



Idées DE LECTURE

Nouvelle série jeunesse

Philippe Amiguet, Gilles Parent, et Geneviève Lamothe lancent la nouvelle série jeunesse *Caméra Danger*. Mêlant faits historiques et aventures, la série de quatre livres plonge les lecteurs dans l'univers de trois jeunes héros du XXI^e siècle qui, curieux de lever le voile sur des événements douteux, fondent une équipe de reportages. Cette nouvelle série



permettra aux jeunes lecteurs d'approfondir leur connaissance générale de façon divertissante. Une séance d'autographe aura

lieu le 21 mars, de 17 h à 20 h, à la librairie Loustic.

Nouveau roman d'un auteur d'ici

Roger Gariépy signe son premier roman *Village oublié*. S'appuyant sur des faits historiques, il décrit la vie de deux couples québécois partant pour l'Ouest canadien en raison de la mauvaise qualité de vie au Québec. Dans ce roman historique, l'auteur



originaire de Prévost ramène le lecteur au siècle précédant en décrivant avec fidélité les préoccupations et les mœurs des Canadiens à cette époque.



Des nouvelles de la petite église blanche

Au cours de ma formation

Au cours de ma formation de ministre laïque, je fais toutes sortes de lectures, certaines plus intéressantes que d'autres, et aujourd'hui j'ai envie de partager avec vous un petit texte sur l'illumination que j'ai lu dans le livre d'Antoine Nous, *La Galette et la Cruche*. J'espère qu'il vous touchera comme moi il m'a touché.

L'illumination

Après des années d'exercices spirituels, un maître a enfin obtenu l'illumination qu'il attendait. Il a décrit son expérience de la façon suivante :

O Merveille inimaginable, – Je fends du bois! – Je tire de l'eau du puits! – Après l'illumination, rien ne change vraiment... seul notre cœur déborde d'émerveillement. – Après l'illumination, le monde reste le même... mais notre regard ne le voit plus de la même manière. – Après l'illumination lorsqu'on regarde un

arbre, on ne voit pas qu'un arbre, mais une merveille de Dieu – Après l'illumination, on entend avec autant d'acuité le murmure de l'herbe qui pousse, – Que le fracas des murs qui tombent. – Devant l'enfant qui joue, le vieillard qui sourit, merveille! – Devant la porte qui s'ouvre, une main qui se tend, merveille! – Devant un geste de paix, la parole d'un ami, merveille! – Devant la grâce et la beauté, la musique et le chant, merveille! – Pour la douceur du soir, la fraîcheur des matins, merci! – Pour le soleil, la pluie, le souffle et le vent, merci! –

Pour les gouffres ténébreux, les monts et les ravins, merci! – Pour les îles dispersées, au creux des océans, merci! – Avec les oiseaux qui chantent, la source qui sanglote, louange! – Avec les bruits de la forêt, le calme des étangs, louange! – Avec la feuille qui tombe, et la branche qui grelotte, louange! – Avec le silence des étoiles, le vacarme des volcans, louange!

Horaire

Les célébrations en anglais ont lieu à l'Église Unie de Shawbridge le dimanche, à 9 h 15, sur la rue Principale, au coin de la rue de la Station. Les célébrations en français ont lieu à l'Église Unie de Sainte Adèle, le dimanche, à 10 h 30, au 1300 chemin Chantecler à Sainte Adèle. Bienvenue à tous.



AVEC ODETTE MORIN

Encore du bon sirop !

Nous savons à quel point le sirop d'érable peut avantageusement remplacer le sucre, la cassonade et le miel dans un grand nombre de recettes. Il ne s'agit pas chaque fois de remplacer la totalité du sucre par du sirop, car souvent, il ne suffit que d'en substituer juste une partie pour donner à nos plats ce bon p'tit goût d'érable.

De plus, cette merveille ambrée s'adapte à toutes sortes de recettes de partout dans le monde. Je prends souvent l'exemple de la cuisine japonaise dont certaines recettes requièrent soit du mirin*, du sucre en poudre, etc. Le sirop d'érable remplace le sucre ou le mirin dans des préparations comme les yakitoris, ces brochettes de viande marinée dans une préparation sucrée, la sauce teriyaki, de même que dans plusieurs trempettes à sushis, à tempura, etc. Alors, on devrait penser sirop chaque fois que l'on s'aventure hors des sentiers battus par la tarte au sucre et les grands-pères dans le sirop. Et, ne nous laissons pas décourager par l'augmentation récente du prix du sirop d'érable, car si l'on considère la somme d'énergie qui entre dans sa fabrication, son prix n'est pas exagéré. Pour en avoir pour votre argent, il s'agit d'éliminer les intermédiaires qui viennent s'immiscer entre vous et le producteur. Non seulement vous économiserez des sous, mais vous pourrez choisir le produit. Pour un

peu plus d'une cinquantaine de dollars, vous en aurez peut-être assez pour l'année, à moins de faire comme moi et d'en mettre partout!

*Le vrai mirin est un genre de vin de cuisine qui peut être plus ou moins sucré. Ici, le mirin que l'on peut acheter dans la plupart des supermarchés, Kikkoman Kotteri mirin est presque du sirop de maïs pur, alors vous avez intérêt à le remplacer par le faux mirin au sirop d'érable.

