

Recettes d'ailleurs et de partout : le Canada

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse**

Band (Jahr): **20 (1990)**

Heft 9

PDF erstellt am: **11.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-829211>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Le Canada



La curiosité la plus connue du Canada, ce sont évidemment les fameuses chutes de Niagara. Il est vrai que le Canada doit partager avec les Etats-Unis cette grandiose manifestation de la nature, mais la partie la plus spectaculaire, le *Horseshoe Fall* (chute du fer à cheval), large de 800 mètres, se trouve bel et bien sur le territoire canadien, entre *Goat Island* et la ville de *Niagara Falls*. C'est du côté canadien aussi qu'on a la meilleure vue sur l'ensemble et que se trouve l'essentiel de l'infrastructure touristique.

Or, qui a vu les chutes de Niagara n'a point vu pour autant le Canada, pays le plus vaste du globe après l'URSS. Pour mieux le connaître, il faudrait suivre en voiture ou même à cheval les anciens itinéraires des chercheurs d'or ou des trappeurs. C'est en pêchant ou en faisant du «*river rafting*» sur un cours d'eau impétueux que l'on prend conscience de l'espace pratiquement illimité et de la solitude impressionnante que nous réserve le Canada. Oui, c'est vraiment le pays des immenses forêts intactes, des lacs solitaires, des rivières indomptées, des grandes montagnes et des glaciers, mais aussi des ours et des cerfs, des agriculteurs et des chasseurs. Quoique les villes offrent également bien des aspects intéressants, les vacances, au Canada, seront toujours et en premier lieu marquées par une nature d'une beauté admirablement sauvage. La feuille d'érable figurant sur le drapeau canadien rappelle non seulement les vastes forêts de ce pays, mais aussi un article d'exportation important: le sirop d'érable.



RECETTES D'AILLEURS ET DE PARTOUT

A l'instar des Indiens des temps passés, de nos jours, au mois de mars, de nombreux Canadiens vont recueillir dans les bois le précieux suc d'érable. A la maison, on le fait cuire à feu vif jusqu'à l'obtention d'un sirop brunâtre ressemblant à du caramel. On s'en sert pour arroser des baies, du pudding à la semoule ou des «pannequets» (pancakes) encore tout chauds. Or le sirop d'érable est loin d'être la seule spécialité gastronomique du Canada. Parmi les autres, il en est une célèbre dans le monde entier: le saumon. En voilà une recette qui nous a paru particulièrement délicieuse.

Darnes de saumon sauce champagne

Pour 4 personnes
(en hors-d'œuvre)

4 darnes (tranches) de saumon
4 cuillerées à soupe de jus de citron

Court bouillon

1 oignon
2 carottes
½ bouquet de persil
2 à 4 branchettes d'estragon et d'aneth frais
5 grains de poivre
2,5 dl de vin blanc sec
sel

1 avocat
1 citron
150 g de crevettes
4 cuillerées à soupe de mayonnaise
1 cuillerée à soupe de ketchup à la tomate
poivre blanc du moulin

Sauce

3 jaunes d'œufs
1 cuillerée à café rase de crème de maïs
1,5 dl de champagne
2 branchettes de mélisse

Rincer rapidement les darnes de saumon, les éponger avec du papier cuisine, arroser d'abord une face puis, 10 minutes plus tard, l'autre face de jus de citron.

Mettre l'oignon épluché et coupé en deux avec les carottes pelées, débitées en petits morceaux, les branchettes d'herbes lavées et les grains de poivre dans une poissonnaire, mouiller avec un litre d'eau froide et amener lentement à ébullition. Laisser bouillir doucement à couvert pendant 20 minutes, puis y verser le vin et saler le court-bouillon.

Poser les darnes de saumon sur la grille surélevée de la poissonnaire et faire étuver à point dans la vapeur pendant 15 à 20 minutes.

Entre-temps, couper l'avocat en deux, le peler et le couper en tranches. Bien mélanger la mayonnaise et le ketchup à la tomate, relever de poivre blanc du moulin et incorporer les crevettes à la sauce.

Pour la sauce au champagne, bien battre les jaunes d'œufs avec la crème de maïs, ajouter une pincée de sel, un peu de poivre blanc du moulin ainsi que le champagne et mélanger le tout en remuant vigoureusement. Mettre à présent le récipient au bain-marie et battre énergiquement la sauce au fouet pendant 10 minutes jusqu'à ce qu'elle monte et devienne épaisse. Incorporer la mélisse hachée et apprêter la sauce dans une saucière chauffée.

Dresser les darnes de saumon sur un plat chauffé, garnir avec les crevettes, les tranches d'avocat et de citron, quelques feuilles de mélisse et servir immédiatement avec la sauce au champagne.

Cuisez avec Silva: «Les poissons» de Irma Ruche et Raymonde Chapuis, Editions Silva, Zurich.