

# SOMMAIRE

SAVEURS N° 261

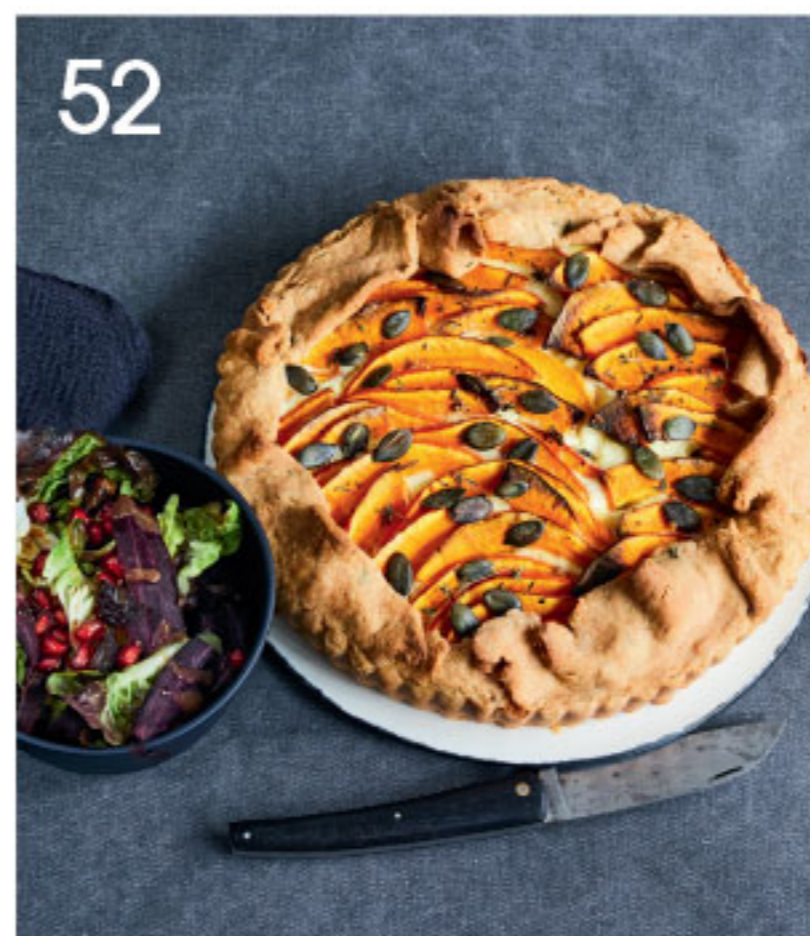
Février 2020

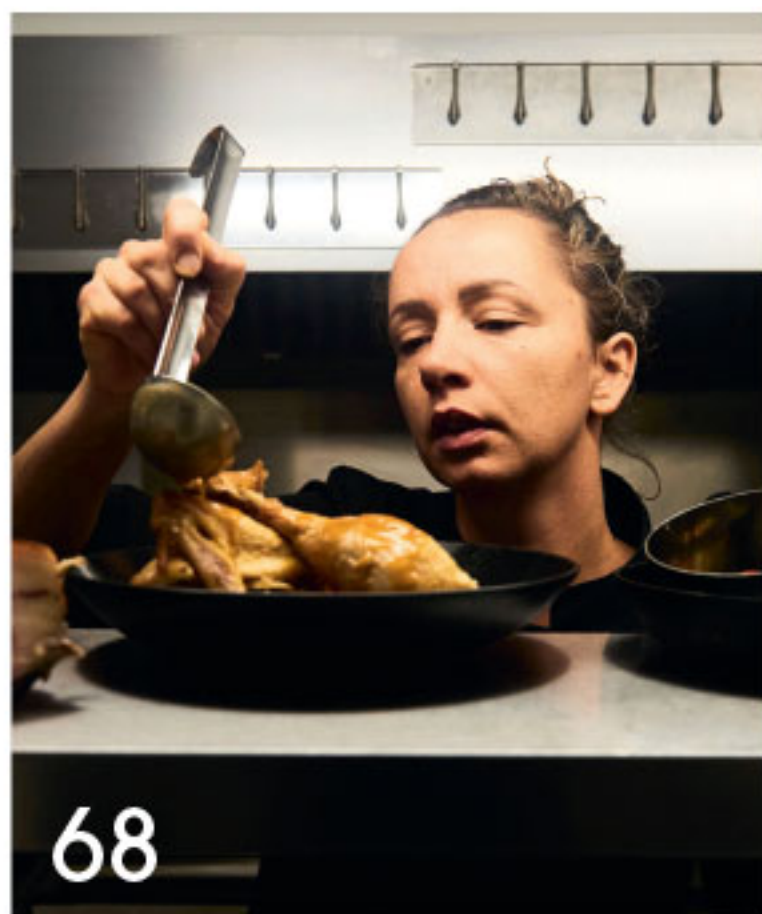
## AMUSE-BOUCHES

**Cuisines et tendances** p. 8  
**Sur le feu** p. 10 **Les mots de la faim** p. 11 **Restos et bistros** p. 12  
**Casseroles solidaires** p. 14

## CUISINER

- 18 **BATCH COOKING**  
**Les dîners de la semaine.** Profitez de votre dimanche pour cuisiner... et vous simplifier la vie du lundi au vendredi.
- 23 **ALIMENTATION GÉNÉRALE**  
**EN COUVERTURE**  
**L'huile d'argan.** Obtenue à partir des fruits d'un arbre marocain, elle est aussi précieuse que goûteuse.
- 26 **CHEZ MON BOUCHER**  
**La joue de bœuf.** Difficile à cuisiner ? Que nenni. Un peu de patience suffit...
- 32 **GOURMET EN COUVERTURE**  
**La soupe.** Chaque année, on la retrouve avec délice dans notre assiette quand les températures baissent. Rien d'étonnant à cela : la soupe, c'est une longue histoire.
- 42 **EN PRATIQUE**  
**Les chaussons.** Dorés et dodus, ils sont à croquer, en version salée.
- 48 **BONNES FEUILLES**  
**Les cookies.** Difficile de résister à notre sélection de recettes ultra-gourmandes.
- 52 **SIMPLEMENT BON**  
**Recettes végétariennes**  
pour tous les jours.
- 56 **DRESS CODE**  
**Tarte sablée aux noix et au caramel :** une recette en pas-à-pas.
- 58 **ZOOM EN COUVERTURE**  
**Le frikeh.** Venue d'Orient, cette céréale cueillie encore verte développe un goût fumé après avoir été torréfiée.
- 62 **EN DIRECT DU PRODUCTEUR**  