Faux mirin

- Vin blanc, 60 ml (4 cuil. à soupe)
- Sirop d'érable, 60 ml (4 cuil. à soupe)

Dans une petite casserole, faites réduire le mélange pour qu'il redevienne légèrement sirupeux.

Sauce trempette (pour sushis, tempura, rouleau de printemps, dumplings, samossas...)

Une sauce à tout faire qui, pour les sushis, ne pourrait contenir que le faux mirin et la sauce soya. Si vous aimez les sauces aux arachides, ajoutez 15 ml



(1 cuil. à soupe) de beurre d'arachides. Personnellement, je préfère la pâte de sésame (5 ml soit 1 cuil. à thé) vendu dans les épicerias asiatiques ou du tahini (beurre de sésame).

Ingrédients

- Faux mirin, 120 ml (1/2 tasse)
- Sauce soya japonaise Kikkoman, 30 ml (2 cuil. à soupe)
- Gingembre et ail râpés, 5 ml (1 cuil. à thé) de chacun (facultatif)
- Huile de sésame, quelques gouttes (facultatif)
- Flocons de piment ou sauce piquante au goût (facultatif)

Mélangez tous les ingrédients. Si vous mettez du gingembre et de l'ail, amenez le mélange à ébullition et laissez tiédir avant de servir.

Sauce moutarde/sirop d'érable

Si vous aimez la sauce moutarde/miel, vous adorerez celle-ci. Pour accompagner le jambon, le rôti de porc, les côtelettes, etc.

Ingrédients

- Sirop d'érable, 45 ml (3 cuil. à soupe)
- Moutarde de Meaux (à l'ancienne), 5 ml (1 cil. à thé)
- Moutarde jaune ordinaire, 5 ml (1 cuil. à thé)

Mélangez tous les ingrédients.

Brochettes de filet de porc à saveur exotique

Dans cette recette, le porc est tranché sur la longueur soit dans le sens de la fibre musculaire. Vous enfiler les lanières sur une ou deux brochettes côte à côte.

Ingrédients

- Filet de porc, 1 tranché en longues lanières (tranches) de 4 mm d'épaisseur
- Sirop d'érable, 45 ml (3 cuil. à soupe)
- Sauce soya japonaise, 45 ml (3 cuil. à soupe)
- Huile d'olive, 15 ml (1 cuil. à soupe)
- Huile de sésame, 3 ml (1/2 cuil. à thé)
- Ail, 2 gousses râpées
- Gingembre, râpé 5 ml (1 cuil. à thé)
- Poivre ou flocons de piment, au goût
- Épices, poudre de cari ou garam masala, 5 ml (1 cuil. à thé) ou plus
- Graines de sésame, environ 60 ml (4 cuil. à soupe)

Enfilez les lanières de porc sur des brochettes de bambou en piquant en alternance de façon à obtenir une série de « S » de haut en bas. Mélangez tous les autres ingrédients, sauf les graines de sésame. Badigeonnez généreusement les brochettes avec cette préparation (des deux côtés), puis saupoudrez-les de graines de sésame. Laissez macérer le tout au moins une quinzaine de minutes. Étalez les brochettes sur une plaque de cuisson et passez-les au four très chaud ou à « broil » en les retournant à mi-cuisson (facultatif) soit après que la

pourleplaisirdupalais@hotmail.com
www.journaldescitoyens.ca

surface se soit mise à grésiller. Évidemment, vous pouvez cuire les brochettes sur le grill.

Oignons caramélisés à l'érable

Une préparation qui n'a pas son pareil, lorsque servie avec des fromages (brie chaud, etc.), dans les sandwichs ou pour accompagner vos rôtis et grillades.

Ingrédients

- Oignon, 1 gros (genre espagnole) émincé (coupé en demi-lamelle mince)
- Beurre, 15 à 30 ml (1 à 2 cuil. à soupe)
- Sirop d'érable, 30 ml (2 cuil. à soupe)
- Sel et poivre ou sauce soya japonaise (Kikkoman) au goût

Dans un poêlon à feu moyen fort, faites revenir l'oignon jusqu'à ce qu'il commence à colorer. Ajoutez le sirop et laissez mijoter le tout à feu très doux pendant une quinzaine de minutes.

Lait vanillé à l'érable

Pour gâter les tout-petits et pour changer du chocolat chaud, voici une boisson chaude qui leur plaira beaucoup. Vous pourriez y ajouter un peu de cannelle, des guimauves miniatures, etc.

Ingrédients

- Lait, chaud 225 ml (1 tasse)
- Sirop d'érable, environ 10 ml (2 cuil. à thé) ou plus au goût
- Vanille, quelques gouttes

Mélangez tous les ingrédients, servez.

Bon appétit!

RENOIT ETHIER D.D.

Denturologiste

Nous vous offrons un service personnalisé, dans une ambiance chaleureuse.

Venez nous rencontrer pour une consultation gratuite ...

Parce qu'un sourire, ça fait plaisir...



La clinique de denturologie Benoit Ethier est maintenant située au 672 rue du Clos-du-Roi à Prévost (derrière le IGA).

Nous sommes heureux de vous accueillir dans un tout nouveau décor...

- prothèses dentaires amovibles et sur implants : complètes ou partielles
- service à domicile pour les personnes à mobilité réduite
- réparation en une heure
- VISA, Master Card, interac, chèque, comptant et financement disponible
- plus de 21 années d'expérience à votre service...

672, Clos-du-Roi, Prévost 450 224-0018