

# GOURMET GOURMANDE

par Mélissa Proulx et Laurie Dupont



## Où ira-t-on manger?

Voici enfin l'appli que les *foodies* montréalais attendaient! Guestful, c'est la bonne copine qui connaît tous les bons restos et qui nous fait ses recommandations. Dans les collections thématiques de bonnes adresses élaborées par des experts locaux, dont Martin Juneau et la chroniqueuse culinaire Amanda Fulginiti, l'application diffuse des milliers de commentaires d'utilisateurs, en plus d'offrir un outil de réservation. On télécharge! (M.P.)

OFFERT GRATUITEMENT EN VERSION APPLE ET ANDROID



## Trinquer À SOIF!

Caressant depuis longtemps le rêve d'ouvrir un bar à vin à son image, Véronique Rivest (maintes fois titulaire des titres de meilleure sommelière du Canada, des Amériques et, plus récemment, de deuxième sommelière du monde) a ouvert Soif, à Gatineau. Salle à manger chaleureuse qui offre un climat propice aux échanges avec les sommelières, murs et plafonds en liège et tables de bois blond campent le décor de ce resto où le menu gourmand de style bistro (assiette de charcuteries, tartare de bison, os à moelle rôti, grilled cheese) sert à mettre en valeur la carte des vins fins, élégants et éclectiques (comme Véronique les aime!), et ce, à prix très accessible. (M.P.)

100, RUE MONTCALM, GATINEAU, 819 600-7643, SOIFBARAVIN.CA

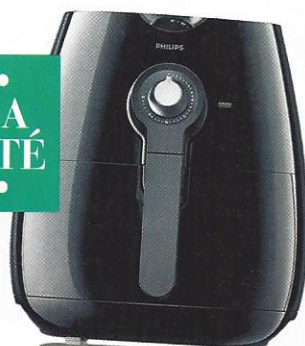
## Kilo Solution DE LA FRAÎCHEUR PRÊTE À MANGER

C'est en collaboration avec Fleury Michon, marque reconnue du prêt-à-manger réfrigéré, que la docteure en nutrition Isabelle Huot lance la première gamme de mets préparés frais. Aussi savoureux que diététiques, les six plats offerts, dont un orge façon risotto au poulet et un fettucine de blé entier au saumon, et les trois soupes contiennent un maximum de 350 calories et un minimum de 14 g de protéines et de 4 g de fibres. Voilà de brillantes solutions minceur pour les midis où le temps nous manque pour concocter un lunch. (L.D.)

5,99 \$ POUR LES SOUPES ET 6,99 \$ POUR LES METS PRÉPARÉS, DANS LES ÉPICERIES



ON A TESTÉ



## La friteuse à convection Airfryer, de Philips

Ce qu'on en a pensé: On a d'abord été séduites par l'aspect santé et peu calorique de ce nouveau gadget qui permet de frire des aliments avec seulement 15 ml d'huile. En suivant le livret de recettes,

on a préparé les frites maison, les croquettes de saumon et les boulettes de viande — toutes croustillantes et savoureuses.

**Le hic:** La technologie à air chaud ne permet toutefois pas de préparer des aliments frits de texture friable comme celle des tempuras japonaises. Son prix demeure élevé, à moins d'en faire une utilisation courante. (M.P.) 249,99 \$, CHEZ LES GRANDS DÉTAILLANTS ET CERTAINS PETITS MAGASINS D'APPAREILS MÉNAGERS

## Que du bon!

Pour une 18<sup>e</sup> année consécutive, l'**Expo manger santé et vivre vert** est de retour et demeure un rendez-vous incontournable pour les passionnés de l'alimentation santé, et on en revient immanquablement les bras chargés de nouveaux produits. Concours, ateliers, démonstrations culinaires et conférenciers étoiles ponctueront deux week-ends de découvertes culinaires santé et écologiques. À surveiller parmi les nouveautés: le tonique jus cru biologique Cactus de Dose, les savoureuses bouchées de chou frisé et de quinoa d'Yves Veggie Cuisine, les mayonnaises aromatisées (limette, truffe, sriracha) de Neal Brothers et les tartinades de noix de coco bio de Cocovie. (M.P.)

DU 20 AU 22 MARS AU PALAIS DES CONGRÈS DE MONTRÉAL  
LES 28 ET 29 MARS AU CENTRE DES CONGRÈS DE QUÉBEC, EXPOMANGERSANTE.COM