**Dans ma cagette,** il y a du cresson, des carottes, du chou-fleur et des clémentines.





**RECEVOIR**

**68 PORTRAIT DE CHEF**

**Anaïs Flavigny.** Cette jeune cheffe et son sommelier de mari ont ouvert, à Cahors, un restaurant réjouissant où il fait bon s'attabler.

**72 DOSSIER SPÉCIAL EN COUVERTURE**

**Les citrons.** Même s'ils ont en commun leur acidité, ils n'en possèdent pas moins des goûts et des utilisations différentes selon les variétés.

**80 COURS DE PÂTISSERIE**

**Monts-blancs au cassis et au marron** expliqués par Carl Marletti, notre chef pâtissier.

**82 MENUS DE SAISON**

**Variations gourmandes** autour de six recettes pour toutes les occasions.

**VOYAGER**

**90 EN FRANCE EN COUVERTURE**

**La vallée de la Clarée.** La montagne, telle qu'on la rêve, avec ses villages à l'architecture préservée et sa nature splendide.

**100 L'ITALIE DE LAURA EN COUVERTURE**

**Aoste.** Toute la richesse de la cuisine italienne à travers les spécialités de chacune de ses villes.

**106 ÉPICERIE ASIATIQUE**

**Soupe de nouilles** de riz au poulet.

**108 PORTRAIT DE VIGNERONS**

**Claire et Fabio Montrasi.** De Milan au Mâconnais, de l'architecture à la vigne, il n'y a qu'un pas, que ce couple passionné par le vin n'a pas hésité à faire.

**112 À L'ÉTRANGER**

**Athènes.** La capitale grecque n'en finit pas de surprendre et charmer, entre son patrimoine millénaire, l'effervescence de ses marchés et la convivialité de ses tavernes.

**120 LE DESSERT DU DIMANCHE**

**Flan pâtissier** aux pommes.

**GARNITURES**

**Index des recettes du numéro** p. 121

**Carnet d'adresses** p. 122

**Prochain numéro  
en kiosque le 14 février.**

Ce numéro comporte 2 encarts abonnement sur la totalité des ventes au numéro.

