

TUNISIE LA JEUNESSE FACE AUX ASSASSINS

Le Point



COMMENT ON NOUS
MANIPULE

- Les 12 techniques qui marchent
- Ce qu'il faut savoir pour s'échapper
- Les secrets du cerveau sous influence

Corpo, maisons de rêve

Le Point

www.lepoint.fr Hebdomadaire d'information du jeudi 1^{er} août 2013 n° 2133

L 13792 - 2133 H - F: 4,50 €



DE SAINTE-MAXIME À SAINT-RAPHAËL

Notre guide de l'été

SPÉCIAL
16
PAGES
EN FIN DE
JOURNAL

L'île d'Or.

**Restaurants, marchés,
adresses gourmandes, terrasses,
balades, shopping...**

LA ROCAMBOLESQUE HISTOIRE DE L'ÎLE D'OR



104.2

MICHEL CAVALIER/HEMIS.FR



Ma recette estivale

QUASI DE VEAU DE LAIT DORÉ, CRU-CUIT DE LÉGUMES DE « MONSIEUR AUDA » (POUR 4 PERSONNES)

Cuire 4 minicarottes pourpres, 4 minicarottes jaunes et 4 pâtissons à l'anglaise.

Réaliser des chips avec une pomme de terre Agria dans un bain d'huile à 150 °C. Saler après cuisson. Couper très finement 3 radis et un gros champignon de Paris à la mandoline.

Dans une cocotte, marquer le quasi avec un peu d'huile d'olive et le faire dorer des deux côtés.

Ajouter 4 artichauts poivrades coupés en 2, 1 gousse d'ail, 2 brins de thym. Colorer légèrement. Enlever le quasi, déglacer au vin blanc et cuire à couvert 12 min.

Ajouter carottes, pâtissons et 40 cl de jus de veau. Cuire le quasi au four 6 min à 180 °C.

Disposer un peu de moutarde de Meaux au cassis au fond de l'assiette.

Ajouter le quasi tranché en 2, puis les légumes, les chips, une pincée de fleur de sel et un tour de moulin à poivre ■



Le panier de Franck Chabod

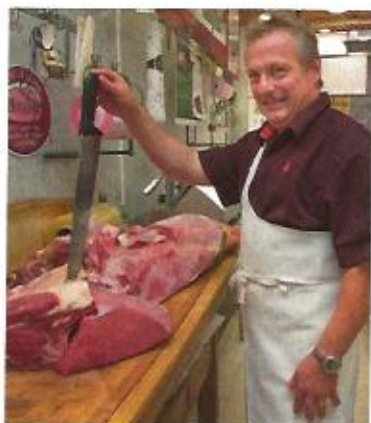
Gourmand. Le chef du restaurant Elly's, à Saint-Raphaël, nous dévoile ses meilleures adresses.

SAINTE-RAPHAËL Un boucher à l'ancienne

A deux pas du marché République, ce boucher-charcutier fournit régulièrement Franck Chabod en pièces de bœuf et ris de veau. Agneaux de Sisteron, saucissons

d'Ardèche et poulets des Landes sont les autres produits phares de cette boucherie. « *Ce que j'aime chez Christian Vermeersch, c'est qu'il travaille à l'ancienne : il fait bien rassir la viande pour qu'elle ait plus de goût* », s'enthousiasme le chef.

Boucherie-charcuterie Christian Vermeersch, 7, rue d'Agay. 04.94.95.52.21.



Vins uniques

Philippe Polette (photo, à dr.), patron d'une entreprise auvergnate de charcuterie, a racheté l'unique vignoble de Saint-Raphaël il y a trois ans à l'ancien champion de Fr Michael Schumacher. Rosé pour l'essentiel, ce vin de terroir, très agréable en bouche, est issu de cépages de syrah, cabernet et mourvèdre.

Domaine Terres Destel. 06.48.62.11.70, www.terresdestel.com.



ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS

Minilégumes, maxigoût

C'est d'ici que viennent les petits légumes que Franck Chabod sait si bien mettre en valeur dans ses assiettes. Minicarottes, minipâtissons, miniaubergines, fleurs de courgettes, tomates variées, bouquets de menthes originales, tout est cultivé de manière raisonnée et récolté à la main. Philippe Auda



vend aussi aux particuliers ses caissettes de légumes sur commande. SCEA Les Garrigues, chemin de l'Isle, Roquebrune-sur-Argens. 06.76.05.92.53.

