae Rin Vincent

Herbacée mais pas trop

Un nez qui rappelle le parfum de l'herbe fraîchement coupée. Ce « fruité vert » de l'huile d'olive du Château Les Gardis (Lourmarin, AOC de Provence) est obtenu grâce à une récolte précoce. Pour magnifier des légumes vapeur, un poisson et même un petit chèvre frais. Lekub en verre de 50 cl, en épicerie fines et par correspondance, 21,90 €, Château Les Gardis.

Baies-néfastes

Les cranberries fraîches vont se faire attendre jusqu'en octobre ? Qu'à cela ne tienne, la version sèche égayera nos salades estivales de ses notes acidulées et amères. Originaires d'Amérique du Nord, ces petites baies rouges - à ne pas confondre avec les canneberges - possèdent en outre des atouts santé nutritionnels reconnus.

En vrac ou sous la marque Daco (3,25 € les 2 barquettes de 125 gr chacune).



À la petite cuillère

Oubliez les sauces cache-misère : cette subtile mayonnaise à l'huile d'olive, câpres et citrons confits s'affiche en star des placards. LE pot à acheter cet été pour réveiller les poissons ou rendre chic le plus banal des poulets froids. 7,90 € le pot de 180 g, Oliviers&Co.

Sirotons sainement

La nouvelle gamme du Moulin de Valdonne a tout bon et bio. Des parfums classiques (menthe, grenadine, pêche, citron, griotte) qui ont fait leurs preuves et, surtout, un pomme grenade très rafraîchissant. Et si on les utilisait pour mouiller les charlottes de l'été ? Le Moulin de Valdonne, la bouteille verre de 70 cl, 2,99 €, en GMS.



Localvore

Une faisselle fermière parisienne ? Presque... Grâce au Petit Producteur®, des produits laitiers élaborés à moins de 100 km du point de vente sont accessibles aux Parisiens. Une offre appelée à s'étendre. En attendant, la faisselle de Benoît Dupré, éleveur à Jouy-en-Josas (Yvelines), est à tomber ! Une belle texture et un goût de caractère. Le Petit Producteur®, le pot de 500 g, 2,49 €, dans les Monoprix de Paris et Île-de-France.

Exception française

Enfin le voilà ! Depuis des années, nos voisins européens s'en paient de bonnes tranches (de pain), alors que nous devons le traquer dans des lieux confidentiels. Oui, oui, le fameux Philadelphia, l'incontournable creamcheese en VO, celui des cheesecakes à se damner et des tartines crémeuses. Pour l'Hexagone, la recette a été modifiée (légèrement moins onctueuse que l'originale). 150 g, 1,69 €, en GMS au rayon frais.



Petits grains bio

Il y a des réputations qui ont la vie dure. Le maïs, souvent connoté « OGM », en est une victime. Nos salades d'été vont s'acheter une délicieuse conscience croquante avec ces petits grains dorés bio, cultivés dans le Sud-Ouest. Géant Vert bio, 165 g poids net égoutté, 0,99 € en GMS.





Bonne pêche

Des filets de sardines dans leur plus simple appareil, au naturel, presque fondantes en bouche. Et fini la soupe à la grimaces des enfants : aucune arête dans la conserve ! Saupiquet, boîte de 100 g, 1,63 € en GMS.



À dents

Adieu les salades pâteuses à base de riz trop cuit ou trop imbibé de sauce ! Ce long grain italien spécial salades va vous sauver la mise. Grâce au procédé d'étuvage, le grain moins chargé en amidon tient mieux à la cuisson ; il reste ferme et ne colle pas. Rizo Gallo, 500 g, 2,20 €, en GMS.



Complètement givré

Que diriez-vous d'un sorbet betterave rouge-vinaigre balsamique ? Les sceptiques ne le resteront pas longtemps. Légèrement granité, avec une pointe d'acidité, idéal pour donner du pep's aux soupes glacées, aux salades de fraises et... épater la galerie. Collection « Les chics et givrés », 250 ml, 3,50 € (jusqu'au 26 juin), Picard.

Vite, un pschiiit!

La célèbre liqueur Cointreau se décline en spray, concentré en arômes de fruits, de fleurs et d'épices. Pour faire swinguer une vinaigrette, un tartare d'été ou une crème brûlée ! Cointreau Cuisine, 35 cl, 40%, 18 € aux Galeries Lafayette et en épicerie fines (rayon vinaigres).



riziqui et colorés

Les tomates cerises ont du souci à se faire ! La concurrence des nouveaux minipoivrons sera rude sur les plateaux apéritifs. Rouges, jaunes et orange, ces modèles réduits de 5 cm ont tout pour séduire : superdoux, riches en vitamine C, faciles à digérer. Les salades vont en croquer de toutes les couleurs ! Prince de Bretagne, prix au cadran, vente au rayon légumes en GMS, marchés et primeurs.



Dolce vita

Vivement juillet pour fondre de plaisir avec la nouvelle glace au pamplemousse rose Ruby de chez Amorino. Qui plus est bio ! Délectable. Amorino, bac 550 ml : 10 €, bac 1100 ml : 19,50 €, cornets : à partir de 3,50 €. 39 boutiques en France, livraison à domicile à Paris.

Tournée vinaigres

Robes chatoyantes et goûts hauts en couleur, ces nouveaux vinaigres à la pulpe de fruits (framboise, mangue, pruneaux et tomate/poivron/piment d'Espelette, notre préférée) vont faire chavirer les papilles. Quelques gouttes pour déglacer une viande, rehausser des fruits ou encanailier un fromage ! Clovis, 25 cl, 5,50 €, en épicerie fines et grande distribution.