AGAY La pêche!

Olivier Bardoux a découvert son métier par les compétitions de pêche sous-marine. Sur son bateau « Léalisa », il rapporte dans ses filets dentis, daurades et

poissons de roche, en quantité modeste afin de préserver la ressource. Et s'adonne volontiers au pescatourisme, en embarquant quelques passagers au petit matin à la découverte de son métier.

Olivier Bardoux, bateau « Léalisa », port du Dramont-Poussai, boulevard du Sémaphore, Agay. 06.03.29.28.81.

MAIS AUSSI Les cimaises de Gilles Pulido

Ses produits ne se dégustent pas. Encore que... Ancien dirigeant d'une société immobilière, Gilles Pulido peint depuis une quarantaine d'années, mais il se consacre entièrement à sa passion depuis deux ans. Ses toiles, très contemporaines, proches de l'abstraction, cherchent à capter la lumière et les couleurs. Visibles sur rendez-vous dans son atelier de Fréjus, elles sont aussi exposées tout l'été au Golf-hôtel Valescure de Saint-Raphaël ■ A.É. 06.10.27.28.20.

Ma table à moins de 15 euros

Au pied du marché de Saint-Raphaël, ce petit restaurant est tenu – cela ne s'invente pas – par Victor Berrichon d'origine, ce Varois d'adoption convie chaque jour Pagnol à son comptoir, autour des conversations enflammées des habitués et de paellas ou aïolis géants. Les produits viennent du marché et le plat du jour est à 11 €, quart de vin compris ■ Brasserie Victor-Hugo, 34, place Victor-Hugo, Saint-Raphaël. 04.94.82.36.77.



Je vous écris de Sainte-Maxime

A l'hôtellerie de La Belle Aurore (photo), où la mer offre son décor derrière les vitres, il y a le va et vient des bateaux, le bleu changeant du ciel, la piscine où l'on se prélasser sans se lasser, les nuages que chasse le mistral, les chambres douillettes.

On vient ici pour la cuisine fine de Jérôme Zueras, qui a travaillé avec Michel Sarran au Mas du Langoustier. Ce Gersois bon teint s'est rallié aux vertus méditerranéennes avec ardeur. Témoin, les ravioles de champignons sauce au galanga, le tartare de daurade avec langoustines et émulsion passion-mangue, le bayaldi de saint-pierre à la tomate caramélisée au jus de veau et olives ou la selle d'agneau farcie avec son ragoût de haricots cocos.

Sa botte secrète ? Des desserts mitonnés par un pâtissier artiste, comme ce croustillant de sésame au pavot avec sa poêlée de cerises au miel et son sorbet griotte yaourt. Proprement à fondre.

La star en ville ? Geoffrey Poësson. Ce natif de Meaux, élevé en Provence, formé en cuisine chez Vergé à Mougins, passé en pâtisserie chez Canet à Monaco, est l'étoilé sage de sa ville. A deux pas du marché couvert, il œuvre avec discrétion dans sa minicuisine, proposant, dans un cadre clair avec terrasse sur la rue, les idées de la saison et du moment.

Le coulis d'aubergine brûlée aux tomates confites, les artichauts poivrés aux fleurs de courgettes et crevettes snackées, la bouillabaisse d'œuf avec sa tuile au thym content une Provence imaginaire pleine de ferveur. Il y a encore le pigeon décliné avec sa cuisse rôtie aux abats, son suprême en croûte de lard poché à 60°, son filet en carpaccio, son cou farci de foie gras, son aileron en croquette.

C'est là de la cuisine d'auteur, précise, fine, composée au fil des jours. On ajoute les jolis desserts au goût de Provence, tels les fraises farcies de brousse et le gâteau mousseux aux éclats de fruits rouges et huile de vanille. Assez pour comprendre que cette demeure cachée vaut un joli détour au cœur du Var balnéaire, sans tape-à-l'œil ■

La Belle Aurore, 5, boulevard Jean-Moulin. 04.94.96.02.45. Ch.: 145-335 €. Menus: 40, 62 €. Carte: 75-90 €.

La Badiane, 6, rue Fernand Bessy. 04.94.96.53.93. Menus: 50, 71, 82, 85 €.